

# **NADADORES PARTICIPANTES**

# **CTO CYL ABSOLUTO INVIERNO**

# SÁBADO Y DOMINGO, 4 Y 5 DE MARZO 2023

PISCINA: RIO ESGUEVA ENTRENADORES: Jesus

ACCESO INSTALACIÓN: 08:00h; 15:00h

ALOJAMIENTO Y COMIDAS: Albergue Dominicas; C/ Camino de los Tramposos, 6. 47013 Valladolid; 983 232 539

(Necesario saco dormir o sábanas y toalla)

**CALENT:** 08:00h; 15:15h (15:00h dom. PM) **PRUEBAS:** 9:45h; 17:00h (16:30h dom. PM)

COMIDA SÁBADO 4 MARZO: necesario llevar comida. El resto de comidas del viaje incluidas.

**DESPLAZAMIENTO:** Bus, salida 6:00h. parking detrás IES Ordoño II

JEFE / JEFA EXPEDICIÓN: Jimena González; Supl.

Actualizado: 01 03 2023

#### **IMPORTANTE**

Si no puedes participar, envía un correo electrónico a venatorianatacion@ludensweb.es o escribe un wassap al 679474246 indicando la baja.

## FECHA LÍMITE FIN DE BAJAS: domingo 19 febrero

PARTICIPANTES	BUS	ACO MP	ALO J	50M	50E	50B	50L	100M	100E	100B	100L	200EST	200M	200E	200B	200L	400EST	400L	800L	1500L	4X100ES T	4X100L	4X200L
AOV - OREJAS VALDERREY ALEJANDRA						1	1			1	1	1			1						TRIAL	TRIAL	TRIAL
ARG - ROMERO GRANJA ALICIA					1									1					1		TRIAL	TRIAL	TRIAL
DCF - CARMONA FRAILE DAVID					1				1					1							TRIAL	TRIAL	TRIAL
DDB - DIAZ BAYON DAVID			NO		1		1											1		1	TRIAL	TRIAL	TRIAL
DGP1 - GALLARDO PEREZ DAVID				1	1	1			1	1			1								TRIAL	TRIAL	TRIAL
JEA - ENCINA ALVAREZ JAVIER						1				1		1			1						TRIAL	TRIAL	TRIAL
JGN - GONZALEZ NIÑO JIMENA				1			1	1			1		1			1					TRIAL	TRIAL	TRIAL
JMR - MARTINEZ ROMERO JAVIER				1				1									1	1			TRIAL	TRIAL	TRIAL
LAS - ALONSO SAN JOSE LUCIA						1		1													TRIAL	TRIAL	TRIAL
LRR - RODRIGUEZ RUIZ LEYRE			NO	1	1		1	1	1								1				TRIAL	TRIAL	TRIAL
PMS - MARTINEZ SECO PILAR						1		1							1		1				TRIAL	TRIAL	TRIAL
PRP - RODRIGUEZ PARDO PABLO MIGUEL					1	1				1		1			1						TRIAL	TRIAL	TRIAL



**1.FECHA**: 4 y 5 de marzo de 2023.

**2.LUGAR**: Valladolid

Piscina: 7 5 : acceso de público Competición :

Valladolid Min Absoluta/Junior/Infantil

4. SESIONES: sábado mañana y tarde y domingo mañana y tarde

## **INSTRUCCIONES TÉCNICAS**

# 1. Aspectos Generales.

Las normas e indicaciones dadas por el personal de organización, son de obligado cumplimiento por parte de todos los asistentes.

En el lugar reservado para deportistas y técnicos no podrá permanecer ninguna



# : inicio de competición.

# 1ª JORNADA-1ª SESIÓN (sábado mañana)

1894: inicio competición

9.15: acceso de público.

# Competición

8.40-9.30: calentamiento 9.45: inicio competición 13.30: fin de competición 13:40: abandono de instalación

# 1ª JORNADA-2ª SESIÓN (sábado tarde)

#### Acceso a instalación

15.15: accesos deportistas y personal técnico. 16.30: acceso de público.

#### Competición

15.15 16.45: calentamiento.17.00: inicio de competición.20.10: fin de competición20.20: abandono de instalación















#### 2ª JORNADA-3ª SESIÓN (domingo mañana)

#### Acceso a instalación

8.00: accesos deportistas y personal técnico 9.15: acceso de público

#### Competición

8.00-9.30: calentamiento 9.45: inicio competición 13:30: fin de competición 13:40 abandono de instalación

#### 2ª JORNADA-4ª SESIÓN (domingo tarde)

#### Acceso a instalación

15.00: accesos deportistas y personal técnico 16.00: acceso de público.

