

Prot. SP/0046/lp

Palermo li, 09/03/2022

Al **GUG Regionale**  
Alle **Società** interessate tramite il sito web  
Alla **Fed. It. Cronometristi - C.R. Sicilia**  
e p.c. **Fed. It. Cronometristi - C.P. Catania**  
Alla **Direzione Piscina Giovanni Paolo II**  
Paternò (CT)

**Loro sedi**

Oggetto: **Finali Campionato Regionale di Categoria in vasca corta - Riscaldamenti**

Allegati a questa comunicazione sono presenti gli elenchi delle società suddivise nei riscaldamenti delle varie parti. Si raccomandano atleti e società di rispettare turni e orari di riscaldamento.

Si raccomanda, inoltre, che ogni turno potrà accedere in vasca solo quando la vasca sarà stata totalmente liberata dal turno precedente. Per non creare assembramenti nel cambio turno di riscaldamento, dovrà essere SEMPRE osservata la seguente regola:

- Ingresso/uscita in vasca: **TURNO A - C - E** - LATO PARTENZA;
- Ingresso/uscita in vasca: **TURNO B - D** - LATO VIRATA;

I riscaldamenti saranno suddivisi in turni da 20min o 15min ciascuno. Non potrà essere data nessuna deroga rispetto a quanto precedentemente comunicato.

**UTILIZZO VASCA PICCOLA**

La vasca piccola sarà a disposizione per il riscaldamento degli atleti. Saranno a disposizione solo 2 corsie sulle 3 disponibili, per un massimo di 12 atleti contemporaneamente. Si pregano gli atleti, per permettere una migliore turnazione, di non impegnare la vasca per più di 10 minuti. Gli ingressi nella vasca di riscaldamento saranno regolamentate da un addetto alla sicurezza che permetterà il cambio turno ogni 10 minuti.

**STAFFETTISTI**

Non saranno previsti riscaldamenti pre-staffette nei giorni di venerdì e sabato. Gli atleti possono utilizzare la vasca piccola per riscaldarsi rispettando le regole sopra descritte.

Nel turno di domenica pomeriggio sono ammessi al primo riscaldamento solo gli atleti impegnati nelle gare di 800/1500 Stile Libero. A conclusione di queste gare, verrà lasciata libera la vasca per 15min di riscaldamento prima delle staffette.

Le società che intendono utilizzare, nelle composizioni di staffette, atleti che non risultano iscritti tramite il portale (neanche nelle composizioni di staffette già presentate) dovranno inviare i nominativi tramite e-mail a [nuoto.sicilia@federnuoto.it](mailto:nuoto.sicilia@federnuoto.it) entro e non oltre Giovedì 10 Marzo alle ore 12.00.

**DANNI DURANTE LE MANIFESTAZIONI**

I costi per eventuali danneggiamenti all'impianto durante lo svolgimento della manifestazione e nei momenti che ne precedono e succedono la stessa, verranno suddivisi tra tutte le Società presenti se non individuato il/i responsabile/i.

### **CONTROLLO ALL'INGRESSO DELL'IMPIANTO**

Prima dell'accesso all'impianto bisognerà presentare il proprio tesserino federale (sia tecnici che atleti) che verrà scansionato dagli addetti alla sicurezza. Sarà così permesso l'accesso all'impianto ai solo atleti iscritti nelle gare della parte interessata. L'accesso all'impianto è consentito solo 10min prima dell'inizio del turno di riscaldamento.

Per quanto non contemplato, valgono le norme Federali e anti Covid-19.

Cordiali saluti.

**Il Settore Nuoto**

## Orari e Turni di Riscaldamento

### **Parte 1 - Venerdì 11 Marzo 2022**

Ore 8.05 Riscaldamento (Durata ogni turno 20 minuti) - Ore 10.00 Inizio gare

#### **Turno A**

Idra Nuoto e Fitness - Poseidon Swim

#### **Turno B**

AquaFit - Athon Augusta - La Meridiana Sport ssd ar - Sicilia Nuoto - Sun Club - Synthesis ssd

#### **Turno C**

Circ.Canottieri Ortigia - La Fenice - Neri Fitness - Nuoto Chiaramonte - Power Team Messina - Tennis Cl. Match Ball SR - Unime ssd - Water Sun Comiso asd

#### **Turno D**

La Braciera Cus Palermo - Palermo Nuoto - Pol Nadir Palermo - Swimblu

#### **Turno E**

Aquarius Trapani - Marsala Nuoto asd - Olympiapalermo - Pol.Mimmo Ferrito - Tennis Club Palermo 3

