



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS
3ª LIGA DE FIGURAS Y RUTINAS DE NATACIÓN ARTÍSTICA DE
LA COMUNIDAD VALENCIANA**

**A CELEBRAR EL DOMINGO DÍA 21 DE ABRIL DE 2024 EN LA
PISCINA MUNICIPAL DE NAZARET**

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 09:30h

COMPETICIÓN SOLO LIBRE SENIOR: de 09:30h a 10:00h

- De 10:00h a 10:30h calentamiento Dúo Técnico Junior
- De 10:15h a 10:45h calentamiento Dúo Libre Senior

COMPETICIÓN DÚO TÉCNICO JUNIOR: de 10:45h a 11:30h

COMPETICIÓN DÚO LIBRE SENIOR: de 11:30h a 12:00h

- A las 12:00h calentamiento Equipo Técnico Junior

COMPETICIÓN EQUIPO TÉCNICO JUNIOR: de 12:30h a 13:00h

A las 13:30h Entrega de Medallas de todas las pruebas nadadas

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 Figuras Infantil



COMPETICIÓN FIGURAS INFANTIL: de 18:45h a 20:00h

A las 20:15h Entrega de Medallas de todas las pruebas nadadas

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.