



## INSTRUCCIONES TÉCNICAS

### Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno

### Temporada 2020-2021

#### **NORMATIVA COVID:**

**El protocolo elaborado por la Federación de Castilla y León de Natación ante la reanudación de competiciones, es de obligada observancia para el conjunto de los estamentos federativos: deportistas, técnicos, jueces, personal de organización y acompañantes. Dicho protocolo está publicado en la web de la Federación de Castilla y León de Natación**

**1.FECHA:** 20 – 21 de marzo de 2021.

**2.LUGAR:** Valladolid

**Piscina:** CPTD Río Esgueva (P.25 m. 8 calles, cronometraje electrónico)

**3. CATEGORÍA:** Alevín

## INSTRUCCIONES TÉCNICAS

### **1.Aspectos Generales:**

- 1.El uso de mascarilla será obligatorio en todo momento para deportistas, técnicos, jueces y personal de organización. Únicamente podrán prescindir de su uso los deportistas que se encuentren dentro del agua.
2. Se recomienda que cada deportista disponga de gel hidroalcohólico de uso individual.
3. Se respetará en todo momento la distancia mínima de seguridad de 1.5 m. de distancia interpersonal como mínimo.
4. Las normas e indicaciones dadas por el personal de organización, son de obligado cumplimiento por parte de todos los asistentes.
5. Se debe respetar en todo momento el sentido de circulación dentro de la instalación.
6. Se deben evitar desplazamientos por la instalación que no sean absolutamente necesarios, atendiendo en todo momento las indicaciones dadas por el personal de la organización.

### **2.Acceso a la instalación.**

1. Los grupos que vayan a acceder al “control de acceso” deben mantener el distanciamiento interpersonal, tanto entre los miembros del mismo grupo como con el resto de grupos.
2. Acceso a la Instalación por el lateral. (lugar habitual de acceso a competiciones)
3. Para acceder a la instalación es obligatorio presentar en control de acceso:
  - a) D.N.I. de la persona que vaya a acceder a la instalación.
  - b) Documento de trazabilidad y declaración responsable frente a COVID-19
4. Una vez efectuado el control de acceso cada club se trasladará al lugar designado por la organización, permaneciendo en él hasta que el personal de organización indique el comienzo del periodo de calentamiento en agua (ver imagen adjunta de asignación de espacio).
5. *Debido a la limitación de aforo en la instalación, solo se permitirá el acceso de 1 técnico por cada 7 deportistas, en cada turno de competición.*



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS**  
**Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno**  
**Temporada 2020-2021**

**Orden de entrada de los distintos Clubes a la Instalación:**

<b>1ª J.-1ª S. / 1ª J. 2ª S.</b> <b>Sábado mañana y tarde</b>	<b>2ª J.-3ª S. / 2ª J. 4ª S.</b> <b>Domingo mañana y tarde</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. C.N. Castilla-Zamora</li><li>2. C.N. Parquesol</li><li>3. C.N. Riavall</li><li>4. C.N. Ciudad de Ávila</li><li>5. C.N. León</li><li>6. C.N. Río Adaja</li><li>7. C.N. Casino-Unión</li><li>8. C.D.N. Zamora</li><li>9. C.N. Bierzo-Ponferrada</li><li>10. C.N. Areté</li><li>11. C.N. Benavente</li><li>12. Centro de Tecnificación</li><li>13. C.N. Palencia</li><li>14. C.N. Abulense</li><li>15. C.N. San José Obrero</li><li>16. C.N. Calle 4</li><li>17. C.N. Acuático-Salamanca</li><li>18. C.N. Acuático-León</li><li>19. C.D. Torrelago-Wellness</li><li>20. C.N. Castilla-Burgos</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. C.N. Bierzo-Ponferrada</li><li>2. C.D.N. Zamora</li><li>3. C.N. Casino-Unión</li><li>4. C.N. Río Adaja</li><li>5. C.N. León</li><li>6. C.N. Ciudad de Ávila</li><li>7. C.N. Riavall</li><li>8. C.N. Parquesol</li><li>9. C.N. Castilla-Zamora</li><li>10. C.N. Calle 4</li><li>11. C.N. San José Obrero</li><li>12. C.N. Palencia</li><li>13. Centro de Tecnificación</li><li>14. C.N. Areté</li><li>15. C.N. Castilla-Burgos</li><li>16. C.D. Torrelago-Wellness</li><li>17. C.N. Acuático-León</li><li>18. C.N. Acuático-Salamanca</li></ol>

