



INSTRUCCIONES TÉCNICAS 1º LIGA AUTONÓMICA DE FIGURAS Y RUTINAS TÉCNICAS

**A CELEBRAR EL DOMINGO DÍA 13 DE NOVIEMBRE DE 2022
EN LA PISCINA MUNICIPAL DE GANDÍA**

HORARIO:

DOMINGO:

Por la mañana:

A las 08:45h Entrada a la instalación

- A las 09:00h calentamiento Solo Libre Senior y Solo Técnico Junior

COMPETICIÓN SOLO LIBRE SENIOR: de 09:30h a 09:50h.

COMPETICIÓN SOLO TÉCNICO JUNIOR: de 09:50h a 10:10h.

- A las 10:15h calentamiento Figuras Alevín.

COMPETICIÓN FIGURAS ALEVIN: de 11:00h a 13:00h

Por la tarde:

A las 15:00h Entrada a la instalación

- A las 15:15h calentamiento Dúo Libre Senior y Dúo Técnico Junior

COMPETICIÓN DÚO LIBRE SENIOR: de 15:45h a 16:00h

COMPETICIÓN DÚO TÉCNICO JUNIOR: 16:00h a 16:20h

- A las 16:30h calentamiento Figuras Infantil

COMPETICIÓN FIGURAS INFANTIL: de 17:15h a 18:45h

- A las 18:45h calentamiento Equipo Técnico Junior

COMPETICIÓN EQUIPO TÉCNICO JUNIOR: de 19:15h a 19:30h.



REUNIÓN.

A las 9:15h se realizará una reunión con los delegados y el Juez Árbitro de la competición.

CALENTAMIENTOS.

Todos los calentamientos finalizarán 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 reservadas para los/as participantes.

A los 10 minutos del inicio de cada calentamiento de rutinas se realizará un minuto de pase de música, según el orden de salida.

FNCV.