



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS
JORNADAS PRUEBAS DE NIVEL NACIONAL
TEMPORADA 2025/2026**

**A CELEBRAR EL SABADO 25 DE
OCTUBRE DE 2025
CASTELLON**

HORARIO:

Por la mañana:

A las 10:15h entrada a la instalación

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

DE 11:00H A 12:00H SE PASARÁN LAS PRUEBAS DE SECO

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

DE 12:30H A 14:30H SE PASARÁN LAS PRUEBAS DE AGUA EN LA PISCINA

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

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 reservada para las participantes.

REUNIÓN.

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

FNCV.