**4. Calentamiento en agua.**

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.
2. Habrá dos turnos de calentamiento de 25 minutos cada uno, con un periodo de tiempo establecido de 5 minutos para el cambio de turno, excepto en la 2ª Jornada, 4ª sesión que habrá dos turnos de calentamiento de 20 minutos con 5 minutos de descanso para el cambio de turno
3. Se repartirá el espacio de calentamiento entre los Clubs participantes.
4. Es obligatorio respetar en cada momento el espacio asignado a cada club en cuanto a las calles, n.º de calles y nadadores por calle.
5. El Club deberá establecer los nadadores que harán uso de los espacios asignados, respetando a lo largo de las sesiones, y en la medida de lo posible, el mantener a los mismos deportistas en las mismas calles (ver cuadrante de distribución clubes/calentamiento)
6. Los nadadores no podrán salir del agua en ningún momento durante su periodo de calentamiento.



## INSTRUCCIONES TÉCNICAS

### Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno

### Temporada 2020-2021

7. Será la organización la que indique el comienzo y finalización del calentamiento.
8. Queda prohibido el uso de material de entrenamiento y botes de bebida durante el periodo de calentamiento en agua.

#### 5. Cámaras de salidas y prueba.

1. El nadador deberá acceder a cámara de salidas con el material de competición imprescindible y una bolsa de plástico en la que guardará su mascarilla durante su prueba.
2. Se ruega a los deportistas y técnicos estén atentos a la evolución de las distintas series, intentando evitar que el deportista esté demasiado tiempo esperando en cámara de salidas.
3. Los deportistas deberán estar atentos a las indicaciones dadas por la organización.
4. Una vez finalizada la prueba el nadador saldrá del agua ante la indicación del juez árbitro por el lateral más cercano a su calle (las calles 1,2,3,4 saldrán por el lateral de la calle 1 y los nadadores de las calles 5,6,7 y 8, por el lateral de la calle 8), dirigiéndose a continuación a recoger sus objetos personales y al lugar designado a su Club.
5. 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.

#### 6. Uso de baños:

- 1.El uso de los baños debe reducirse a lo realmente imprescindible, debiendo respetar en todo momento las indicaciones dadas por el personal de organización.
- 2.Es obligatorio el uso de gel hidroalcohólico a la entrada y la salida del baño.

#### 7. Abandono de instalación.

1. La puerta de la instalación permanecerá abierta durante todo el desarrollo de la competición para que pueda producirse la salida de la misma en cualquier momento.
- 2.Habrà una persona de organización en la salida de la instalación para control de los deportistas que realicen su salida sin técnico responsable.
3. Se ruega a los Clubes, organicen la recogida de sus deportistas a la salida por parte de familias u otras personas responsables.
4. Al abandonar la instalación se debe respetar en todo momento las indicaciones dadas por el personal de organización.



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS**  
**Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno**  
**Temporada 2020-2021**

**8. Horarios turnos de competición/calentamientos por Jornada.**

- Los horarios pueden sufrir modificaciones por motivos de organización.

**20 de marzo (sábado mañana- 1º turno competición FEMENINO)**

**Acceso a instalación**

8.00-8.15: Acceso personal de organización.

8.30-8.45: Acceso deportistas y personal técnico.

9.20-9.30: Acceso del jurado.

