

NUOVI ORARI RISCALDAMENTO E INIZIO SESSIONI GARA

VENERDI' 18 GIUGNO

MATTINA

- **ORE 10:30\11:20**: RISCALDAMENTO UNICO MASCHILE E FEMMINILE.
- **ORE 11:30**: INIZIO GARE (200 DO – 200 RA – 800 SL FEMM. – 1500 SL MAS.)

POMERIGGIO

- **ORE 14:00/14:25** RISCALDAMENTO FEMMINILE (100 RA – 50 SL);
- **ORE 14:25/14:50** RISCALDAMENTO MASCHILE (100 RA – 50 SL);
- **ORE 14:50** INIZIO GARE (100 RA – 50 SL);
- **ORE 16:00/16:25** RISCALDAMENTO FEMMINILE (200 SL – 50 DO - 200 FA);
- **ORE 16:25/16:50** RISCALDAMENTO MASCHILE (200 SL – 50 DO - 200 FA);
- **ORE 17:00** INIZIO GARE (200 SL – 50 DO – 200 FA).

SERA FINALI (100 RA – 50 SL – 200 SL – 50 DO – 200 FA)

- **ORE 20:00/20:25**: RISCALDAMENTO FEMMINILE;
- **ORE 20:25/20:50**: RISCALDAMENTO MASCHILE;
- **ORE 21:00** :INIZIO GARE

SABATO 19 GIUGNO

MATTINA

- **ORE 8:30/8:55**: RISCALDAMENTO FEMMINILE (100 DO – 50 FA);
ORE 8:55/9:20: RISCALDAMENTO MASCHILE (100 DO – 50 FA);
- **ORE 9:30**: INIZIO GARE (100 DO – 50 FA)
- **ORE 10:20/10:45**: RISCALDAMENTO FEMMINILE (100 SL – 1500 SL FEMM.);
- **ORE 10:45/11:10**: RISCALDAMENTO MASCHILE (100 SL – 1500 SL FEMM.);

- **ORE 11:20:** INIZIO GARE (100 SL – 1500 SL FEMM.);

POMERIGGIO

- **ORE 14:00/14:25:** RISCALDAMENTO FEMMINILE (100 FA – 50 RA – 200 MX);
- **ORE 14:25/14:50:** RISCALDAMENTO MASCHILE (100 FA – 50 RA – 200 MX);
- **ORE 15:00:** INIZIO GARE (100 FA – 50 RA – 200 MX);
- **ORE 16:40/17:05:** RISCALDAMENTO UNICO (800 SL MAS – 4X50 SL mixed);
- **ORE 17:10:** INIZIO GARE (800 SL MAS – 4X50 SL mixed);

SERA FINALI (100 DO – 100 FA – 200 MX – 100 SL – 50 RA)

- **ORE 20:00/20:25:** RISCALDAMENTO FEMMINILE;
- **ORE 20:25/20:50:** RISCALDAMENTO MASCHILE;
- **ORE 21:00 :** INIZIO GARE

DOMENICA 16 GIUGNO

MATTINA

- **ORE 8:20/8:50:** RISCALDAMENTO UNICO (FINALI 50 FA – 400 MISTI);
- **ORE 9:00:** INIZIO GARE (FINALI 50 FA – 400 MISTI);
- **ORE 9:40/10:05:** RISCALDAMENTO UNICO (FINALI 200 DO – FINALI 200 RA);
- **ORE 10:15:** INIZIO GARE (FINALI 200 DO – 200 RA);
- **ORE 10:50/11:15:** RISCALDAMENTO UNICO (400 SL – 4X50 MX MIXED);
- **ORE 11:25:** INIZIO GARE (400 SL – 4X50 MX MIXED);