

**FEDERAZIONE ITALIANA NUOTO**  
**DELEGAZIONE PROVINCIALE DI LECCO**  
**RAGGRUPPAMENTO COMO LECCO SONDRIO**  
**C/o Piscina " La Nostra Famiglia" via Don Luigi Monza 20 Bosisio Parini Lc**  
**tel. 031877927 3336351225**  
**e-mail : [delegatoLC@finlombardia.info](mailto:delegatoLC@finlombardia.info)**

Bosisio Parini 16 novembre 2018

Al Comitato Regionale Lombardo  
Al GUG Regionale  
Alle Società del raggruppamento  
Alla Direzione degli impianti di gara  
Alla FICR  
Al Medico di Servizio

Programmazione gare

Per la stagione 2018-2019 del raggruppamento Como- Lecco-Sondrio si svolgeranno le seguenti manifestazioni :

**Seconda Manifestazione Provinciale Esordienti B + Manifestazione Settore Propaganda**

**Sondrio 16 / 12 / 2018**

Inizio gare ore 9.30 Esordienti B  
Inizio gare ore 11.30 Settore Propaganda

Programma gare Esordienti B :

50 Fa - 100 Sl – 4x50 Mi ( 2 maschi + 2 Femmine) – 100 Mi – 50 Ra – 50 Do – 4x50 Mi  
Ciascun atleta potrà disputare 2 gare più una staffetta

Programma gare Settore Propaganda :

Esordienti ( 2013 – 2012 ) 25 Do – 25 Ra – 25 Sl  
Giovanissimi ( 2011 – 2010 ) 25 Ra – 50 Do – 50 Sl  
Allievi ( 2009 – 2008 ) 50 Ra – 50 Do – 50 Sl  
Staffetta di categoria 4x25 SL due Maschi + 2 Femmine  
Ciascun atleta potrà disputare due gare comprese le staffette

Le iscrizioni dovranno essere effettuate entro e non oltre il giorno 2 dicembre 2018

## **Terza Manifestazione Provinciale Esordienti B + Manifestazione Settore Propaganda**

**Lecco 27 / 1 / 2019**

Inizio gare ore 14.30 Esordienti B

Inizio gare ore 17.00 Settore Propaganda

Programma gare Esordienti B :

100 Mi – 200 Sl – 100 Ra – 4x50 Sl ( 2 maschi + 2 femmine) – 50 Fa – 100 Do – 100 Sl –  
4x50 Mi ( 2 maschi + 2 Femmine )

Ciascun atleta potrà disputare 2 gare più una staffetta

Programma gare Settore Propaganda :

Esordienti ( 2013 – 2012 ) 25 Do – 25 Ra – 50 Sl  
Giovanissimi ( 2011 – 2010 ) 25 Ra – 50 Do – 50 Sl  
Allievi ( 2009 – 2008 ) 50 Ra – 50 Do – 50 Sl  
Staffetta di categoria 4x25 SL due Maschi + 2 Femmine

Ciascun atleta potrà disputare due gare comprese le staffette

Le iscrizioni dovranno essere effettuate entro e non oltre il giorno 13 gennaio 2019

## **Quarta Manifestazione Provinciale Esordienti B**

**Lecco 10 / 2 / 2019**

Inizio gare ore 14.30 Esordienti B

Programma gare :

400 Sl – 200 Ra - 100 Do – 50 Fa – 100 Sl – 100 Mi – 4x50 Sl

Intervallo di 10 minuti

200 Sl – 100 Ra – 200 Mi – 200 Do – 100 Fa – 4x50 Mi

Ciascun atleta potrà disputare due gare più le staffette

Le iscrizioni dovranno essere effettuate entro e non oltre il giorno 27 gennaio 2019

## **Manifestazione Settore Propaganda “ Tutti in Vasca”**

**Sede da stabilire 31 / 3 / 2019**

Inizio gare    Esordienti e Giovanissimi ore .....  
                  Allievi e Ragazzi ore .....  
                  Juiores Cadetti e Seniores ore .....

Programma gare :

Esordienti	( 2013 – 2012 )	25 Fa – 25 Ra – 50 Do – 50 Sl
Giovanissimi	( 2011 – 2010 )	50 Fa – 50 Ra- 50 Do – 100 Sl
Allievi	( 2009 – 2008 )	50 Fa – 50 Ra – 50 Do – 100 Sl – 100 Mi
Ragazzi	( 2007 – 2006 )	50 Fa – 50 Ra – 50 Do – 100 Sl – 100 Mi
Juiores	( 2005 – 2004 )	50 Fa – 100 Ra – 100 Do – 100 Sl – 100 Mi
Cadetti	( 2003 – 2002 )	50 Fa – 100 Ra – 100 Do – 100 Sl – 100 Mi
Seniores	( 2001 – 2000 – 1999 )	50 Fa – 100 Ra – 100 Do – 100 Sl – 100 Mi

Ciascun atleta potrà partecipare a due gare , si stabilirà sul campo gara se effettuare staffette in base ai tempi di svolgimento della manifestazione.

Verranno premiati tutti gli atleti partecipanti con medaglia e gadget.

Le iscrizioni dovranno essere effettuate entro e non oltre il giorno 24 marzo 2019 ed inviate direttamente alla delegazione provinciale : [delegatoLC@finlombardia.info](mailto:delegatoLC@finlombardia.info)

## **Manifestazione per Esordienti A ed Esordienti B**

**Sede da stabilire 19 / 5 / 2019**

Inizio gare Mattino.....  
Inizio gare Pomeriggio.....

Programma gare Esordienti B & Esordienti A

Mattino	400 Sl – 200 Ra – 100 Do – 50 Fa – 100 Sl – 4x50 Sl
Pomeriggio	200 Sl – 100 Ra – 200 Mi – 200 Do – 100 Fa – 4x50 Sl

Ciascun atleta Esordiente B potrà partecipare a 3 gare più una staffetta  
Ciascun atleta Esordiente A potrà partecipare a 4 gare più una staffetta