

**DETTAGLIO ORARIO**  
**CAMPIONATO REGIONALE ESTIVO DI CATEGORIA 2024 – CASERTA**

**Venerdì 12 LUGLIO 2024**

**Mattina**

**RISCALDAMENTO UOMINI**  
**DALLE 8.30 ALLE 9.00**  
**RISCALDAMENTO DONNE**  
**DALLE 9.00 ALLE 9.30**  
**INIZIO GARE 9.45**

Batterie 50 m FA uomini  
Batterie 50 m FA donne  
Batterie 400 m SL uomini  
Batterie 400 m SL donne  
Batterie 200 m DO uomini  
Batterie 200 m DO donne  
Batterie 100 m RA uomini  
Batterie 100 m RA donne

**Pomeriggio**

**RISCALDAMENTO UNICO**  
**DALLE 16.00 ALLE 16.45**  
**INIZIO GARE 17.00**

Finali 50 m FA uomini J/C/S  
Finali 50 m FA donne J/C/S  
Finali 400 m SL uomini R14/R/J/C/S  
Finali 400 m SL donne R/J/C/S  
Finali 200 m DO uomini R14/R/J/C/S  
Finali 200 m DO femmine R/J/C/S  
Finali 100 m RA uomini R14/R/J/C/S  
Finale 100 m RA donne R/J/C/S  
Serie 4x100 sl uomini R/J/C  
Serie 4x100 sl donne R/J/C

**Sabato 13 LUGLIO 2024**

**Mattina**

**RISCALDAMENTO UOMINI**  
**DALLE 8.15 ALLE 8.45**  
**RISCALDAMENTO DONNE**  
**DALLE 8.45 ALLE 9.15**  
**INIZIO GARE 9.30**

Batterie 50 m DO uomini  
Batterie 50 m DO donne  
Batterie 100 m FA uomini  
Batterie 100 m FA donne  
Batterie 200 m SL uomini  
Batterie 200 m SL donne  
Batterie 200 m RA uomini  
Batterie 200 m RA donne  
Serie lente 1500 m SL uomini  
Serie lente 1500 m SL donne

**Pomeriggio**

**RISCALDAMENTO UNICO 1500 SL**  
**DALLE 14.30 ALLE 15.00**  
**INIZIO GARE 15.15**

Serie veloci 1500 m SL uomini  
Serie veloci 1500 m SL donne

**RISCALDAMENTO UNICO**  
**PER 30 MINUTI AL TERMINE DEI 1500**

Finali 50 m dorso uomini J/C/S  
Finali 50 m dorso donne J/C/S  
Finali 100 m FA uomini R14/R/J/C/S  
Finali 100 m FA donne R/J/C/S  
Finali 200 m SL uomini R14/R/J/C/S  
Finali 200 m SL donne R/J/C/S  
Finali 200 m RA uomini R14/R/J/C/S  
Finali 200 m RA donne R/J/C/S  
Serie 4x100 mista uomini R/J/C  
Serie 4x100 mista donne R/J/C

## **Domenica 14 LUGLIO 2024**

### **Mattina**

**RISCALDAMENTO UOMINI  
DALLE 9.00 ALLE 9.30  
RISCALDAMENTO DONNE  
DALLE 9.30 ALLE 10.00  
INIZIO GARE 10.15**

Batterie 100 m SL uomini  
Batterie 100 m SL donne  
Batterie 50 m RA uomini  
Batterie 50 m RA donne  
Serie lente 400 m MX uomini  
Serie lente 400 m MX donne

### **Pomeriggio**

**RISCALDAMENTO UNICO  
DALLE 16.00 ALLE 16.45  
INIZIO GARE 17.00**

Serie veloci 400 m Mx Uomini R14/R/J/C+S  
Serie veloci 400 m MX donne R/J/C/S  
Finali 100 m SL uomini R14/R/J/C/S  
Finali 100 m SL donne R/J/C/S  
Finali 50 m RA uomini J/C/S  
Finali 50 m RA donne J/C/S

Serie 4x200 m SL uomini R/J/C  
Serie 4x200 m SL donne R/J/C

## **Lunedì 15 LUGLIO 2024**

### **Mattina**

**RISCALDAMENTO UOMINI  
DALLE 8.15 ALLE 8.45  
RISCALDAMENTO DONNE  
DALLE 8.45 ALLE 9.15  
INIZIO GARE 9.30**

Batterie 200 m MX uomini  
Batterie 200 m MX donne  
Batterie 50 m SL uomini  
Batterie 50 m SL donne  
Batterie 200 m FA uomini  
Batterie 200 m FA donne  
Batterie 100 m DO uomini  
Batterie 100 m DO donne  
Serie lente 800 m SL uomini  
Serie lente 800 m SL donne

### **Pomeriggio**

**RISCALDAMENTO UNICO  
DALLE 14.45 ALLE 15.15  
INIZIO GARE 15.30**

Serie veloci 800 m SL uomini  
Serie veloci 800 m SL donne

**RISCALDAMENTO UNICO  
PER 30 MINUTI AL TERMINE DEI 800**

Finali 200 m MX uomini R14/R/J/C/S  
Finali 200 m MX donne R/J/C/S  
Finali 50 m SL uomini R14/R/J/C/S  
Finali 50 m SL donne R/J/C/S  
Finali 200 m FA uomini R14/R/J/C/S  
Finali 200 m FA donne R/J/C/S  
Finali 100 m DO uomini R14/R/J/C/S  
Finali 100 m DO donne R/J/C/S