



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

**A CELEBRAR EL MIÉRCOLES 16 DE  
JULIO DE 2025 EN SAN ANTONIO DE  
BENAGEBER**

**HORARIO:**

Por la mañana:

A las 09:30h entrada a la instalación

- A las 09:45h calentamiento de las pruebas de seco

PRUEBAS DE SECO: de 10:30h a 11:30h

A las 11:45h entrada a la instalación

- A las 12:00h calentamiento de las pruebas de agua

DE 12:30H A 13:00H SE PASARÁN LAS PRUEBAS DE AGUA EN LA PISCINA

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

**CALENTAMIENTO.**

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 las participantes.

**REUNIÓN.**

A las 10:00h se realizará una reunión con los delegados y el Juez Árbitro de la competición.

**FNCV.**