

COPPA LOS ANGELES II TAPPA 25-26/01/2025

TIMING:

Gli orari che seguono debbono essere considerati indicativi e non esimono atleti e tecnici dall'obbligo di rispondere alla chiamata dei giudici anche in caso di anticipo della manifestazione.

CONCENTRAMENTO A
SABATO MATTINA PALANUOTO-DOMENICA MATTINA E POMERIGGIO PALANUOTO

SABATO MATTINA Palanuoto	ora inizio	ora fine	
Riscald.	8:00	8:30	
Inizio turno			
400SL M	8:45	9:12	
400SL F	9:12	9:45	
200DO M	9:45	10:01	
200DO F	10:01	10:21	
100MX M	10:21	10:29	
100MX F	10:29	10:41	
100SL M	10:41	11:09	
100SL F	11:09	11:40	
200FA M	11:40	11:50	
200FA F	11:50	11:57	
50RA M	11:57	12:02	
50RA F	12:02	12:08	fine turno

DOMENICA MATTINA Palanuoto	ora inizio	ora fine	
Riscald.	8:00	8:30	
Inizio turno			
50DO M	8:45	8:48	
50DO F	8:48	8:55	
800SL M	8:55	9:24	
800SL F	9:24	9:44	
100RA M	9:44	9:58	
100RA F	9:58	10:14	
200SL M	10:14	10:38	
200SL F	10:38	11:05	
100FA M	11:05	11:23	
100FA F	11:23	11:39	
400MX M	11:39	11:50	
400MX F	11:50	12:02	fine turno

DOMENICA POMERIGGIO Palanuoto	ora inizio	ora fine	
Riscald.	14:00	14:30	
Inizio turno			
200MX M	14:45	15:04	
200MX F	15:04	15:27	
50FA M	15:27	15:36	
50FA F	15:36	15:44	
100 DO M	15:44	16:02	
100 DO F	16:02	16:22	
1500 SL M	16:22	16:41	
1500 SL F	16:41	17:01	
200 RA M	17:01	17:19	
200 RA F	17:19	17:29	
50SL M	17:29	17:46	
50SL F	17:46	18:03	fine turno

CONCENTRAMENTO B
SABATO POMERIGGIO PALANUOTO-DOMENICA MATTINA E POMERIGGIO USMIANI

SABATO POMERIGGIO Palanuoto	ora inizio	ora fine	
Riscald.	14:00	14:30	
Inizio turno			
400SL M	14:45	15:29	
400SL F	15:29	16:07	
200DO M	16:07	16:17	
200DO F	16:17	16:33	
100MX M	16:33	16:41	
100MX F	16:41	16:51	
100SL M	16:51	17:23	
100SL F	17:23	17:56	
200FA M	17:56	18:06	
200FA F	18:06	18:15	
50RA M	18:15	18:22	
50RA F	18:22	18:29	fine turno

DOMENICA MATTINA Usmiani	ora inizio	ora fine	
Riscald.	8:00	8:30	
Inizio turno			
50DO M	8:45	8:50	
50DO F	8:50	8:56	
800SL M	8:56	9:25	
800SL F	9:25	9:55	
100RA M	9:55	10:09	
100RA F	10:09	10:27	
200SL M	10:27	10:54	
200SL F	10:54	11:27	
100FA M	11:27	11:47	
100FA F	11:47	12:03	
400MX M	12:03	12:20	
400MX F	12:20	12:38	fine turno

DOMENICA POMERIGGIO Usmiani	ora inizio	ora fine	
Riscald.	14:00	14:30	
Inizio turno			
200MX M	14:45	15:04	
200MX F	15:04	15:30	
50FA M	15:30	15:38	
50FA F	15:38	15:45	
100 DO M	15:45	16:01	
100 DO F	16:01	16:21	
1500 SL M	16:21	17:18	
1500 SL F	17:18	17:58	
200 RA M	17:58	18:12	
200 RA F	18:12	18:26	
50SL M	18:26	18:40	
50SL F	18:40	19:00	fine turno