

## CAMPIONATI REGIONALI ESORDIENTI "A" 2010

I campionati si svolgeranno il 7-8-9 Luglio 2010 (vasca da 50 mt.) con sede a Spoleto. La vasca sarà a disposizione della Società 45' prima dell'inizio delle gare per effettuare il riscaldamento.

### PARTECIPAZIONE

Avranno diritto a partecipare tutti gli E/A che si trovano nelle prime 24 posizioni della graduatoria derivante esclusivamente dalle 6 gare provinciali; per le distanze 400, 800 e 1500 SL, 200 Fa e 400 Mix saranno presi in considerazione i primi 16 tempi.

Verranno effettuati ripescaggi al fine di completare i posti lasciati liberi dalle opzioni di iscrizione.

Gli atleti possono essere iscritti ad un massimo di 5 gare individuali, nell'arco dell'intera manifestazione e non più di 2 gare individuali più 1 staffetta per giornata.

Le Società potranno iscrivere solo 1 staffetta per stile e per sesso per giornata.

Le staffette categoria E/A non potranno essere completate da atleti appartenenti alla categoria E/B.

### PREMIAZIONI

Verranno premiati:

- i primi 3 atleti maschi e femmine
- le prime 3 staffette maschi e femmine
- le prime 3 Società classificate (somma del punteggio maschile e femminile)

### PUNTEGGI

Saranno assegnati punti 9 al 1°, punti 7 al 2° e così via a calare fino all'8° che prenderà 1 punto. Per le staffette il punteggio sarà doppio.

### **PROGRAMMA GARE**

#### I<sup>a</sup> giornata

400	st. libero	femm.
400	st. libero	maschi
100	rana	femm.
100	rana	maschi
100	farfalla	femm.
100	farfalla	maschi
400	misti	femm.
400	misti	maschi
4X100	st. libero	femm.
4X100	st. libero	maschi

#### 2<sup>a</sup> giornata

200	dorso	femm.
200	dorso	maschi
200	rana	femm.
200	rana	maschi
100	st. libero	femm.
200	st. libero	maschi
200	misti	femm.
200	misti	maschi
800	st. libero	femm.

#### 3<sup>a</sup> giornata

200	farfalla	maschi
200	farfalla	femm.
100	dorso	maschi
100	dorso	femm.
100	st. libero	maschi
200	st. libero	femm.
1500	st. libero	maschi
4X100	misti	femm.
4X100	misti	maschi