



# Campionato Nazionale FIN Propaganda Nuoto Sincronizzato

Cat. Ragazze - MANTOVA, 22-24 Marzo 2019

1

## TRASFERITA

Il Campionato Nazionale Invernale FIN Propaganda di Nuoto Sincronizzato per la categoria Ragazze si svolgerà a Mantova nei giorni 22-23-24 Marzo 2019. La partenza da Roma per l'intero gruppo è prevista per Venerdì 22 Marzo in mattinata mentre il ritorno è previsto nella serata di Domenica 24 Marzo.

### ➤ TRENO ANDATA e RITORNO

Appuntamento per la partenza Venerdì 22 Marzo: **ore 10.10 Roma Termini**

Frecciargento 8512	<b>Roma Termini</b>	10.45	<b>Verona Porta Nuova</b>	13.37
Regionale 20783	<b>Verona Porta Nuova</b>	14.32	<b>Mantova</b>	15.17

Regionale 20788	<b>Mantova</b>	16.29	<b>Verona Porta Nuova</b>	17.17
Frecciargento 8525	<b>Verona Porta Nuova</b>	17.52	<b>Roma Termini</b>	20.45

Appuntamento per il ritorno Domenica 24 Marzo: **ore 20.45 Roma Termini**

### ➤ TRASFERIMENTI

Venerdì 22 Marzo

- Trasferimento con BUS privato dalla Stazione di Mantova alla "Residenza La Torre"
- Trasferimento A/R con BUS privato per l'intero gruppo alla Piscina Dugoni in occasione della gara di **SOLO NO-AGO**

Sabato 23 Marzo

- Trasferimento A/R con BUS privato per l'intero gruppo alla Piscina Dugoni in occasione delle gare di **SOLO e SQUADRA**

Domenica 24 Marzo

- Trasferimento con BUS privato per l'intero gruppo alla Piscina Dugoni in occasione della gara di **DUO**
- AL TERMINE DELLA GARA: trasferimento con BUS privato dalla Piscina Dugoni alla Stazione di Mantova



# Campionato Nazionale FIN Propaganda Nuoto Sincronizzato

2

Cat. Ragazze - MANTOVA, 22-24 Marzo 2019

## ➤ SOGGIORNO

L'intero gruppo soggiognerà presso la Residenza LA TORRE, appartamenti situati in pieno centro storico. Le atlete pernoveranno in residenze monolocali (da 2 persone) e bilocali (da 4 persone) tutte dislocate all'interno dello stesso edificio in Via Accademia n°4. Gli alloggi dispongono di zona cucina attrezzata, aria condizionata, TV LCD, bagno privato, asciugacapelli, set di cortesia e connessione WI- FI gratuita. L'impianto sportivo in cui si svolgeranno le gare è distante circa 10 minuti di trasferimento con BUS privato.

## ➤ PRANZO/CENA

PRANZO DI SABATO 23 e DOMENICA 24: i pranzi verranno prenotati e consumati presso il "Bar Stile Libero" situato all'interno della piscina Dugoni. Il menù atleti proposto comprende: pasta al pomodoro, bresaola e/o cotto con scaglie di grana, crostatina al cioccolato o albicocca, acqua naturale o gasata da 0,50 cl.

CENA DI VENERDI' 22 MARZO: visto l'orario di svolgimento della gara di Solo No-Ago (durante l'ora di cena) chiediamo a tutte le atlete di portare con sé in valigia delle posate e un contenitore vuoto in plastica che provvederemo noi a riempire con la cena da asporto, così le atlete potranno cenare durante lo svolgimento della gara evitando di andare a mangiare troppo tardi.

CENA DI SABATO 23 MARZO: sarà prenotata presso il Ristorante/Pizzeria "I Feudi" (di fronte alla Residenza La Torre) con menù pizza e sarà consumata all'interno degli appartamenti.

**Il costo dell'intera trasferta è di € 270 per ogni atleta**

da saldare entro il giorno 10 Marzo

La quota include tutti i seguenti servizi:

- Treno Andata e Ritorno da/per Roma Termini (non rimborsabile)
- Trasferimento privato con bus per tutta la durata della trasferta
- Soggiorno di 2 notti con 2 colazioni presso la Residenza LA TORRE
- 2 pranzi con menù atleti + 2 cene