



INSTRUCCIONES TÉCNICAS IX OPEN CASTILLA Y LEÓN NATACIÓN MASTER INVIERNO Temporada 2021-2022

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: 15 de enero de 2022.

2.LUGAR: León

Piscina: La Palomera (P.25 m. 8 calles, cronometraje semi-electrónico)

3. CATEGORÍA: Master

4. SESIONES: Sábado mañana y tarde.

INSTRUCCIONES TÉCNICAS

1. Aspectos Generales.

1.1. 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.

1.2. Se recomienda que cada deportista disponga de gel hidroalcohólico de uso individual.

1.3. Se respetará en todo momento la distancia interpersonal de 1.5m. como mínimo siempre que sea posible. Cuando no sea posible mantener dicha distancia de seguridad interpersonal, se observarán las medidas de higiene adecuadas para prevenir los riesgos de contagio.

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

1.5. Se deben evitar desplazamientos por la instalación que no sean absolutamente necesarios.

2. Horarios:

1ª jornada-1ª Sesión:

Acceso deportistas: 9.15 h.

1º turno de calentamiento: De 9.30 a 10.00 h.

2º turno de calentamiento: De 10.05 a 10.35 h.

Inicio de competición: 10.50 h.

Fin de competición: 13.15 h.



INSTRUCCIONES TÉCNICAS IX OPEN CASTILLA Y LEÓN NATACIÓN MASTER INVIERNO Temporada 2021-2022

1ª jornada-2ª Sesión:

Acceso deportistas: 15.15 h.

1º turno de calentamiento: De 15.30 a 16.00 h.

2º turno de calentamiento: De 16.05 a 16.35 h.

Inicio de competición: 16.50 h.

Fin de competición: 19.15 h.

3. Acceso a la instalación.

3.1. En el momento de acceso a la instalación “control de acceso”, se debe mantener en la medida de lo posible, el distanciamiento interpersonal.

3.2. Para acceder a la instalación en CADA sesión de competición es obligatorio que deportistas, técnicos, delegados, jueces y personal de organización, presenten el documento de trazabilidad y declaración responsable frente a COVID-19.

3.3. La organización designará dentro de la instalación el lugar que debe ocupar cada Club (grada o playa). Se ruega a los Clubes respeten el lugar asignado durante la celebración de la competición.

Clubes en grada	Clubes en playa
C.N. Ovimaster	Burlada C.N.
C.N. Palencia	C. Acuático Salamanca
C.N. Playa Salve	C.D. Galosport
C.N. Soriano	C.D. Jerez Natación Master
C.D. Upstream	C.D. Tizona Burgos
C. Benavente Natación	C.D. Torrelago-Wellness
C.N. Master León	C.D.N. Zamora
E.C. C. de Talavera Aqüis	C.N. Bierzo-Ponferrada
Natación Casa de Asturias	C.N. León
S.D. La Venatoria	

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. El número máximo de nadadores/calle será de 7.

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.



INSTRUCCIONES TÉCNICAS

IX OPEN CASTILLA Y LEÓN NATACIÓN MASTER INVIERNO

Temporada 2021-2022

- 4.5.** El uso de la mascarilla es obligatorio hasta el momento de la entrada al agua.
- 4.6.** Habrá **dos periodos** de calentamiento de **30 minutos** de duración cada uno, con 5 minutos de descanso entre ambos periodos.
- 4.7.** Distribución Clubes-periodos de calentamiento:
Calentamiento 1ª J-1ª Sesión, sábado mañana:
1ª turno de calentamiento: Clubes situados en la grada
2ª turno de calentamiento: Clubes situados en playa
Calentamiento 1ª J-2ª Sesión, sábado tarde:
1ª turno de calentamiento: Clubes situados en la playa
2ª turno de calentamiento: Clubes situados en grada

5. Cámaras de salidas y prueba.

- 5.1.** El nadador deberá acceder a cámara de salidas con una bolsa en la que guardará su mascarilla durante su prueba.
- 5.2.** Se ruega a los deportistas estén atentos a la evolución de las distintas series, intentando evitar estar demasiado tiempo esperando en cámara de salidas.
- 5.3.** Los deportistas deberán estar atentos a las indicaciones dadas por la organización.
- 5.4.** 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.
- 5.5.** Al finalizar la serie, el nadador/a se colocará pegado a la corchera más próxima a su escalera de salida y con la mirada dirigida al agua, nunca hacia arriba.
- 5.6.** 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.
- 5.7.** La salida del agua debe producirse lo más rápido posible.
- 5.8.** Una vez finalizada la prueba y después de salir del agua, el deportista deberá colocarse la mascarilla lo antes posible.

6. Bajos 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).

7. Uso de vestuarios y baños.

- 7.1. NO** se permitirá el uso de vestuarios. siendo de obligado cumplimiento en el acceso a los baños, el uso de la mascarilla en todo momento y el mantener la distancia de seguridad interpersonal.
- 7.2.** Se recomienda el uso de gel hidroalcohólico a la entrada y la salida del baño.

8. Ceremonia de entrega Trofeos.

- 8.1.** Los Clubes que hayan sido ganadores de alguno de los Trofeos, designará una persona de su Club que acudirá a cámara de premiación.



INSTRUCCIONES TÉCNICAS IX OPEN CASTILLA Y LEÓN NATACIÓN MASTER INVIERNO Temporada 2021-2022

8.2. La cámara de premiación estará situada en el mismo lugar que la cámara de salidas.

8.3. Se limitará el espacio destinado a la ceremonia de entrega de Trofeos. Los componentes de los Clubes deberán respetar el espacio limitado a tal efecto.

9. Público.

Debido a la situación sanitaria y al elevado número de deportistas, NO se permite el acceso de público a la instalación.

10. Abandono de la Instalación.

Se ruega abandonar la instalación una vez finaliza la participación.

LA SEGURIDAD SANITARIA ESTÁ POR ENCIMA DEL ASPECTO COMPETITIVO

CONTAMOS CON VUESTRA COLABORACIÓN