

Piscina Canavée, Vasca corta (25m)

Bassi Christian
6966 Villa Luganese
Switzerland

Convocazione per Bassi Christian

Iscrizioni:	:	16	K: 100m Rana	2:19.00	24	K: 100m Lagen	2:06.47
		20	K: 20m Rana con virata	31.73			

Carissimi Atletini, alcuni consigli utili.

Tenuta:

Tutto quello che avete del Bissone è da mettere.

Cibo:

Spuntini e bevande sane per il pomeriggio di gare. (Es. Succo di mele diluito con acqua, barrette enrgetiche) A casa pranzare con un pittone di pasta.

Grazie per la collaborazione.

Davide

Partenza : Ci Troviamo direttamente in piscina a Mendrisio
(di fronte all'ospedale Beata Vergine OBV)
a Mezzogiorno fuori dai posteggi.

Piscina Canavée, Vasca corta (25m)

Besomi Davide

-

6816 Bissone
Switzerland

Convocazione per Besomi Davide

Sei convocato come accompagnatore per questa manifestazione.

Carissimi Atletini, alcuni consigli utili.

Tenuta:

Tutto quello che avete del Bissone è da mettere.

Cibo:

Spuntini e bevande sane per il pomeriggio di gare. (Es. Succo di mele diluito con acqua, barrette enrgetiche) A casa pranzare con un pittone di pasta.

Grazie per la collaborazione.

Davide

Partenza : Ci Troviamo direttamente in piscina a Mendrisio
(di fronte all'ospedale Beata Vergine OBV)
a Mezzogiorno fuori dai posteggi.

Piscina Canavée, Vasca corta (25m)

Cavadini Camilla
Borromini 4
6816 Bissone
Switzerland

Convocazione per Cavadini Camilla

Iscrizioni:	:	15	K: 100m Rana	2:22.26	23	K: 100m Lagen	2:15.00
		19	K: 20m Rana con virata	35.60			

Carissimi Atletini, alcuni consigli utili.

Tenuta:

Tutto quello che avete del Bissone è da mettere.

Cibo:

Spuntini e bevande sane per il pomeriggio di gare. (Es. Succo di mele diluito con acqua, barrette enrgetiche) A casa pranzare con un pittone di pasta.

Grazie per la collaborazione.

Davide

Partenza : Ci Troviamo direttamente in piscina a Mendrisio
(di fronte all'ospedale Beata Vergine OBV)
a Mezzogiorno fuori dai posteggi.

Piscina Canavée, Vasca corta (25m)

Cavadini Giovanna
P.za Borromini 4
6816 Bissone
Switzerland

Convocazione per Cavadini Giovanna

Iscrizioni:	:	13	K: 200m Pos. pancia/schiena	0:56.02	17	K: 20m Libero con virata	23.79
		15	K: 100m Rana	2:30.00	21	K: 50m Rücken	23.79

Carissimi Atletini, alcuni consigli utili.

Tenuta:

Tutto quello che avete del Bissone è da mettere.

Cibo:

Spuntini e bevande sane per il pomeriggio di gare. (Es. Succo di mele diluito con acqua, barrette enrgetiche) A casa pranzare con un pittone di pasta.

Grazie per la collaborazione.

Davide

Partenza : Ci Troviamo direttamente in piscina a Mendrisio
(di fronte all'ospedale Beata Vergine OBV)
a Mezzogiorno fuori dai posteggi.

Piscina Canavée, Vasca corta (25m)

Hurth Beatrice
Bellavista 7
6949 Comano

Convocazione per Hurth Beatrice

Iscrizioni:	:	15	K: 100m Rana	1:55.30	23	K: 100m Lagen	1:55.00
		19	K: 20m Rana con virata	25.75			

Carissimi Atletini, alcuni consigli utili.

Tenuta:

Tutto quello che avete del Bissone è da mettere.

Cibo:

Spuntini e bevande sane per il pomeriggio di gare. (Es. Succo di mele diluito con acqua, barrette enrgetiche) A casa pranzare con un pittone di pasta.

Grazie per la collaborazione.

Davide

Partenza : Ci Troviamo direttamente in piscina a Mendrisio
(di fronte all'ospedale Beata Vergine OBV)
a Mezzogiorno fuori dai posteggi.

Piscina Canavée, Vasca corta (25m)

Marcoli Grace
Lelgio
6951 Odogno
Switzerland

Convocazione per Marcoli Grace

Iscrizioni:	:	13	K: 200m Pos. pancia/schiena	13.48	17	K: 20m Libero con virata	23.78
		15	K: 100m Rana	2:30.00	21	K: 50m Rücken	58.06

Carissimi Atletini, alcuni consigli utili.

Tenuta:

Tutto quello che avete del Bissone è da mettere.

Cibo:

Spuntini e bevande sane per il pomeriggio di gare. (Es. Succo di mele diluito con acqua, barrette enrgetiche) A casa pranzare con un pittone di pasta.

Grazie per la collaborazione.

Davide

Partenza : Ci Troviamo direttamente in piscina a Mendrisio
(di fronte all'ospedale Beata Vergine OBV)
a Mezzogiorno fuori dai posteggi.

Piscina Canavée, Vasca corta (25m)

Marcoli Sharon
Lelgio
6951 Odogno
Switzerland

Convocazione per Marcoli Sharon

Iscrizioni:	:	15	K: 100m Rana	1:56.62	23	K: 100m Lagen	1:50.00
		19	K: 20m Rana con virata	26.50			

Carissimi Atletini, alcuni consigli utili.

Tenuta:

Tutto quello che avete del Bissone è da mettere.

Cibo:

Spuntini e bevande sane per il pomeriggio di gare. (Es. Succo di mele diluito con acqua, barrette enrgetiche) A casa pranzare con un pittone di pasta.

Grazie per la collaborazione.

Davide

Partenza : Ci Troviamo direttamente in piscina a Mendrisio
(di fronte all'ospedale Beata Vergine OBV)
a Mezzogiorno fuori dai posteggi.