

Alle Società interessate

A ½ sito www.federnuoto.it

OGGETTO: Tuffi - Allenamenti 1^ prova per il Trofeo Giovanissimi Esordienti C2 e Campionato Italiano Indoor Esordienti C1, Bolzano, 03 - 05 marzo 2023.

In riferimento alla manifestazione in oggetto, si provvede a comunicare, qui di seguito, il relativo programma orario invariato e gli allenamenti di giovedì 02 marzo 2023:

giovedì 2 marzo ore 19:00 Riunione tecnica

venerdì 3 marzo

dalle ore 8:30 alle ore 09:30 dal trampolino m 1 è riservato solo alla categoria Es. C2 femmine

ore 09:30	Esordienti C2 femmine	m 1	6 tuffi
------------------	------------------------------	------------	----------------

30 minuti di pausa, l'allenamento è riservato solo alla categoria Es.C2 maschi m 3, le piattaforme non sono accessibili;

	Esordienti C2 maschi	m 3	6 tuffi
ore 15:00	Esordienti C1 femmine	PT	6 tuffi
	Esordienti C1 maschi	m 1	8 tuffi

Sabato 4 marzo

dalle ore 9:00 alle ore 9:30 dalla piattaforma è riservata solo alla categoria Es.C2 maschi

ore 09:30	Esordienti C2 maschi	PT	6 tuffi
------------------	-----------------------------	-----------	----------------

40 minuti di pausa, l'allenamento è riservato solo alla categoria Es.C2 femmine m 3, le piattaforme non sono accessibili;

	Esordienti C2 femmine	m 3	6 tuffi
ore 15:00	Esordienti C1 femmine	m 1	7 tuffi
	Esordienti C1 maschi	m 3	8 tuffi

Domenica 5 marzo

dalle ore 8:30 alle ore 09:00 dalla piattaforma è riservata solo alla categoria Es.C2 femmine

ore 09:00	Esordienti C2 femmine	PT	5 tuffi
	Esordienti C2 maschi	m 1	6 tuffi
	Esordienti C1 femmine	m 3	7 tuffi
	Esordienti C1 maschi	PT	7 tuffi

N.B.: nella pausa prima delle gare dalla piattaforma il trampolino da 3m è interdetto e nella pausa prima delle gare da 3m la piattaforma 7,5m è interdetta.

Gli allenamenti di giovedì 2 marzo 2023:

10:30 - 12:15

BOLZANO NUOTO
BUONCONSIGLIO NUOTO
TRIESTE TUFFI

14:30 - 16:00

BENTEGODI VERONA
BERGAMO TUFFI
CAN MILANO
TRIESTINA NUOTO

16:00 - 17:30

FIAMME ORO
NUOTATORI GENOVESI
ANIENE
ASD CARLO DIBIASI

17:30 - 19:00

AQA COSENZA
BERGAMO NUOTO
MR SPORT
MARINA MILITARE
AQUATICA TORINO

Il resto tutto rimane invariato.

Cordiali saluti.

Il Segretario Generale
(Antonello Panza)

