



## **INSTRUCCIONES TÉCNICAS JORNADAS PRUEBAS DE NIVEL NACIONAL**

**A CELEBRAR EL SÁBADO 07 DE  
MAYO DE 2022  
PISCINA MUNICIPAL DE LA NUCIA**

### **HORARIO:**

Por la mañana:

- A las 11:00h calentamiento de seco

PRUEBAS DE SECO: de 11:30h a 12:30h.

- A la 13:00h calentamiento de las pruebas de natación y las habilidades

PRUEBAS DE NATACIÓN Y HABILIDADES: de 13:30h a 14:00h

- A las 14:00h calentamiento de las figuras y rutinas

PRUEBA DE FIGURAS Y RUTINAS: de 14:15h a 14:45h

### **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 11:15h se realizará una reunión con los delegados y el Juez Árbitro de la competición.

### **FNCV.**