



INSTRUCCIONES TÉCNICAS JORNADAS PRUEBAS DE NIVEL NACIONAL TEMPORADA 2024/2025

**A CELEBRAR EL VIERNES 19 DE
JULIO DE 2024**

HORARIO:

Por la mañana:

A las 10:15h entrada a la instalación

- A las 10:30h calentamiento de las pruebas de seco

PRUEBAS DE SECO: de 11:00h a 13:00h

Ubicación de la sala de seco: Calle Ordre de la Mercé, 17 El Puig

- A las 13:15h calentamiento de las pruebas de agua

DE 13:45H A 15:30H SE PASARÁN LAS PRUEBAS DE AGUA EN LA PISCINA

1. Natación
2. Habilidades de agua
3. Rutinas técnicas
4. Figuras

Ubicación de la piscina: Polideportivo La Pedrera. Avinguda de l'Esport

CALENTAMIENTO.

Todos los calentamientos finalizaran cinco minutos antes del inicio de la competición.

Deben respetarse los horarios de calentamiento para cada una de las categorías.

Se solicita máxima puntualidad para poder iniciar el campeonato a la hora establecida.

En la zona de competición solo estarán las participantes que estén realizando la pruebas en ese momento, el resto permanecerán en las zonas reservada para las participantes.

REUNIÓN.

A las 10:45h se realizará una reunión con los delegados y el Juez Árbitro de la competición.

FNCV.