



INSTRUCCIONES TÉCNICAS 2º LIGA AUTONÓMICA DE FIGURAS Y RUTINAS TÉCNICAS

**A CELEBRAR EL DOMINGO DÍA 29 DE ENERO DE 2023 EN LA
PISCINA LA SALERA DE CASTELLÓN**

HORARIO:

DOMINGO:

Por la mañana:

A las 08:00h Entrada a la instalación

- A las 08:15h calentamiento Dúo Técnico Junior y Dúo Libre Senior

COMPETICIÓN DÚO TÉCNICO JUNIOR: de 08:45h a 09:40h.

COMPETICIÓN DÚO LIBRE SENIOR: de 09:40h a 10:05h.

- A las 10:15h calentamiento Equipo Técnico Junior

COMPETICIÓN EQUIPO TÉCNICO JUNIOR: de 10:45h a 11:15h

- A las 11:15h calentamiento Solo Libre Senior

COMPETICIÓN SOLO LIBRE SENIOR: de 11:45h a 12:35h

- A las 12:35h calentamiento Solo Técnico Junior

COMPETICIÓN SOLO TÉCNICO JUNIOR: de 13:00h a 13:50h

Por la tarde:

A las 15:00h Entrada a la instalación

- A las 15:15h calentamiento Figuras Alevín

COMPETICIÓN FIGURAS ALEVÍN: de 16:00h a 17:45h

- A las 17:45h calentamiento Figuras Infantil

COMPETICIÓN FIGURAS INFANTIL: de 18:30h a 20:00h



REUNIÓN.

A las 8:30h 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 de cada calentamiento de rutinas se realizará un minuto de pase de música, según el orden de salida.

FNCV.