



## QUARTO TEST INVERNALE

- Sede:** Canottieri Padova ASD (via Polveriera 3/G, 35142, Padova)
- Data:** 24/02/2019                      **Cronometraggio:** A cura dei tecnici presenti
- Iscrizioni:** Compilando i 2 moduli distinti in allegato COMPLETI e inviati a [crveneto@federcanoa.it](mailto:crveneto@federcanoa.it) entro il 23/01/2019 ore 9.00 (Inderogabile).
- Info:** A disposizione spogliatoi con docce calde, bagni, soccorso in acqua, zona stretching riscaldata.
- Per chi lo desidera è presente un bar con servizio di ristorazione, per il pranzo è raccomandata la prenotazione al 049.680857 (4 - Club House).
- Alte Info:** Luca Benetazzo - 346.9793817

### (Ragazzi - Junior - Under23)

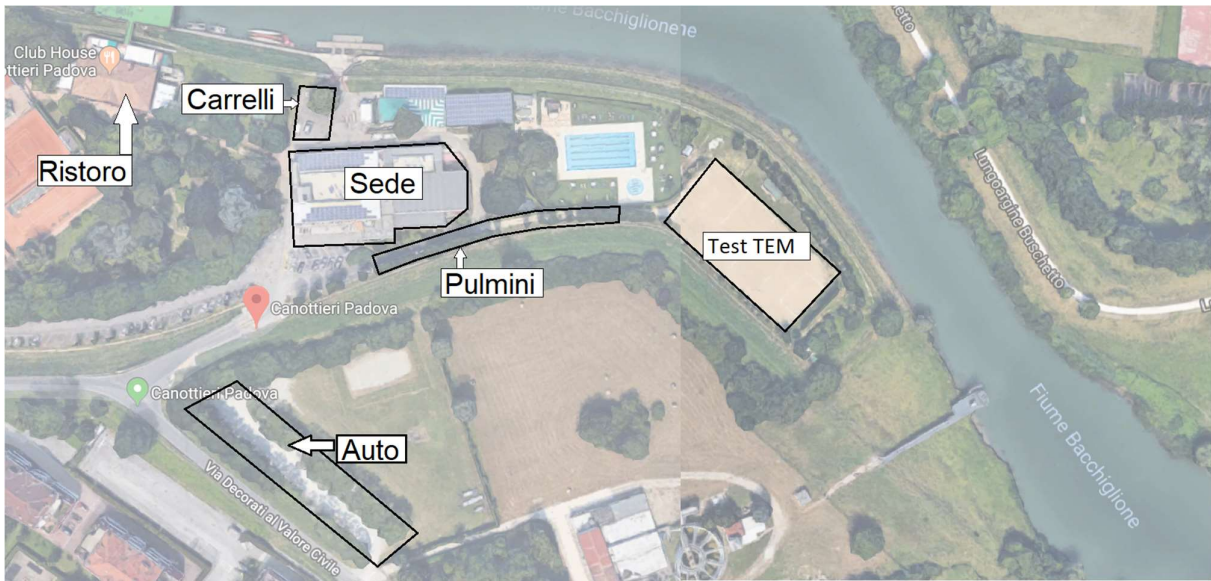
- Orario test:** Sulla base delle iscrizioni pervenute verrà composto il programma.
- La prima partenza 2000 mt avverrà alle ore 10.00, in seguito test 200 mt e test corsa 5000 mt.

### (Allievi - Cadetti)

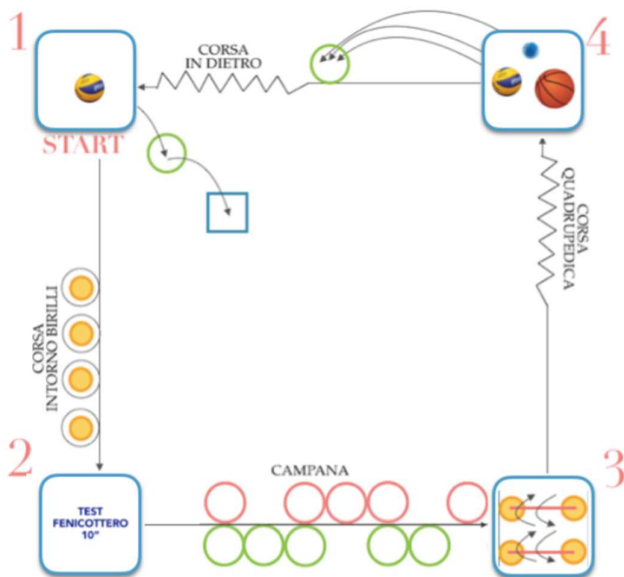
- Orario test:** Sulla base delle iscrizioni pervenute verrà composto il programma.
- La prima partenza del test TEM (a secco) avverrà alle ore 11.00, poi a termine del test 200 mt dei "grandi" si partirà con il test PAEM (in acqua).
- Indicazioni sui test TEM e PAEM le trovate sul sito del comitato sezione DOCUMENTI.
- In caso di maltempo il test Allievi-Cadetti potrebbe essere annullato (verrà data comunicazione per tempo).

**Per i cadetti B che volessero fare il test con i "grandi" si prega di indicarlo nella mail di iscrizione.**

## Indicazioni logistiche



Test TEM (Canoagiovani)



Test PAEM (Canoagiovani)