**Competición**

8.50-9.15: 1º turno de calentamiento

9.20-9.45: 2º turno de calentamiento

10.00: inicio competición

11.00: fin de competición

11.05: abandono de instalación

**Calentamiento**

**1ª JORNADA-1ª SESIÓN-SABADO MAÑANA FEMENINO**

**1º TURNO CALENTAMIENTO**

VASO COMPETICIÓN		VASO 2			
CALLE	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CALLE
CALLE 8	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.D. Torrelago-Wellness	2	CALLE 8
CALLE 7	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.N. León	2	CALLE 7
CALLE 6	C.N. Castilla-Burgos	2	Casino De la Unión	1	CALLE 6
CALLE 5	C.N. Rio Adaja	3	C.D. Acuático-León	2	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Palencia	2	C.D. Acuático León	2	CALLE 4
CALLE 3	C.N. Palencia	2	C.D.N. Zamora	1	CALLE 3
CALLE 2	C.N. Palencia	2	C.N. Parquesol	2	CALLE 2
CALLE 1	C.D. Areté	2	C.N. Parquesol	2	CALLE 1

**2º TURNO CALENTAMIENTO**

VASO COMPETICIÓN		VASO 2			
CALLE	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CALLE
CALLE 8	C.D. Acuático-León	2	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 8
CALLE 7	C.D. Acuático-León	2	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 7
CALLE 6	C.N. Bierzo-Ponferrada	1	C.N. Palencia	3	CALLE 6
CALLE 5	C.N. Ciudad de Avila	1	C.N. Palencia	3	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Parquesol	3	C.N. Riavall	3	CALLE 4
CALLE 3	C.N. Castilla-Zamora	3	C.N. Castilla-Burgos	2	CALLE 3
CALLE 2	C.D. Torrelago-Wellness	3	C.N. Abulense	2	CALLE 2
CALLE 1	C.D.N. San José Obrero	2	C.D.Natación Calle 4	1	CALLE 1

**\* Habrá dos turnos de calentamiento de 25 minutos con 5 minutos para el cambio de turno**



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS**  
**Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno**  
**Temporada 2020-2021**

**20 de marzo (sábado mañana- 2º turno competición MASCULINO)**

**Acceso a instalación**

11.15-11.30: Acceso deportistas y personal técnico.

**Competición**

11.40-12.05: 1º turno de calentamiento

12.10-12.35: 2º turno de calentamiento

12.50: inicio competición

14.05: fin de competición

14.10: abandono de instalación

**Calentamiento**

**1ª JORNADA-1ª SESIÓN-SABADO MAÑANA MASCULINO**

**1º TURNO CALENTAMIENTO**

CALLE	VASO COMPETICIÓN		VASO 2		CALLE
	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	
CALLE 8	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.D. Torrelago-Wellness	3	CALLE 8
CALLE 7	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.N. León	2	CALLE 7
CALLE 6	C.N. Castilla-Burgos	2	Centro de Tecnificación	1	CALLE 6
CALLE 5	C.N. Castilla-Burgos	3	C. Benavente Natación	2	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Palencia	1	C.N. Riavall	2	CALLE 4
CALLE 3	C.N. Palencia	2	C.D.N. Zamora	2	CALLE 3
CALLE 2	C.N. Palencia	2	C.D. Areté	1	CALLE 2
CALLE 1	C.N. Parquesol	2	San José Obrero	1	CALLE 1

**2º TURNO CALENTAMIENTO**

CALLE	VASO COMPETICIÓN		VASO 2		CALLE
	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	
CALLE 8	Torrelago-Wellness	2	Acuático-Salamanca	2	CALLE 8
CALLE 7	Torrelago-Wellness	1	Acuático-Salamanca	2	CALLE 7
CALLE 6	Bierzo-Ponferrada	1	C.N. Palencia	2	CALLE 6
CALLE 5	Ciudad de Avila	3	C.N. Palencia	2	CALLE 5
CALLE 4	Río Adaja	1	C.N. Palencia	2	CALLE 4
CALLE 3	Castilla-Zamora	1	C.N. Castilla-Burgos	2	CALLE 3
CALLE 2	Acuático-León	3	C.N. Castilla-Burgos	2	CALLE 2
CALLE 1	Benavente	2	C.N. Parquesol	2	CALLE 1

**\* Habrá dos turnos de calentamiento de 25 minutos con 5 minutos para el cambio de turno**



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS**  
**Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno**  
**Temporada 2020-2021**

**20 de marzo (sábado tarde- 1º turno competición FEMENINO)**

**Acceso a instalación**

14.30 -14.45: Acceso deportistas, personal técnico y organización.

