# 1ª Prova Regionale Esordienti
## Paternò (CT), 12-13 Novembre 2022

## Riscaldamenti - Orari - Avvertenze

### AVVERTENZE

Si comunica che in occasione della manifestazione, la tribuna sarà accessibile al pubblico in maniera ridotta, una parte di essa sarà infatti riservata agli atleti.

Si chiede la collaborazione di tutti nel liberare il posto in tribuna quando l'atleta di proprio interesse non deve gareggiare lasciando posto ad altri.

Si comunica, inoltre, che l'accesso negli spogliatoi è riservato esclusivamente agli atleti. Non sarà possibile, in ogni caso, permettere l'accesso a genitori/tutori.

### RISCALDAMENTI E ORARI

***Parte 1 - Sabato 12 Novembre 2022***
*Riscaldamento: 14.45 - 15.45 (Durata ogni turno 30 minuti) - Inizio gare: 16.00*
***Turno A***
*La Meridiana Sport - Muri Antichi pol dil - Poseidon Swim - Sicilia Nuoto*
***Turno B***
*AquaFit - Ulysse - Cus Palermo - Dimarca Nuoto Gela - Idra Nuoto e Fitness - Kiran Club Nuoto Caltagirone - Pol Sport Club Erea - Power Team Messina - Sun Club - Swimblu - Unime*

***Parte 2 - Domenica 13 Novembre 2022***
*Riscaldamento: 8.45 - 9.45 (Durata ogni turno 30 minuti) - Inizio gare: 10.00*
***Turno A***
*Cus Palermo - Idra Nuoto e Fitness - Poseidon Swim*
***Turno B***
*Circolo Canottieri Ortigia 1928 - AquaFit - Ulysse - Athon Augusta - Dimarca Nuoto Gela - Kiran Club Nuoto Caltagirone - La Meridiana Sport - Muri Antichi pol dil - Pol Sport Club Erea - Power Team Messina - Sun Club - Unime*

***Parte 3 - Domenica 13 Novembre 2022***
*Riscaldamento: 14.45 - 15.45 (Durata ogni turno 30 minuti) - Inizio gare: 16.00*
***Turno A***
*Circolo Canottieri Ortigia 1928 - Ulysse - Athon Augusta - Dimarca Nuoto Gela - Idra Nuoto e Fitness - Kiran Club Nuoto Caltagirone - La Meridiana Sport - Pol Sport Club Erea - Sicilia Nuoto - Sun Club - Swimblu - Unime*
***Turno B***
*AquaFit - Cus Palermo - Muri Antichi pol dil - Poseidon Swim*