



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

**A CELEBRAR EL JUEVES 31 DE  
JULIO DE 2025  
ALICANTE**

**HORARIO:**

Por la mañana:

A las 10:30h entrada a la instalación

- A las 10:45h calentamiento de las pruebas de seco

PRUEBAS DE SECO: de 11:15h a 12:30h

A las 12:30h entrada a la instalación

- A las 12:45h calentamiento de las pruebas de agua

DE 13:15H A 15:00H SE PASARÁN LAS PRUEBAS DE AGUA EN LA PISCINA

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

Se realizará en las instalaciones del Centro Deportivo Stadio (c/tridente esq c/Arpon s/n) tanto las pruebas de seco como las de agua

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

## **FNCV.**