



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS
1ª LIGA DE FIGURAS Y RUTINAS DE NATACIÓN ARTÍSTICA DE
LA COMUNIDAD VALENCIANA**

**A CELEBRAR EL DOMINGO DÍA 5 DE NOVIEMBRE DE 2023 EN
LA PISCINA OLIMPICA DE CASTELLÓN**

HORARIO:

DOMINGO:

Por la mañana:

A las 08:00h Entrada a la instalación

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

COMPETICIÓN SOLO TECNICO JUNIOR: de 08:45h a 09:25h

COMPETICIÓN SOLO LIBRE SENIOR: de 9:25h a 9:35h

- A las 09:45h calentamiento Figuras Infantil

COMPETICIÓN FIGURAS INFANTIL: de 10:30h a 12:00h

- A las 12:00h calentamiento Dúo Técnico Junior y Dúo Libre Senior

COMPETICIÓN DÚO TÉCNICO JUNIOR: de 12:30h a 13:30h

COMPETICIÓN DÚO LIBRE SENIOR: de 13:30h a 13:40h

Por la tarde:

A las 15:00h Entrada a la instalación

- A las 15:15h calentamiento Figuras Alevín

COMPETICIÓN FIGURAS ALEVIN: de 16:00h a 18:00h.

- A las 18:00h calentamiento Equipo Técnico Junior

COMPETICIÓN EQUIPO TÉCNICO JUNIOR: de 18:30h a 19:00h



REUNIÓN.

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

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.

FNCV.