15.20-15.30: Acceso jurado

**Competición**

14.55 -15.20.: 1º turno de calentamiento

15.25-15.50: 2º turno de calentamiento

16.00: inicio competición

17.15: fin de competición

17.20: abandono de instalación

**Calentamiento**

**1ª JORNADA-2ª SESIÓN-SABADO TARDE FEMENINO**

**1º TURNO CALENTAMIENTO**

VASO COMPETICIÓN		VASO 2			
CALLE	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CALLE
CALLE 8	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.D. Acuático-León	2	CALLE 8
CALLE 7	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.D. Acuático-León	2	CALLE 7
CALLE 6	C.N. Palencia	3	C.N. Bierzo-Ponferrada	1	CALLE 6
CALLE 5	C.N. Palencia	3	C.N. Ciudad de Avila	1	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Riavall	3	C.N. Parquesol	3	CALLE 4
CALLE 3	C.N. Castilla-Burgos	2	C.N. Castilla-Zamora	3	CALLE 3
CALLE 2	C.N. Abulense	2	C.D. Torrelago-Wellness	3	CALLE 2
CALLE 1	C.D. Natación Calle 4	1	C.D.N. San José Obrero	2	CALLE 1

**2º TURNO CALENTAMIENTO**

VASO COMPETICIÓN		VASO 2			
CALLE	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CALLE
CALLE 8	C.D. Torrelago-Wellness	2	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 8
CALLE 7	C.N. León	2	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 7
CALLE 6	Casino De la Unión	1	C.N. Castilla-Burgos	2	CALLE 6
CALLE 5	C.D. Acuático-León	2	C.N. Rio Adaja	3	CALLE 5
CALLE 4	C.D. Acuático León	2	C.N. Palencia	2	CALLE 4
CALLE 3	C.D.N. Zamora	1	C.N. Palencia	2	CALLE 3
CALLE 2	C.N. Parquesol	2	C.N. Palencia	2	CALLE 2
CALLE 1	C.N. Parquesol	2	C.D. Areté	2	CALLE 1

**\* Habrá dos turnos de calentamiento de 25 minutos con 5 minutos para el cambio de turno**



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS**  
**Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno**  
**Temporada 2020-2021**

**20 de marzo (sábado tarde- 2º turno competición MASCULINO)**

**Acceso a instalación**

17.30-17.45: Acceso deportistas y personal técnico.

