



Programma del TRITTICO NATATORIO SANTERENZINO 2010

SABATO 17 LUGLIO

Ore 15:00 Campionato Nazionale Master di Fondo in prova unica
Gara sulla distanza di 5.000 m

Ore 17:00 Ristoro e premiazioni

DOMENICA 18 LUGLIO

Ore 10:00 Campionato Italiano UISP Nuoto di Mezzofondo
Gara sulla distanza di 1.500 m. e nuotata amatoriale

Ore 11:30 Campionato Nazionale Master di Mezzofondo in prova unica
Gara sulla distanza di 2.500 m

Ore 12:30 Ristoro e premiazioni

DOMENICA 8 AGOSTO

Ore 11:00 **UN SOLO GOLFO UN SOLO MARE**
Gara amatoriale sulla distanza di 1.000 m

Memorial DAVID PASSALACQUA

SABATO 11 SETTEMBRE

Ore 10:00 Visita guidata ai borghi marinari del golfo, con battello e guida turistica che ne illustrerà la storia: Tellaro, Lerici, Fiascherino, Maralunga, Baia Blu, Isola Palmaria, Portovenere.

Ore 15:00 Trofeo **CAR-GIA** 4^a edizione - Campionato Italiano FIN Nuoto di Mezzofondo
Gara sulla distanza di 3.000 m.

Ore 16:30 Coppa **CSI** - Campionato Italiano FIN Nuoto di Mezzofondo.
Gara sulla distanza del Miglio Marino

Ore 19:00 Ristoro e premiazioni

Ore 21:00 Esibizione banda musicale in Piazza Meneghetti e a seguire dibattito sul tema: lo sport finalizzato anche all'incremento turistico

DOMENICA 12 SETTEMBRE

Ore 10:00 Campionato Italiano UISP Nuoto di Mezzofondo
Gara sulla distanza di 1.500 m. e nuotata amatoriale

Ore 10:30 Trofeo **ITALPESTO** 5^a edizione - Campionato Italiano FIN Nuoto di Fondo
Gara sulla distanza di 5.000 m.

Ore 12:00 Gara Special Olympics – Esibizione sulla distanza di 500 m.

Ore 13:00 Ristoro e premiazioni