



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS  
VII CAMPEONATO AUTONÓMICO DE INVIERNO DE NATACION  
ARTÍSTICA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA**

**A CELEBRAR EL SABADO 28 Y DOMINGO 29 DE MARZO  
DE 2026  
EN LA PISCINA OLÍMPICA DE CASTELLÓN**

**HORARIO:**

**SABADO:**

Por la tarde:

A la 13:00h entrada a la instalación

- A las 13:15h calentamiento Solo Técnico Junior y Solo Libre Senior

COMPETICIÓN SOLO TÉCNICO JUNIOR: de 13:45h a 14:15h

COMPETICIÓN SOLO LIBRE SENIOR: de 14:15h a 14:45h

- De 14:45h a 15:15h calentamiento Dúo Técnico Junior
- De 15:00h a 15:30h calentamiento Dúo Libre Senior

COMPETICIÓN DÚO TÉCNICO JUNIOR: de 15:30h a 16:10h

COMPETICIÓN DÚO LIBRE SENIOR: de 16:10h a 16:30h

- Descanso de 16:30h a 17:00h
- A las 17:00h calentamiento Equipo Técnico

COMPETICIÓN EQUIPO TÉCNICO: de 17:30h a 18:00h

- De 18:15h a 18:45h calentamiento Solo Libre Junior

COMPETICIÓN SOLO LIBRE JUNIOR: de 18:55h a 19:30h

A las 19:30h reuniones con las DTCs de las explicaciones de Base Mark en las rutinas

A las 20:00h entrega de medallas de todas las pruebas nadadas



## **DOMINGO:**

### Por la mañana:

A las 08:00h entrada a la instalación

- A las 08:15h calentamiento Figuras Alevín

COMPETICIÓN FIGURAS ALEVIN: de 09:00h a 10:30h

- A las 10:30h calentamiento Figuras Infantil

COMPETICIÓN FIGURAS INFANTIL: de 11:00h a 12:00h

- De 12:00h a 12:30h calentamiento Dúo Libre Junior
- De 12:15h a 12:45h calentamiento Dúo Mixto Alevín y Dúo Mixto Infantil

COMPETICIÓN DÚO LIBRE JUNIOR: de 12:45h a 13:30h

COMPETICIÓN DÚO MIXTO ALEVIN: de 13:30h a 13:50h

COMPETICIÓN DÚO MIXTO INFANTIL: de 13:50h a 14:00h

### Por la tarde:

A las 15:00h entrada a la instalación

- De 15:15h a 15:55h calentamiento Combo Alevín. De 15:15h a 15:35h calentarán en la piscina de competición desde el 1º hasta el 4º combo, después se cambiarán al otro lado de la piscina. De 15:35h a 15:55h calentarán en la piscina de competición desde el 5º hasta el 9º, antes estarán al otro lado de la piscina

COMPETICIÓN COMBO ALEVIN: de 16:00h a 17:15h

- A las 17:15h calentamiento Equipo Libre Junior

COMPETICIÓN EQUIPO LIBRE JUNIOR: de 17:45h a 18:15h

- De 18:15h a 18:55h calentamiento Combo Infantil, Rutina Acrobática Junior y Rutina Acrobática Senior. De 18:15h a 18:35h calentarán en la piscina de competición desde el 1º hasta el 6º combo, después se cambiarán al otro lado de la piscina. De 18:35h a 18:55h calentarán en la piscina de competición desde el 7º hasta el 8º y las rutinas acrobáticas junior, antes estarán al otro lado de la piscina.

COMPETICIÓN COMBO INFANTIL: de 19:00h a 20:00h



COMPETICIÓN RUTINA ACROBÁTICA JUNIOR: de 20:00h a 20:20h  
COMPETICIÓN RUTINA ACROBÁTICA SENIOR: de 20:20h a 20:25h

A las 20:30h reuniones con las DTCs de las explicaciones de Base Mark en las rutinas

A las 20:50h entrega de medallas de todas las pruebas nadadas

## **REUNIÓN.**

A la 13:30h del sábado y 8:30h del domingo se realizará una reunión con los delegados y el Juez Árbitro de la competición.

## **CALENTAMIENTOS.**

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 reservadas para los/as participantes.

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

Durante el transcurso de la competición el horario puede sufrir modificaciones

## **FNCV.**