

**COPPA LOS ANGELES III TAPPA
22-23/02/2025 PISCINA TERDOPPIO NOVARA-PALAZZO DEL NUOTO E USMIANI TORINO**

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:
22/02/2025 TERDOPPIO-23/02/2025 PALAZZO DEL NUOTO**

SABATO MATTINA NOVARA	ora inizio	ora fine
Riscaldamento	8:15	8:45
Inizio turno	8:45	9:00
100FA M	9:00	9:18
100FA F	9:18	9:32
400MX M	9:32	9:43
400MX F	9:43	9:55
50DO M	9:55	10:00
50DO F	10:00	10:08
800SL M	10:08	10:27
800SL F	10:27	10:47
100RA M	10:47	10:59
100RA F	10:59	11:11
200SL M	11:11	11:38
200SL F	11:38	12:05

DOMENICA MATTINA Palanuoto	ora inizio	ora fine
Riscaldamento	8:15	8:45
Inizio turno	8:45	9:00
200 RA M	9:00	9:17
200 RA F	9:17	9:35
50SL M	9:35	9:55
50SL F	9:55	10:16
200MX M	10:16	10:39
200MX F	10:39	10:58
50FA M	10:58	11:07
50FA F	11:07	11:18
100 DO M	11:18	11:36
100 DO F	11:36	11:56
1500 SL M	11:56	12:34
1500 SL F	12:34	13:14

DOMENICA POMERIGGIO Palanuoto	ora inizio	ora fine
Riscaldamento	14:30	15:00
Inizio turno	15:00	15:15
200FA M	15:15	15:28
200FA F	15:28	15:37
50RA M	15:37	15:44
50RA F	15:44	15:51
400SL M	15:51	16:24
400SL F	16:24	17:03
200DO M	17:03	17:19
200DO F	17:19	17:35
100MX M	17:35	17:47
100MX F	17:47	17:59
100SL M	17:59	18:27
100SL F	18:27	18:57

**CONCENTRAMENTO B:
22/02/2025 TERDOPPIO-23/02/2025 PISCINA USMIANI**

SABATO POMERIGGIO NOVARA	ora inizio	ora fine
Riscaldamento	14:30	15:00
Inizio turno	15:00	15:15
100FA M	15:15	15:31
100FA F	15:31	15:45
400MX M	15:45	15:56
400MX F	15:56	16:08
50DO M	16:08	16:11
50DO F	16:11	16:14
800SL M	16:14	16:34
800SL F	16:34	16:54
100RA M	16:54	17:04
100RA F	17:04	17:14
200SL M	17:14	17:44
200SL F	17:44	18:14

DOMENICA MATTINA Usmiani	ora inizio	ora fine
Riscaldamento	8:00	8:30
Inizio turno	8:30	8:45
200 RA M	8:45	9:02
200 RA F	9:02	9:20
50SL M	9:20	9:40
50SL F	9:40	10:03
200MX M	10:03	10:29
200MX F	10:29	10:52
50FA M	10:52	10:58
50FA F	10:58	11:08
100 DO M	11:08	11:28
100 DO F	11:28	11:52
1500 SL M	11:52	12:30
1500 SL F	12:30	12:50

DOMENICA POMERIGGIO Usmiani	ora inizio	ora fine
Riscaldamento	14:30	15:00
Inizio turno	15:00	15:15
200FA M	15:15	15:24
200FA F	15:24	15:31
50RA M	15:31	15:36
50RA F	15:36	15:43
400SL M	15:43	16:16
400SL F	16:16	16:44
200DO M	16:44	17:00
200DO F	17:00	17:16
100MX M	17:16	17:22
100MX F	17:22	17:32
100SL M	17:32	18:09
100SL F	18:09	18:48