



FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO

Comitato Regionale Lombardo

20137 Milano – Via Piranesi 46 – Tel. 02/7577571 – Fax 02/70127900

www.finlombardia.org e-mail: cr Lombardia@federnuoto.it pec: lombardia@pec.federnuoto.it

Milano, 13 novembre 2020

Ns rif 21 – 22

Alle Società

**Prova di qualificazione Regionale per il Campionato Assoluto Open Vasca Lunga
Domenica 6 Dicembre 2020 – piscina Sporting Lodi Vasca 50mt. - N°Ammessi**

Con la presente, si comunica che le iscrizioni relative alla manifestazione in oggetto, si apriranno domenica 22 Novembre p.v. ore 12:00 e rimarranno aperte fino alle ore 12:00 di mercoledì 25 Novembre p.v. Saranno tenuti validi i tempi ottenuti dal **01.10.18**.

Nelle gare dei:

50mt. Stile Libero verranno ammessi i primi 20 tempi assoluti Maschili e Femminili iscritti

50mt. Altri Stili verranno ammessi i primi 10 tempi assoluti Maschili e Femminili iscritti

100mt. Stile Libero verranno ammessi i primi 20 tempi assoluti Maschili e Femminili iscritti

100mt. Altri Stili verranno ammessi i primi 10 tempi assoluti Maschili e Femminili iscritti

200mt. verranno ammessi i primi 10 tempi assoluti Maschili e Femminili iscritti

400mt. verranno ammessi i primi 10 tempi assoluti Maschili e Femminili iscritti

800mt. verranno ammessi i primi 10 tempi assoluti Maschili e Femminili iscritti

1500mt. verranno ammessi i primi 10 tempi assoluti Maschili e Femminili iscritti

Al fine di riservare la manifestazione agli atleti che dovranno tentare la qualificazione ai campionati Italiani assoluti, verrà comminata un ammenda di 40€ agli atleti che supereranno di :

3" il tempo limite sulle distanze gara dei 50mt.

6" nelle distanze gara dei 100mt.,

12" nelle distanze gara 200mt.,

24" nelle distanze gara dei 400mt.,

48" nella distanza gara degli 800mt.

90" nella distanza gara dei 1500mt.

Tabella Tempi Limite di riferimento vasca 50mt.

I. Campionato Italiano Open in vasca lunga		
LUOGO: Riccione	DATA: 17-19 dicembre 2020	BASE VASCA: 50m
Gare	Sezione maschile (50)	Sezione femminile (50)
50m stile libero	23.38	26.53
100m stile libero	50.85	57.39
200m stile libero	1.52.42	2.03.19
400m stile libero	3.59.03	4.19.37
800m stile libero	8.06.32	8.49.74
1500m stile libero	15.37.37	16.49.03
50m dorso	26.76	30.11
100m dorso	57.87	1.04.47
200m dorso	2.05.69	2.18.59
50m rana	28.99	32.79
100m rana	1.03.77	1.12.13
200m rana	2.19.87	2.35.77
50m farfalla	24.65	28.15
100m farfalla	55.17	1.02.39
200m farfalla	2.03.43	2.17.35
200m misti	2.06.23	2.20.57
400m misti	4.31.33	4.57.86

Programma gare:

Prova di qualificazione Regionale per il Campionato Assoluto Open Vasca Lunga – Mattina

SL200	DO50	RA100	MI200	SL50	DO200	FA100	SL800	SL1500	SL400	FA50	RA200	DO100	FA200	RA50	SL100	MI400
-------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	--------	-------	------	-------	-------	-------	------	-------	-------

Partecipazione: ogni atleta potrà partecipare a un massimo di 2 gare per turno gara, sulla base dei tempi ottenuti dal 01.10.18 fino al 25.10.2020.

Prova di qualificazione Regionale per il Campionato Assoluto Open Vasca Lunga – Pomeriggio

SL200	DO50	RA100	MI200	SL50	DO200	FA100	SL800	SL1500	SL400	FA50	RA200	DO100	FA200	RA50	SL100	MI400
-------	------	-------	-------	------	-------	-------	-------	--------	-------	------	-------	-------	-------	------	-------	-------

Partecipazione: ogni atleta potrà partecipare a un massimo di 2 gare per turno gara, sulla base dei tempi ottenuti dal 01.10.18 fino al 25.10.2020.

La manifestazione si terrà a **porte chiuse**.

Vasche a disposizione per il Riscaldamento e Defaticamento.

Vasca Principale – 51.5mt*25mt = 1287.5 /7mq per persona – 183 Atleti

Vasca Piccola Riscaldamento - 25mt*6mt = 150 / 7 mq a persona – 21 Atleti