



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

**A CELEBRAR EL MARTES 14 DE
JULIO DE 2026
SAN ANTONIO DE BENAGEBER**

HORARIO:

Por la tarde:

A las 17:30h entrada a la instalación

- A las 17:45h calentamiento de las pruebas de seco

DE 18:15H A 19:30H SE PASARÁN LAS PRUEBAS DE SECO

- A las 19:30h calentamiento de las pruebas de natación

DE 20:00H A 21:15H SE PASARÁN LAS PRUEBAS DE AGUA

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

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 18:00h se realizará una reunión con los delegados y el Juez Árbitro de la competición.

FNCV.