# Competición

15.00-16.15: calentamiento 16.30: inicio de competición 19.30: fin de competición 19.40: abandono de instalación

3 minintentando respetar que el número de nadadores/calle no sea mucho major en unas calsquentos 4.

**3.4.** Será la organización la que indique el momento de las entradas, tanto para

#### 4. Calentamiento en agua.

- **4.1.** Se deben cumplir en todo momento las indicaciones que sean dadas por la organización durante el periodo de calentamiento en agua de los deportistas.
- **4.2.** Los Clubes organizarán a sus deportistas en las calles de calentamiento intentando respetar que el número de nadadores/calle no sea mucho mayor en unas calles que en otras.
- **4.3.** Solamente se permitirá el uso de tabla y pull-boy como material de entrenamiento durante los periodos de calentamiento en el agua.















**4.4.** Durante el periodo de calentamiento en agua, **NO** se permitirá a los deportistas las salidas desde los poyetes a excepción de los últimos 20 minutos del periodo de calentamiento en los que se habilitarán las calles 1 y 8 para nado rápido con salidas desde los poyetes y las calles 2 y 7 para nado rápido de ritmo de prueba.

Por motivos de seguridad, en las calles 1 y 8 solo se permitirá el nado rápido en la misma dirección de la salida. El comienzo de los periodos de nado rápido será comunicado por el personal de organización. Se ruega respetar dichos espacios y periodos.

#### 5. Cámaras de salidas y prueba.

- **5.1.** Se ruega a los deportistas estén atentos a la evolución de las distintas series, intentando evitar estar demasiado tiempo esperando en cámara de salidas.
- **5.2.** Las salidas de cada serie se realizarán con los nadadores/as de la serie anterior en el agua (salidas lanzadas), a excepción de las pruebas de espalda.
- **5.3.** Los deportistas deberán estar muy atentos a las indicaciones del Juez Arbitro, el cual indicará el momento en el que debe producirse la salida del agua.
- 5.4. La salida del agua debe producirse lo más rápido posible.

#### 6. Entregas de medallas.

### 6.1. 1ª Jornada-1ª Sesión (sábado mañana)

1ª entrega: Al finalizar la prueba 4 se entregarán las medallas de las pruebas 1 a la 4 ambas inclusive.

**2ª entrega:** Al finalizar la prueba 9 se entregarán las medallas de las pruebas 5 a la 9 ambas inclusive.

## 6.2. 1ª Jornada-2ª Sesión (sábado tarde)

**1ª entrega:** Al inicio de la competición se entregarán las medallas de las pruebas 10 a la 13.

- **2ª entrega**: Al finalizar la prueba 17 se entregarán las medallas de las pruebas 14 a la 17 ambas inclusive.
- **3ª entrega**: Al finalizar la prueba 21, se entregarán las medallas de las pruebas 18 a la 21 ambas inclusive.

#### 6.3. 2ª Jornada-3ª Sesión (domingo mañana)

- **1ª entrega:** Al inicio de la competición se entregarán las medallas de las pruebas 22 a la 25 ambas inclusive.
- **2ª entrega** Al finalizar la prueba 29 se entregarán las medallas de las pruebas 26 a la 29 ambas inclusive.
- **3ª entrega:** Al finalizar la prueba 34 se entregarán las medallas de las pruebas 30 a la 34 ambas inclusive.















## 6.4. 2ª Jornada-4ª Sesión (domingo tarde)

- **1ª entrega:** Al inicio de la competición se entregarán las medallas de las pruebas 35 a la 38 ambas inclusive.
- **2ª entrega**: Al finalizar la prueba 42 se entregarán las medallas de las pruebas 39 a la 42 ambas inclusive.
- **3ª entrega**: Al finalizar la prueba 46, se entregarán las medallas de las pruebas 43 a la 46 ambas inclusive.
- **4ª entrega:** Al finalizar la prueba 48, se entregarán las medallas de las pruebas 47 y 48 y entrega de premios del Campeonato.

# 7. Bajas y pruebas de relevos.

Las bajas y la composición de las pruebas de relevos, deberán enviarse a través del formulario on-line confeccionado a tal efecto, como máximo hasta 30 minutos antes del inicio de cada sesión. Dicho formulario estará disponible en la página web de la Federación de Castilla y León de Natación (www.fenacyl.org).

#### 8. Público.

- 8.1. Se permitirá la asistencia de público hasta completar aforo.
- **8.2**. No se podrán reservar plazas en la grada, todo aquel asiento no ocupado por una persona podrá ser utilizado por otra.
- **8.3**. La instalación dispone de zona de baños para el público. Es de obligado cumplimiento el respetar la zona acotada para su uso. **NO SE PERMITE** el acceso del público al pasillo de vestuarios de los deportistas.