**Competición**

17.55 -18.20: 1º turno de calentamiento

18.25 -18.50: 2º turno de calentamiento

19.00: inicio competición

20.00: fin de competición

20.05: abandono de instalación

**Calentamiento**

<b>1ª JORNADA-2ª SESIÓN SABADO TARDE MASCULINO</b>					
<b>1º TURNO CALENTAMIENTO</b>					
	<b>VASO COMPETICIÓN</b>		<b>VASO 2</b>		
<b>CALLE</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CALLE</b>
CALLE 8	Acuático-Salamanca	2	Torrelago-Wellness	2	CALLE 8
CALLE 7	Acuático-Salamanca	2	Torrelago-Wellness	1	CALLE 7
CALLE 6	C.N. Palencia	2	Bierzo-Ponferrada	1	CALLE 6
CALLE 5	C.N. Palencia	2	Ciudad de Avila	3	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Palencia	2	Río Adaja	1	CALLE 4
CALLE 3	C.N. Castilla-Burgos	2	Castilla-Zamora	1	CALLE 3
CALLE 2	C.N. Castilla-Burgos	2	Acuático-León	3	CALLE 2
CALLE 1	C.N. Parquesol	2	Benavente	2	CALLE 1
<b>2º TURNO CALENTAMIENTO</b>					
	<b>VASO COMPETICIÓN</b>		<b>VASO 2</b>		
<b>CALLE</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CALLE</b>
CALLE 8	C.D. Torrelago-Wellness	3	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 8
CALLE 7	C.N. León	2	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 7
CALLE 6	Centro de Tecnificación	1	C.N. Castilla-Burgos	2	CALLE 6
CALLE 5	C. Benavente Natación	2	C.N. Castilla-Burgos	3	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Riavall	2	C.N. Palencia	1	CALLE 4
CALLE 3	C.D.N. Zamora	2	C.N. Palencia	2	CALLE 3
CALLE 2	C.D. Areté	1	C.N. Palencia	2	CALLE 2
CALLE 1	San José Obrero	1	C.N. Parquesol	2	CALLE 1

**\* Habrá dos turnos de calentamiento de 25 minutos con 5 minutos para el cambio de turno**



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS**  
**Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno**  
**Temporada 2020-2021**

**21 de marzo (domingo mañana- 1º turno competición FEMENINO)**

**Acceso a instalación**

8.00-8.15: Acceso personal de organización.

8.30-8.45: Acceso deportistas y personal técnico.

9.20-9.30: Acceso del jurado.

**Competición**

8.55-9.20.: 1º turno de calentamiento

9.25-9.50: 2º turno de calentamiento

10.05: inicio competición

11.15: fin de competición

11:20: abandono de instalación

**Calentamiento**

**2ª JORNADA-3ª SESIÓN DOMINGO MAÑANA FEMENINO**

**1º TURNO CALENTAMIENTO**

CALLE	VASO COMPETICIÓN		VASO 2		CALLE
	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	
CALLE 8	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.D. Torrelago-Wellness	2	CALLE 8
CALLE 7	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.N. León	2	CALLE 7
CALLE 6	C.N. Castilla-Burgos	2	Casino De la Unión	1	CALLE 6
CALLE 5	C.N. Río Adaja	3	C.D. Acuático-León	2	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Palencia	2	C.D. Acuático León	2	CALLE 4
CALLE 3	C.N. Palencia	2	C.D.N. Zamora	1	CALLE 3
CALLE 2	C.N. Palencia	2	C.N. Parquesol	2	CALLE 2
CALLE 1	C.D. Areté	2	C.N. Parquesol	2	CALLE 1

**2º TURNO CALENTAMIENTO**

CALLE	VASO COMPETICIÓN		VASO 2		CALLE
	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	
CALLE 8	C.D. Acuático-León	2	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 8
CALLE 7	C.D. Acuático-León	2	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 7
CALLE 6	C.N. Bierzo-Ponferrada	1	C.N. Palencia	3	CALLE 6
CALLE 5	C.N. Ciudad de Avila	1	C.N. Palencia	3	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Parquesol	3	C.N. Riavall	3	CALLE 4
CALLE 3	C.N. Castilla-Zamora	3	C.N. Castilla-Burgos	2	CALLE 3
CALLE 2	C.D. Torrelago-Wellness	3	C.N. Abulense	2	CALLE 2
CALLE 1	C.D.N. San José Obrero	2	C.D.Natación Calle 4	1	CALLE 1

**\* Habrá dos turnos de calentamiento de 25 minutos con 5 minutos para el cambio de turno**





**INSTRUCCIONES TÉCNICAS**  
**Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno**  
**Temporada 2020-2021**

**21 de marzo (domingo mañana- 2º turno competición MASCULINO)**

**Acceso a instalación**

11.30-11.45: Acceso deportistas y personal técnico.

