**14° MEETING DI NUOTO INTEGRATO**

**SABATO 14 marzo 2015**

# Lo Shark Team 2000 del Gruppo Sportivo Integrato del Bellinzonese organizza la 14° edizione del Meeting di nuoto integrato cantonale.

Partecipare è molto semplice !!!!

Possono gareggiare tutti gli atleti che sanno nuotare correttamente almeno 25 metri nello stile definito e che praticano regolarmente nuoto in una società invalidi o di nuoto integrato; che rientrano nella categoria d'età da 2 a 102 anni.

Il meeting si svolgerà presso la piscina coperta di Bellinzona – Svizzera.

### PROGRAMMA

#### **Ore 8.15 Riunione responsabili gruppi sportivi**

#### **Ore 9.00 Inizio gare**

##### Ore 11.15 Premiazioni delle gare del mattino

###### Ore 11.45 Pranzo

#### **Ore 12.15 Ripresa gare**

##### Ore 15.30 Premiazioni delle gare pomeridiane

 **e conclusione**

### DISCIPLINE

25 m rana 50 m rana 100 m rana

25 m crawl 50 m crawl 100 m crawl

25 m dorso 50 m dorso 100 m dorso

25 m delfino 50 m delfino 100 m delfino

15 m di nuoto assistito in acqua bassa

staffetta 4 x 50 stile libero atleti formata da portatori di handicap e normodotati

staffetta 4 x 50 stramista, mista sia di stile che di squadre diverse (atleti)

staffetta 4 x 50 stile libero monitori **(chiediamo ad ogni gruppo di formare almeno una squadra per società … forza monitori! valgono anche i gemellaggi)**

**Vogliate segnalarci i tempi indicativi tramite la scheda allegata, in modo preciso. Per la buona riuscita di un meeting integrato è necessario che non vi siano troppe discrepanze tra i tempi indicativi ed i tempi reali in modo che le batterie siano più o meno "omogenee" e pertanto anche il podio sarà "integrato".**

Ogni atleta può partecipare al massimo a 3 gare più la staffetta oppure a 3 gare singole.

La tassa d'iscrizione ammonta a ***CHF 25.-*** *per atleti, monitori e accompagnatori (pranzo incluso) e…. sorpresa!! (Prezzo speciale per squadre italiane!)*

***P.f fatemi sapere entro il 31 gennaio se desiderate partecipare al meeting e all'incirca quanti atleti e monitori. grazie!***

Le iscrizioni devono pervenire entro **il 23 febbraio 2015 all'indirizzo email katyross@bluewin.ch**

Vi ringraziamo e vi porgiamo sportivi saluti.

 Rosselli katya

 www.sharkteam2000.ch