



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE NATAȚIE ȘI PENTATLON MODERN

Adresa: str. Major Coravu, nr. 34-36, Sectorul 2, București, 021972

Telefon: +4 0311 011 124

E-Mail: office@frnpm.ro

Site oficial: www.frnpm.ro

Facebook: www.facebook.com/frnpm

PROGRAM *CAMPIONAT NAȚIONAL COPII 10-11 ani

BRAȘOV, 10-12.06.2022

Vineri , 10.06	Ora	Sâmbătă , 11.06	Ora	Sâmbătă , 11.06	Ora	Duminică , 12.06	Ora
Access sportivi	15:30	Access sportivi	08:00	Access sportivi	15:30	Access sportivi	08:00
Încălzire	16:00	Încălzire	08:30	Încălzire	16:00	Încălzire	08:30
	16:45		09:15		16:45		09:15
50m Fluture M 11 ani	17:00	50m Spate F 11 ani	09:30	100m Liber M 11 ani	17:00	50m Liber F 11 ani	09:30
50m Fluture F 11 ani	17:16	50m Spate M 11 ani	09:46	100m Liber F 11 ani	17:30	50m Liber M 11 ani	09:48
50m Fluture M 10 ani	17:32	50m Bras F 10 ani	10:02	50m Liber M 10 ani	18:00	50m Spate F 10 ani	10:06
50m Fluture F 10 ani	17:52	50m Bras M 10 ani	10:16	50m Liber F 10 ani	18:20	50m Spate M 10 ani	10:20
100m Spate M 11 ani	18:06	100m Bras F 11 ani	10:36	50m Bras M 11 ani	18:34	200m Mixt F 11 ani	10:40
100m Spate F 11 ani	18:35	100m Bras M 11 ani	11:06	50m Bras F 11 ani	18:50	200m Mixt M 11 ani	11:15
Premiere	19:05	Premiere	11:30	Premiere	19:10	Premiere	11:50
4x50m Liber M10 ani	19:20	4x50m Liber F 11 ani	11:45	4x50m Mixt M 11 ani	19:25	4x50m Mixt F 10 ani	12:05
4x50m Liber F 10 ani	19:25	4x50m Liber M11 ani	11:50	4x50m Mixt F 11 ani	19:30	4x50m Mixt M 10 ani	12:10
Premiere	19:30	Premiere	11:55	Premiere	19:35	Premiere	12:15

***orarul poate suferi modificări în funcție de desfășurarea competiției sau a altor evenimente neprevăzute**



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE NATAȚIE ȘI PENTATLON MODERN

Adresa: str. Major Coravu, nr. 34-36, Sectorul 2, București, 021972

Telefon: +4 0311 011 124

E-Mail: office@frnpm.ro

Site oficial: www.frnpm.ro

Facebook: www.facebook.com/frnpm

REPARTIZARE CLUBURI ANTRENAMENT OFICIAL – 10.06.2022

CAMPIONAT NAȚIONAL COPII 10-11 ani

Seria	Interval orar	Cluburi repartizate
1	09:00 – 10:15	HYP ; S4L ; COB ; MPL ; SPL ; PET ; SSB ; CTR ; DAC ; LPT ; TSP ; MTG ; ACA ; ASP ; CES ; ALS ; REN ; STE ; BLU ; SS7 ; SWM ; DIN ; BSC ; NAV.
2	10:30 – 12:00	CSN ; DEL ; SVU ; COR ; SCB ; BAM ; CSR ; UCJ ; AGL ; AIB ; H2O ; PCT ; MAR ; ACT ; ASC ; DET ; MBR ; SRT ; SHD ; STM ; ALB ; MGL ; ACN ; BCC ; CJI ; DEV ; TSI ; NAD ; GAR ; SGL .

* Verificarea legitimațiilor și a vizelor medicale, plata taxei de concurs : 09:00 – 12:00 / 15:30 – 16:00,
Bazinul Olimpic Brașov



FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE NATAȚIE ȘI PENTATLON MODERN

Adresa: str. Major Coravu, nr. 34-36, Sectorul 2, București, 021972

Telefon: +4 0311 011 124

E-Mail: office@frnpm.ro

Site oficial: www.frnpm.ro

Facebook: www.facebook.com/frnpm

GRAFIC ÎNCĂLZIRE

CAPĂT START PROBE 50m / ÎNTOARCERI

9 SPRINT 15m	8	7	6	5	4	3	2	1	0 Sprint 15m
	CIRCUIT	CIRCUIT	CIRCUIT	CIRCUIT	CIRCUIT	CIRCUIT	CIRCUIT	CIRCUIT	
9 SPRINT 25m	8	7	6	5	4	3	2	1	0 SPRINT 25m

CAPĂT START PROBE 100m ȘI MAI LUNGI

Starturile sunt permise doar pe culoarele 0 și 9. Este interzisă folosirea labelor, palmarelor, corzilor elastice, etc. în timpul încălzirii !