



GARA ROWING 500 MT

ROMA – DOMENICA 25 MAGGIO – DIMA WELLNESS TORRENOVA – ORE 10:30

BANDO:

SEDE GARA: Roma, domenica 25 Maggio, DIMA WELLNESS TORRENOVA, Via di Torrenova n.115.

DISTANZA GARA: 500 metri

TIPOLOGIA: Individuale

CATEGORIE: MASCHILE, FEMMINILE, OVER 40 (sopra i 40 anni), UNDER 39 (sotto i 39 anni), PL (Maschile fino a Kg. 75 – Femminile fino a Kg.61,5).

PROGRAMMA GARA:

- La competizione si disputerà sulla distanza di 500 metri come unica prova
- Tutte le gare si disputeranno su remoergometri Concept2 modello D monitor PM4.
- Durante la gara l'impostazione del **DAMPER** è libera, ma è vietato variarla, pena la squalifica, durante il corso della gara stessa.

IDONEITA' FISICA: I partecipanti dovranno essere in possesso di certificato di sana e robusta costituzione, o dichiarazione sostitutiva di responsabilità relativa all'attività agonistica.

PREMIAZIONI: Saranno assegnati premi al 1°, 2° e 3° classificato di ogni categoria.

ISCRIZIONI: Per le iscrizioni alla gara contattare Francesca Proietti Tozzi 339.22.06.775, oppure inviare e-mail a proietti2105@yahoo.it specificando nome, cognome, età, peso, palestra e numero di telefono.

ISCRIZIONE: GRATUITA per interni ed esterni

ACCREDITAMENTO: Verrà effettuato in loco fino ad un'ora prima dell'inizio della gara.

INFO E PRENOTAZIONI: Francesca Proietti Tozzi 339.22.06.775