

## **Campionato Regionale di Categoria (R) in vasca lunga**

*Messina, 17/07/2023 - 19/07/2023*

### **Parte 1 - Lunedì 17 Luglio 2023**

Riscaldamento: 8.35 - 9.15 (Durata ogni turno 20 minuti) - Inizio gare: 9.30

#### **Turno A (8.35-8.55)**

Buonconsiglio Nuoto - Naxos Nuoto - Pol.Mimmo Ferrito - Power Team Messina - Swimblu - Unime

#### **Turno B (8.55-9.15)**

AquaFit - Athon Augusta - Circ.Canottieri Ortigia 1928 - Dimarca Nuoto Gela - Idra Nuoto e Fitness - Ita 12001 - Kiran Club Nuoto Caltagirone - La braciara Cus Palermo - La Fenice - La Meridiana Sport - Nuoto Chiaramonte - Pol Nadir Palermo - Poseidon Swim - Sicilia Nuoto - Sun Club - Tennis Cl. Match Ball SR - Tennis Club Palermo 3

### **Parte 3 - Martedì 18 Luglio 2023**

Riscaldamento: 8.35 - 9.15 (Durata ogni turno 20 minuti) - Inizio gare: 9.30

#### **Turno A (8.35-8.55)**

Buonconsiglio Nuoto - Ita 12001 - La braciara Cus Palermo - Neri Fitness - Nuoto Chiaramonte - Pol Nadir Palermo - Pol.Mimmo Ferrito - Power Team Messina - Swim Power Bagheria - Swimblu - Tennis Club Palermo 3 - Unime

#### **Turno B (8.55-9.15)**

AquaFit - Athon Augusta - Circ.Canottieri Ortigia 1928 - Dimarca Nuoto Gela - Idra Nuoto e Fitness - Kiran Club Nuoto Caltagirone - La Fenice - La Meridiana Sport - Naxos Nuoto - Poseidon Swim - Sicilia Nuoto - Sun Club - Tennis Cl. Match Ball SR

### **Parte 5 - Mercoledì 19 Luglio 2023**

Riscaldamento: 8.35 - 9.15 (Durata ogni turno 20 minuti) - Inizio gare: 9.30

#### **Turno A (8.35-8.55)**

Buonconsiglio Nuoto - Ita 12001 - La braciara Cus Palermo - Nuoto Chiaramonte - Pol Nadir Palermo - Pol.Mimmo Ferrito - Power Team Messina - Swim Power Bagheria - Swimblu - Unime

#### **Turno B (8.55-9.15)**

AquaFit - Athon Augusta - Circ.Canottieri Ortigia 1928 - Dimarca Nuoto Gela - Idra Nuoto e Fitness - Kiran Club Nuoto Caltagirone - La Fenice - La Meridiana Sport - Naxos Nuoto - Neri Fitness - Poseidon Swim - Sicilia Nuoto - Sun Club - Tennis Cl. Match Ball SR