



# turrìtanuoto

---

Associazione Turrìta Nuoto - 6500 Bellinzona  
info@turrìtanuoto.ch – www.turrìtanuoto.ch  
CCP 65-3255-8

## *5° Meeting Capriaschese di Nuoto*

<b>Luogo</b>	Tesserete, piscina di 50 metri.
<b>Data</b>	Sabato, 24 maggio 2023, mattina
<b>Direzione</b>	Allenatori Paolo Villa, Annalisa Faravelli
<b>Partecipanti</b>	Vedi lista allegata
<b>Programma</b>	Vedi allegato
<b>Ritrovo</b>	<b>Ore 07.20 piscina Arena Sportiva, via alle scuole 2, 6954 Capriasca; termine manifestazione prevista entro le 13:00;</b>
<b>Tenuta</b>	Nuova divisa Turrìta, maglietta <b>AZZURRA (chiara)</b> . <b>Ricordarsi di portare indumenti pesanti se le condizioni meteo lo richiedano.</b>
<b>Alimentazione</b>	Solita alimentazione infra-competitiva, sarà molto importante avere una adeguata quantità di acqua per idratarsi al meglio durante la giornata.
<b>Iscrizioni</b>	Vedi lista allegata.
<b>Osservazioni</b>	Competizione all'aperto importante per i più giovani della squadra e per prepararsi al meglio ai campionati ticinesi.  <b>"... in bocca al lupo!"</b> .

Turrìta Nuoto  
Paolo Villa

12/06/2023