



**SUPERBA
NUOTO**
2023 • 2024



#2 • ROAD TO ...

RAPALLO - domenica 10 marzo - pomeriggio - v25 metri

SUPERBANUOTO ORGANIZZA LA SECONDA EDIZIONE DI "SUPERBANUOTO SWIM CONTEST" MANIFESTAZIONE INTERREGIONALE AD INVITI IN PROGRAMMA PRESSO LA PISCINA DI RAPALLO. LA PARTECIPAZIONE È RISERVATA AGLI ATLETI DELLE CATEGORIE: RAGAZZI, JUNIORES, CADETTI E SENIORES TESSERATI PER LA CORRENTE STAGIONE AGONISTICA 2023-2024.

REGOLAMENTO

- OGNI ATLETA PUÒ ESSERE ISCRITTO A MASSIMO 2 GARE.
- IN TUTTE LE GARE GLI ATLETI GAREGGIANO COME CATEGORIA UNICA.
- RISCALDAMENTO SEPARATO FEMMINE E MASCHI
- ISCRIZIONI SUL PORTALE FIN.



RISCALDAMENTO : 14.00- 14.45
INIZIO GARE : 15.00

PRIMA PARTE

- 400 SL (MAX 2 BATTERIE)
- 100 MX
- 100 FA
- 200 DO
- 100 RA
- 100 SL
- 50 FA
- 50 DO
- 200 MX

pausa 15 minuti

SECONDA PARTE

- 200 SL
- 200 RA
- 100 DO
- 200 FA
- 50 SL
- 50 RA
- 400 MX (MAX 1 BATTERIA)

Premiazioni

TOP TEN MIGLIORI PRESTAZIONI TECNICHE RAGAZZI

TOP SIX MIGLIORI PRESTAZIONI TECNICHE JUNIORES

PODIO PRIME TRE PRESTAZIONI TECNICHE ASSOLUTE



MAIN PARTNER

PARTNERS

