



1° TEST INVERNALE

Il primo test federale sarà organizzato in accorpamento al Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia

Sede: Canoa San Giorgio ASD - Via Famula, 44, 33058 San Giorgio di Nogaro UD

Data: 01/12/2019

Cronometraggio: A cura dei tecnici presenti

Iscrizioni: Entro venerdì 29 ore 19.00 tramite il foglio excel allegato, a crveneto@federcanoa.it

Categorie ammesse: Ragazzi / Junior / Senior

Orario test: Sulla base delle iscrizioni pervenute verrà composto il programma.

Il primo test partirà alle ore 9.00

Composizione test: 1 x 2000mt max

2 x 200 mt con partenza avviata e con frequenze inferiori ai 105 colpi

1 x 5000mt corsa

Max Trazioni alla sbarra.