**Competición**

11.55-12.20: 1º turno de calentamiento

12.25-12.50: 2º turno de calentamiento

13.05: inicio competición

13.55: fin de competición

14.00: abandono de instalación

**Calentamiento**

<b>2ª JORNADA-3ª SESIÓN DOMINGO MAÑANA MASCULINO</b>					
<b>1º TURNO CALENTAMIENTO</b>					
	<b>VASO COMPETICIÓN</b>		<b>VASO 2</b>		
<b>CALLE</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CALLE</b>
CALLE 8	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.D. Torrelago-Wellness	3	CALLE 8
CALLE 7	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.N. León	2	CALLE 7
CALLE 6	C.N. Castilla-Burgos	2	Centro de Tecnificación	1	CALLE 6
CALLE 5	C.N. Castilla-Burgos	3	C. Benavente Natación	2	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Palencia	1	C.N. Riavall	2	CALLE 4
CALLE 3	C.N. Palencia	2	C.D.N. Zamora	2	CALLE 3
CALLE 2	C.N. Palencia	2	C.D. Areté	1	CALLE 2
CALLE 1	C.N. Parquesol	2	San José Obrero	1	CALLE 1
<b>2º TURNO CALENTAMIENTO</b>					
	<b>VASO COMPETICIÓN</b>		<b>VASO 2</b>		
<b>CALLE</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CALLE</b>
CALLE 8	Torrelago-Wellness	2	Acuático-Salamanca	2	CALLE 8
CALLE 7	Torrelago-Wellness	1	Acuático-Salamanca	2	CALLE 7
CALLE 6	Bierzo-Ponferrada	1	C.N. Palencia	2	CALLE 6
CALLE 5	Ciudad de Avila	3	C.N. Palencia	2	CALLE 5
CALLE 4	Río Adaja	1	C.N. Palencia	2	CALLE 4
CALLE 3	Castilla-Zamora	1	C.N. Castilla-Burgos	2	CALLE 3
CALLE 2	Acuático-León	3	C.N. Castilla-Burgos	2	CALLE 2
CALLE 1	Benavente	2	C.N. Parquesol	2	CALLE 1

**\* Habrá dos turnos de calentamiento de 25 minutos con 5 minutos para el cambio de turno**



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS**  
**Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno**  
**Temporada 2020-2021**

**21 de marzo (domingo tarde- 1º turno competición FEMENINO)**

**Acceso a instalación**

14.30-14.45: Acceso deportistas, personal técnico y organización.

15.15-15.25: Acceso jurado

**Competición**

14.55 -15.15.: 1º turno de calentamiento

15.20-15.40: 2º turno de calentamiento

15.55: inicio competición

17.15: fin de competición

17.20: abandono de instalación

**Calentamiento**

**2ª JORNADA-4ª SESIÓN DOMINGO TARDE FEMENINO**

**1º TURNO CALENTAMIENTO**

VASO COMPETICIÓN		VASO 2			
CALLE	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CALLE
CALLE 8	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.D. Acuático-León	2	CALLE 8
CALLE 7	C.N. Acuático-Salamanca	2	C.D. Acuático-León	2	CALLE 7
CALLE 6	C.N. Palencia	3	C.N. Bierzo-Ponferrada	1	CALLE 6
CALLE 5	C.N. Palencia	3	C.N. Ciudad de Avila	1	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Riavall	3	C.N. Parquesol	3	CALLE 4
CALLE 3	C.N. Castilla-Burgos	2	C.N. Castilla-Zamora	3	CALLE 3
CALLE 2	C.N. Abulense	2	C.D. Torrelago-Wellness	3	CALLE 2
CALLE 1	C.D.Natación Calle 4	1	C.D.N. San José Obrero	2	CALLE 1

**2º TURNO CALENTAMIENTO**

VASO COMPETICIÓN		VASO 2			
CALLE	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CLUB/Nº NADADORES	Nº NAD	CALLE
CALLE 8	C.D. Torrelago-Wellness	2	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 8
CALLE 7	C.N. León	2	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 7
CALLE 6	Casino De la Unión	1	C.N. Castilla-Burgos	2	CALLE 6
CALLE 5	C.D. Acuático-León	2	C.N. Rio Adaja	3	CALLE 5
CALLE 4	C.D. Acuático León	2	C.N. Palencia	2	CALLE 4
CALLE 3	C.D.N. Zamora	1	C.N. Palencia	2	CALLE 3
CALLE 2	C.N. Parquesol	2	C.N. Palencia	2	CALLE 2
CALLE 1	C.N. Parquesol	2	C.D. Areté	2	CALLE 1

