



V TROFEO OPEN LEGIO VII “ACUÁTICO LEÓN”



INSTRUCCIONES TÉCNICAS

1. ACCESO A LA INSTALACIÓN Y HORARIO DE CALENTAMIENTO AGUA PISCINA COMPETICIÓN (8 CALLES)

Sesión de mañana

9,00 h: Acceso a la instalación de deportistas y técnicos.

9,00 a 10,15 h: Calentamiento

10,30 h: Inicio de la competición

Sesión de tarde

15,00 h: Acceso a la instalación de deportistas y técnicos

15,00 a 16,15 h: Calentamiento

16,30 h: Inicio de la competición

2. MOCHILAS EN TAQUILLAS (NECESARIO CANDADO)

Se recomienda el uso de las taquillas para dejar mochilas, ropa y calzado. El espacio dentro de la piscina es reducido.

3. USO DE MATERIAL CALENTAMIENTO

Según lo establecido por la RFEN:

- Utilización de material de entrenamiento: Durante los calentamientos en las piscinas sólo se permite la utilización del siguiente material auxiliar: pull-boy y/o tabla de pies.
- Por seguridad, no se podrán utilizar aletas, manoplas, gomas de resistencia o material de riesgo que pueda afectar a los nadadores. Tampoco está permitido lanzarse al agua de cabeza excepto en las calles habilitadas para Sprint en el tiempo establecido en estas instrucciones técnicas.
- Los clubes organizarán a sus deportistas en las calles de calentamiento intentado respetar que el número de nadadores/calle no sea mucho mayor en unas calles que otras.

4. CALLES HABILITADAS PARA SPRINTS

- Las calles 1 y 8 están destinadas exclusivamente para Sprint, salidas de espalda, saltos de cabeza y series de 25m.
- El resto de las calles quedan destinadas a nado continuo.

5. RELEVOS

- **En el 4x50 libres alevín-benjamín** al contrario de lo que pone en la normativa, no es necesario que los dos benjamines naden en las dos primeras postas.
- El relevo se entregará hasta 30´antes del inicio de sesión.



V TROFEO OPEN LEGIO VII “ACUÁTICO LEÓN”



INSTRUCCIONES TÉCNICAS

6. CÁMARA DE SALIDA

- Los nadadores/as participantes deberán acudir a la cámara de salida 5 series antes a su serie de participación.
- La cámara de premiación está situada en el mismo lugar que la cámara de salidas.

7. CEREMONIA DE ENTREGA DE MEDALLAS Y TROFEOS

- Se limitará el espacio destinado a la ceremonia de entrega de medallas y trofeos. Los componentes de los Clubes deberán respetar el espacio limitado para ello.
- En la entrega de Trofeos, los Clubes que hayan sido ganadores de alguno de los Trofeos, designarán dos personas de su Club que acudirá a cámara de premiación.

8. PÚBLICO

- Se permitirá la asistencia de público hasta completar aforo.
- No se podrán reservar plazas en la grada. Todo aquel asiento no ocupado por una persona podrá ser utilizado por otra.

TIMMING

SESIÓN DE MAÑANA	
50 libres masculino	10:30
50 libres femenino	10:41
50 espalda masculino	10:51
50 espalda femenino	10:57
Descanso 10 mins (exhibición)	11:05
100 mariposa masculino	11:16
100 mariposa femenino	11:34
Entrega de medallas benjamín-prebenjamín	12:01
4x50 libre mixto	12:17
SESIÓN DE TARDE	
50 braza masculino	16:30
50 braza femenino	16:38
50 mariposa masculino	16:48
50 mariposa femenino	16:56
100 estilos masculino	17:04
100 estilos femenino	17:21
Entrega de medallas benjamín	17:45
4x100 estilos mixto	17:56
Entrega de medallas y trofeos	18:05



V TROFEO OPEN LEGIO VII “ACUÁTICO LEÓN”



INSTRUCCIONES TÉCNICAS

V TROFEO LEGIO VII-ACUÁTICO LEÓN - DISTRIBUCIÓN DE ESPACIOS

- Los equipos participantes tendrán un espacio asignado dentro de la piscina identificado con el nombre de su Club.