

COPA AUTONÓMICA 2022  
2ª DIVISIÓ


# Protocolo de calentamiento

**DEL 23 AL 24 D'ABRIL**



**COPA  
AUTONÒMICA  
DE CLUBS  
2º DIVISIÓ**


**A LA PISCINA DE LES PERERES, XÀTIVA**



FEDERACIÓ DE NATACIÓ DE  
LA COMUNITAT VALENCIANA



**Xàtiva**  
Ajuntament



club natació xàtiva

# CALENTAMIENTOS Y NADO SUAVE

## PISCINA DE COMPETICIÓN

- Disponible 60' antes del inicio de la sesión y 15' después de finalizar la misma.
- **PREFERIBLEMENTE** para los nadadores/as que participan en la sesión.
- **Material de entrenamiento: únicamente está permitido el uso de tabla de pies y pull-boy.**
- **La distribución de calles deberá hacerse conforme al diagrama expuesto a continuación.**

# CALENTAMIENTOS

La distribución de todas las calles será con asignación de 1 calle por equipo. Durante los 60 minutos de calentamiento cada club podrá hacer uso de la misma como considere:

1	2	3	4	5	6
DENIA	ELDENSE	PICASSENT	XÀTIVA	ONTIYENT	ONDARA
1	2	3	4	5	6

Se ruega la máxima colaboración de los técnicos y delegados para el cumplimiento de estas normas y cualquier indicación por parte de los árbitros encargados del control de los calentamientos.