

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

**Catania, 10/03/2023 - 12/03/2023**

### **Parte 1 - Venerdì 10 Marzo 2023**

**Riscaldamento: 15.05 - 15.45 (Durata ogni Gruppo 20 minuti) - Inizio gare: 16.00**

#### **Turno 1 (15.05-15.25)**

##### **Vasca Gara**

*Idra Nuoto e Fitness - Kiran Club Nuoto Caltagirone - La Meridiana Sport - Poseidon Swim*

##### **Vasca Riscaldamento**

*AquaFit - Athon Augusta - Circ.Canottieri Ortigia 1928 - Sicilia Nuoto - Sun Club - Tennis Cl. Match Ball SR*

#### **Turno 2 (15.25-15.45)**

##### **Vasca Gara**

*La braciara Cus Palermo - Ita 12001 - La Fenice - Neri Fitness - Pol.Mimmo Ferrito - Swim Power Bagheria*

##### **Vasca Riscaldamento**

*Nuoto Chiaramonte - Pol Nadir Palermo - Power Team Messina - Swimblu - Unime*

### **Parte 2 - Sabato 11 Marzo 2023**

**Riscaldamento: 9.05 - 9.45 (Durata ogni Gruppo 20 minuti) - Inizio gare: 10.00**

#### **Turno 1 (9.05-9.25)**

##### **Vasca Gara**

*AquaFit - Athon Augusta - Circ.Canottieri Ortigia 1928 - La Meridiana Sport - Nuoto Chiaramonte - Sicilia Nuoto - Sun Club - Tennis Cl. Match Ball SR*

##### **Vasca Riscaldamento**

*Idra Nuoto e Fitness - Kiran Club Nuoto Caltagirone - Poseidon Swim*

#### **Turno 2 (9.25-9.45)**

##### **Vasca Gara**

*Pol Nadir Palermo - Power Team Messina - Swimblu - Unime*

##### **Vasca Riscaldamento**

*La braciara Cus Palermo - Dimarca Nuoto Gela - Ita 12001 - La Fenice - Pol.Mimmo Ferrito - Tennis Club Palermo 3*

### **Parte 3 - Sabato 11 Marzo 2023**

**Riscaldamento: 15.35 - 16.15 (Durata ogni Gruppo 20 minuti) - Inizio gare: 16.30**

#### **Turno 1 (15.35-15.55)**

##### **Vasca Gara**

*Idra Nuoto e Fitness - Kiran Club Nuoto Caltagirone - Poseidon Swim*

##### **Vasca Riscaldamento**

*AquaFit - Athon Augusta - Circ.Canottieri Ortigia 1928 - La Meridiana Sport - Nuoto Chiaramonte - Sicilia Nuoto - Sun Club - Tennis Cl. Match Ball SR*

#### **Turno 2 (15.55-16.15)**

##### **Vasca Gara**

*La braciara Cus Palermo - Ita 12001 - La Fenice - Pol.Mimmo Ferrito - Tennis Club Palermo 3*

##### **Vasca Riscaldamento**

*Dimarca Nuoto Gela - Pol Nadir Palermo - Power Team Messina - Swimblu - Unime*

#### **Parte 4 - Domenica 12 Marzo 2023**

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

##### **Turno 1 (8.35-8.55)**

###### **Vasca Gara**

*La braciara Cus Palermo - Nuoto Chiaramonte - Pol Nadir Palermo - Sun Club - Swimblu*

###### **Vasca Riscaldamento**

*Ita 12001 - La Fenice - Pol.Mimmo Ferrito - Tennis Cl. Match Ball SR - Tennis Club Palermo 3*

##### **Turno 2 (8.55-9.15)**

###### **Vasca Gara**

*AquaFit - Athon Augusta - Circ.Canottieri Ortigia 1928 - La Meridiana Sport - Sicilia Nuoto - Unime*

###### **Vasca Riscaldamento**

*Idra Nuoto e Fitness - Kiran Club Nuoto Caltagirone - Poseidon Swim - Power Team Messina*

#### **Parte 5 - Domenica 12 Marzo 2023**

Riscaldamento: 15.05 - 15.45 (Durata ogni Gruppo 20 minuti) - Inizio gare: 16.00

##### **Turno 1 (15.05-15.25)**

###### **Vasca Gara**

*Ita 12001 - La Fenice - Pol.Mimmo Ferrito - Tennis Cl. Match Ball SR - Tennis Club Palermo 3*

###### **Vasca Riscaldamento**

*La braciara Cus Palermo - Nuoto Chiaramonte - Pol Nadir Palermo - Sun Club - Swimblu*

##### **Turno 2 (15.25-15.45)**

###### **Vasca Gara**

*Dimarca Nuoto Gela - Idra Nuoto e Fitness - Kiran Club Nuoto Caltagirone - Poseidon Swim - Power Team Messina*

###### **Vasca Riscaldamento**

*AquaFit - Athon Augusta - Circ.Canottieri Ortigia 1928 - La Meridiana Sport - Sicilia Nuoto - Unime*