

PROGRAMMA GARE CAMPIONATO ITALIANO PRIMAVERILE

RAGAZZI OSTIA 9/11 APRILE 2026

GIOVEDI' 9 APRILE

10.15 -13.30 Riscaldamento e prova vasca generale

13.45 -14.20 Riscaldamento Solo M e Solo F

14.30 - 20.45 ELIMINATORIE Solo M e SoloF con 3 pause da 10'

VENERDI' 10 APRILE

08.45 - 09.35 Riscaldamento Duo Mix e Duo F 1° GRUPPO

09.45 - 13.15 ELIMINATORIE Duo Mix e Duo F con 2 pause da 10'

14.15 -15.05 Riscaldamento Duo Mix e Duo F 2° GRUPPO

15.15 - 19.00 ELIMINATORIE Duo F con 2 pause da 10'

SABATO 11 APRILE

07.40 - 08.20 Riscaldamento Obbligatorî 1° Gruppo

08.40 - 12.15 Obbligatorî 1° Gruppo

12.20 -13,00 Riscaldamento Obbligatorî 2° Gruppo

13.05 - 16.40 Obbligatorî 2° Gruppo

Al termine delle premiazioni della Categoria Ragazzi, la vasca sarà a disposizione per la Categoria Esordienti A fino alle 19.30.

NB: Gli orari e le suddivisioni in gruppi delle Manifestazioni di entrambe le Categorie, potrebbero subire delle variazioni a seconda del numero effettivo degli iscritti e dell'andamento delle Gare stesse.

La vasca di riscaldamento resterà costantemente aperta durante le sessioni di gara per consentire agli atleti di rifinire il riscaldamento pre competizione ed effettuare il defaticamento dopo la performance.

PROGRAMMA GARE CAMPIONATO ITALIANO PRIMAVERILE

Esordienti A

OSTIA 12 APRILE 2026

DOMENICA 12 APRILE

07.45 - 08.25 Riscaldamento Obbligatorî 1° Gruppo

08.40 - 11.50 Obbligatorî 1° Gruppo

12.00 -12.40 Riscaldamento Obbligatorî 2° Gruppo

12.45 - 16.00 Obbligatorî 2° Gruppo