



Programma, regolamento ed informazioni

Sabato 25 Luglio 2009

14^a traversata a nuoto non competitiva del Lago Maggiore (km 3,3)

"La nuotata dell'Eremo" *Nuotiamo insieme per adottare un bambino*
da STRESA (spiaggia Ristorante S.Giovanni) a RENO di Leggiuno

Patrocino : Province di Varese e Verbano Cusio Ossola e dei Comuni di Laveno e Leggiuno

Programma : dalle ore 11,00 alle ore 12,00 **ritrovo nuotatori a Reno di Leggiuno** (spiaggia comunale) per verifica obbligatoria dell'iscrizione, consegna del pallone di sicurezza con obbligo di utilizzo.

La mancata verifica esclude la partecipazione alla nuotata.

ore 11,00 Chiusura iscrizioni con soprattassa - ore 12,30 Briefing

ore 13,00 partenza dei battellini in direzione Stresa (S.Giovanni)

Stresa (spiaggia Ristorante S.Giovanni)

ore 14,45 partenza nuotata

Reno di Leggiuno (spiaggia comunale)

ore 17,15 premiazione

Regolamento : Al nuotatore oltre l'uso di cuffia e di occhialini, *consigliamo vivamente l'utilizzo della muta*

(la temperatura dell'acqua per il mese di luglio, si aggira sui 19/20gradi). Tutto il resto è vietato.

Sarà fornito ad ogni nuotatore un pallone di sicurezza con l'obbligo di utilizzo.

Il personale dell'organizzazione controllerà il corretto svolgimento della nuotata.

Per i nuotatori che non avessero la muta, consigliamo Lanolina e olio canforato (acquistabili in farmacia).

Età minima di partecipazione 11 anni

Per ragioni organizzative e di sicurezza, la nuotata sarà limitata a 350 nuotatori, il tempo massimo è di 2 ore, poi il nuotatore sarà tassativamente recuperato dai mezzi dell'organizzazione.

Informazioni :

GRUPPO NUOTO CRAL ALENIA AERMACCHI

Via Paolo Foresio N. 1 - 21040 Venegono Superiore (VA)

Fax 0331 828102

Tel. Cellulare Gruppo Nuoto 333 2443511 (dopo le 18,00)

Mazzucchelli Flora tel. uff. 0331 813143 (dalle 13,30 - 14,00 lun-ven.)

fmazzucchelli@aermacchi.it

Podestà Alluvion Dario tel. casa 0332 648890 (dopo le 20,00)

gnadario@gmail.com

Stand gastronomico in spiaggia organizzato dallo Sport Club Renese. (Alla sera grigliata in spiaggia)

Possibilità di pranzare a prezzo ridotto a partire dalle ore 11,00.

Sarà disponibile (a pagamento) un servizio battellini per coloro che volessero seguire la nuotata.

Ogni partecipante riceverà una coppa/trofeo ed una maglietta artistica creata dalla scenografa Francesca Miramonti.

Potrete trovare tutte le informazioni e la classifica sul sito

www.nuotatadelleremo.org