

COPPA CADUTI DI BREMA 2011

La Federazione Italiana Nuoto - C.R. Calabro indice ed organizza la **COPPA CADUTI DI BREMA**, che si svolgerà il **05 dicembre 2010** presso la piscina comunale di Cosenza – Via Veterani dello Sport - **con inizio gare alle ore 15.00**, come da seguente programma e regolamento:

PROGRAMMA GARE

La fase si svolgerà in un solo turno gare, secondo il seguente programma, comprendente una interruzione di 30' fra le gare degli 800 femminili e i 100 farfalla femminili. INIZIO GARE ORE 15,00.

1	100 mt	Farfalla	Masch
2	50 mt.	Farfalla	Femm
3	100 mt	Rana	Masch
4	50 mt.	Rana	Femm
5	100 mt	St. libero	Masch
6	50 mt.	St. libero	Femm
7	100 mt	Dorso	Masch
8	50 mt.	Dorso	Femm
9	400 mt.	Sl. libero	Masch
10	200 mt.	Misti	Femm
11	4x50 mt.	St. libero	Masch
12	4x50 mt.	Mista	Femm
13	800 mt.	St. libero	Femm

14	100 mt	Farfalla	Femm
15	50 mt.	Farfalla	Masch
16	100 mt	Rana	Femm
17	50 mt.	Rana	Masch
18	100 mt	St. libero	Femm
19	50 mt.	St. libero	Masch
20	100 mt	Dorso	Femm
21	50 mt.	Dorso	Masch
22	400 mt.	Sl. libero	Femm
23	200 mt.	Misti	Masch
24	4x50 mt.	St. libero	Femm
25	4x50 mt.	Mista	Masch
26	1500 mt.	St. libero	Masch

- **Riscaldamento:** un'ora prima dell'inizio orario gare