### **Parte 2 - Venerdì 11 Marzo 2022**

Ore 14.45 Riscaldamento (Durata ogni turno 20 minuti) - Ore 16.00 Inizio gare

#### **Turno A**

Athon Augusta - Circ.Canottieri Ortigia - La Fenice - Marsala Nuoto asd - Nuoto Chiaramonte - Palermo Nuoto - Power Team Messina - Sun Club - Swimblu - Tennis Cl. Match Ball SR - Tennis Club Palermo 3 - Ulysse - Unime ssd

#### **Turno B**

Aquarius Trapani - La Braciera Cus Palermo - Olympiapalermo - Pol Nadir Palermo - Pol.Mimmo Ferrito

#### **Turno C**

AquaFit - Idra Nuoto e Fitness - Kaos ssd - La Meridiana Sport ssd ar - Pol. Dil. Muri Antichi - Poseidon Swim - Sicilia Nuoto - Synthesis ssd

### **Parte 3 - Sabato 12 Marzo 2022**

Ore 8.05 Riscaldamento (Durata ogni turno 20 minuti) - Ore 10.00 Inizio gare

#### **Turno A**

Aquarius Trapani - Olympiapalermo - Pol.Mimmo Ferrito - Tennis Club Palermo 3

#### **Turno B**

La Braciera Cus Palermo - Marsala Nuoto asd - Palermo Nuoto - Pol Nadir Palermo - Swimblu

#### **Turno C**

AquaFit - Idra Nuoto e Fitness - Kaos ssd - La Meridiana Sport ssd ar - Sicilia Nuoto - Synthesis ssd

#### **Turno D**

Athon Augusta - La Fenice - Poseidon Swim

#### **Turno E**

Circ.Canottieri Ortigia - Neri Fitness - Nuoto Chiaramonte - Power Team Messina - Sun Club - Tennis Cl. Match Ball SR - Unime ssd

### **Parte 4 - Sabato 12 Marzo 2022**

Ore 14.45 Riscaldamento (Durata ogni turno 20 minuti) - Ore 16.00 Inizio gare

#### **Turno A**

Aquarius Trapani - Athon Augusta - Circ.Canottieri Ortigia - La Fenice - Marsala Nuoto asd - Nuoto Chiaramonte - Olympiapalermo - Power Team Messina - Sun Club - Swimblu - Tennis Cl. Match Ball SR - Tennis Club Palermo 3 - Ulysse - Unime ssd - Water Sun Comiso asd

#### **Turno B**

La Braciera Cus Palermo - Palermo Nuoto - Pol Nadir Palermo - Pol. Dil. Muri Antichi - Pol.Mimmo Ferrito

#### **Turno C**

AquaFit - Idra Nuoto e Fitness - Kaos ssd - La Meridiana Sport ssd ar - Poseidon Swim - Sicilia Nuoto - Synthesis ssd

**Parte 5 - Domenica 13 Marzo 2022**

Ore 8.45 Riscaldamento (Durata ogni turno 20 minuti) - Ore 10.00 Inizio gare

**Turno A**

Aquarius Trapani - La Braciera Cus Palermo - Marsala Nuoto asd - Nuoto Chiaramonte - Olympiapalermo -  
Palermo Nuoto - Pol Nadir Palermo - Tennis Club Palermo 3

**Turno B**

AquaFit - Circ.Canottieri Ortigia - Idra Nuoto e Fitness - La Fenice - Pol.Mimmo Ferrito - Swimblu

**Turno C**

La Meridiana Sport ssd ar - Neri Fitness - Poseidon Swim - Power Team Messina - Sicilia Nuoto - Sun Club -  
Synthesis ssd - Tennis Cl. Match Ball SR - Unime ssd - Water Sun Comiso asd

**Parte 6 - Domenica 13 Marzo 2022**

Ore 14.15 Riscaldamento (Durata ogni turno 15 minuti) - Ore 15.00 Inizio gare

**Turno A**

AquaFit - Circ.Canottieri Ortigia - Idra Nuoto e Fitness - La Meridiana Sport ssd ar - Nuoto Chiaramonte - Poseidon  
Swim - Power Team Messina - Sicilia Nuoto - Sun Club - Swimblu - Tennis Cl. Match Ball SR - Ulysse - Unime ssd

**Turno B**

Aquarius Trapani - La Braciera Cus Palermo - La Fenice - Olympiapalermo - Palermo Nuoto - Pol Nadir Palermo -  
Pol.Mimmo Ferrito - Tennis Club Palermo 3