



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS
JORNADAS PRUEBAS DE NIVEL NACIONAL
TEMPORADA 2024/2025**

**A CELEBRAR EL SÁBADO 26 DE
OCTUBRE DE 2024
EL PUIG**

HORARIO:

Por la mañana:

A las 08:45h entrada a la instalación

- A las 09:00h calentamiento de las pruebas de seco

PRUEBAS DE SECO: de 09:45h a 11:15h

Se realizarán en la sede del club: Calle Orden de la Mercha, 17 bajo izquierdo (puerta azul)

A las 11:15h entrada a la piscina

- A las 11:30h calentamiento de las pruebas de agua

DE 12:00H A 15:30H SE PASARÁN LAS PRUEBAS DE AGUA EN LA PISCINA

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

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 las pruebas en ese momento, el resto permanecerán en las zonas reservada para las participantes.



REUNIÓN.

A las 09:30h se realizará una reunión con los delegados y el Juez Árbitro de la competición.

FNCV.