

CAMPIONATO ITALIANO INVERNALE LIFESAVING

Piscina D. Samuele, via Trani 1 - Milano

Mercoledì 20/04	h16.00 h17.00	riscaldamento 100 OSTACOLI (Es.A) - 200 OSTACOLI (R) - staffetta ostacoli (Es.A/R) - 50 TRASPORTO MANICHINO (R)
Giovedì 21/04	h8.30 h9.30 h15.00 h16.00	riscaldamento 50 TRASPORTO MANICHINO PINNE (Es.A) - 100 TRASPORTO MANICHINO PINNE (R) riscaldamento 100 PERCORSO MISTO (R) - 50 TRASPORTO MANICHINO (Es.A) - 200 SUPER LIFESAVER (R)
Venerdì 22/04	h8.30 h9.30	riscaldamento 100 PINNE E TORPEDO (Es.A/R) - staffetta 4x25 MANICHINO (esA/R)
Sabato 23/04	h8.30 h9.30 h15.00 h16.00	riscaldamento 200 OSTACOLI (J/C/S) - staffetta ostacoli 4x50 (J/C/S) riscaldamento 100 TRASPORTO MANICHINO PINNE (J/C/S) - staffetta 4x50 MISTA (J/C/S)
Domenica 24/04	h8.30 h9.30 h15.00 h16.00	riscaldamento 100 PINNE E TORPEDO (J/C/S) - 50 TRASPORTO MANICHINO (J/C/S) riscaldamento 100 PERCORSO MISTO (J/C/S) - staffetta 4x25 MANICHINO (J/C/S)
Lunedì 25/04	h8.30 h9.30	riscaldamento 200 SUPER LIFESAVER (J/C/S)

CAVALLARO SERENA	100 PINNE E TORPEDO	200 OSTACOLI	100 MANICHINO PINNE	200 SUPER LIFESAVER	
FERRARI LILIANA	200 SUPER LIFESAVER	100 PINNE E TORPEDO	100 PERCORSO MISTO	100 MANICHINO PINNE	50 TRASPORTO
FERRARI SUSANNA	50 TRASPORTO	100 MANICHINO PINNE			
GOLINO AURORA	100 PERCORSO MISTO				
PAGANINI STEFANIA	200 SUPER LIFESAVER	100 PINNE E TORPEDO	100 MANICHINO PINNE		
SIMONE ARIANNA	200 SUPER LIFESAVER	100 MANICHINO PINNE	100 PINNE E TORPEDO		
BELLUSCI LORENZO	200 SUPER LIFESAVER	100 PINNE E TORPEDO	50 MANICHINO PINNE	200 OSTACOLI	

La Segreteria