**\* Habrá dos turnos de calentamiento de 20 minutos con 5 minutos para el cambio de turno**



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS**  
**Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno**  
**Temporada 2020-2021**

**21 de marzo (domingo tarde- 2º turno competición MASCULINO)**

**Acceso a instalación**

17.30-17.45: Acceso deportistas y personal técnico.

**Competición**

17.55-18.15: 1º turno de calentamiento

18.20 -18.40: 2º turno de calentamiento

18.50: inicio competición

20.00: fin de competición

20.05: abandono de instalación

**Calentamiento**

<b>2ª JORNADA-4ª SESIÓN DOMINGO TARDE MASCULINO</b>					
<b>1º TURNO CALENTAMIENTO</b>					
	<b>VASO COMPETICIÓN</b>		<b>VASO 2</b>		
<b>CALLE</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CALLE</b>
CALLE 8	Acuático-Salamanca	2	Torrelago-Wellness	2	CALLE 8
CALLE 7	Acuático-Salamanca	2	Torrelago-Wellness	1	CALLE 7
CALLE 6	C.N. Palencia	2	Bierzo-Ponferrada	1	CALLE 6
CALLE 5	C.N. Palencia	2	Ciudad de Avila	3	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Palencia	2	Río Adaja	1	CALLE 4
CALLE 3	C.N. Castilla-Burgos	2	Castilla-Zamora	1	CALLE 3
CALLE 2	C.N. Castilla-Burgos	2	Acuático-León	3	CALLE 2
CALLE 1	C.N. Parquesol	2	Benavente	2	CALLE 1
<b>2º TURNO CALENTAMIENTO</b>					
	<b>VASO COMPETICIÓN</b>		<b>VASO 2</b>		
<b>CALLE</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CLUB/Nº NADADORES</b>	<b>Nº NAD</b>	<b>CALLE</b>
CALLE 8	C.D. Torrelago-Wellness	3	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 8
CALLE 7	C.N. León	2	C.N. Acuático-Salamanca	2	CALLE 7
CALLE 6	Centro de Tecnificación	1	C.N. Castilla-Burgos	2	CALLE 6
CALLE 5	C. Benavente Natación	2	C.N. Castilla-Burgos	3	CALLE 5
CALLE 4	C.N. Riavall	2	C.N. Palencia	1	CALLE 4
CALLE 3	C.D.N. Zamora	2	C.N. Palencia	2	CALLE 3
CALLE 2	C.D. Areté	1	C.N. Palencia	2	CALLE 2
CALLE 1	San José Obrero	1	C.N. Parquesol	2	CALLE 1
<b>* Habrá dos turnos de calentamiento de 20 minutos con 5 minutos para el cambio de turno</b>					



**INSTRUCCIONES TÉCNICAS**  
**Campeonato Castilla y León Alevín de Invierno**  
**Temporada 2020-2021**

**9. Aspectos generales**

- 1.El personal técnico podrá permanecer en la instalación durante todo el día, pero no podrá comer dentro de la misma.
- 2.Los horarios establecidos son aproximados, por lo que rogamos a los deportistas que participan en los segundos turnos de competición estén en la puerta de la instalación 10 minutos antes del horario establecido.

*La Federación de Castilla y León de Natación agradece a técnicos, participantes, familias y personal de organización, el gran esfuerzo que supone la participación en esta competición, por lo que os trasladamos nuestro más sincero agradecimiento por poder contar con vuestra presencia.*

**LA SEGURIDAD SANITARIA ESTÁ POR ENCIMA DEL ASPECTO COMPETITIVO**

**CONTAMOS CON VUESTRA COLABORACIÓN**

