

## INSTRUCCIONES TÉCNICAS 3º LIGA AUTONÓMICA DE FIGURAS Y RUTINAS TÉCNICAS

A CELEBRAR EL DOMINGO DÍA 08 DE MAYO DE 2022 EN LA  
PISCINA MUNICIPAL DE NAZARET, VALENCIA.

### **HORARIO:**

#### **DOMINGO:**

##### Por la mañana:

A las 08:45h Entrada a la instalación

- A las 09:00h calentamiento Solo Técnico Senior y Solo Técnico Junior

COMPETICIÓN SOLO TÉCNICO SENIOR: de 09:30h a 09:55h.

COMPETICIÓN SOLO TÉCNICO JUNIOR: de 09:55h a 10:25h.

- A las 10:30h calentamiento Figuras Alevín.

COMPETICIÓN FIGURAS ALEVIN: de 11:15h a 12:30h

- A las 12:30h calentamiento Equipo Técnico Junior

COMPETICIÓN EQUIPO TÉCNICO JUNIOR: de 13:00h a 13:20h

##### Por la tarde:

A las 15:00h Entrada a la instalación

- A las 15:15h calentamiento Figuras Infantil

COMPETICIÓN FIGURAS INFANTIL: de 16:00h a 17:30h

- A las 17:30h calentamiento Dúo Técnico Senior y Junior.

COMPETICIÓN DÚO TÉCNICO SENIOR: de 18:00h a 18:20h.

COMPETICIÓN DÚO TÉCNICO JUNIOR: de 18:20h a 18:55h

19:30h Entrega de medallas Categorías Alevín, Infantil, Junior y Senior



## **REUNIÓN.**

A las 9:15h se realizará una reunión con los delegados y el Juez Árbitro de la competición.

## **CALENTAMIENTOS.**

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 reservadas para las participantes.

## **FNCV.**