



INSTRUCCIONES TÉCNICAS
XXVIII COPA DE CLUES DE NATACIÓN-SEGUNDA DIVISIÓN
Temporada 2022-2023

- 1.FECHA:** 3 y 4 de diciembre de 2022.
2.LUGAR: Valladolid
Piscina: CEAR Río Esgueva (P.25 m. 8 calles, cronometraje electrónico)
3. CATEGORÍAS: Absoluta/Junior/Infantil
4. SESIONES: sábado mañana y tarde y domingo mañana y tarde

INSTRUCCIONES TÉCNICAS

1. Aspectos Generales.

Queda terminantemente prohibido el acceso o la permanencia en el lugar reservado para deportistas y técnicos, de cualquier persona no acreditada en la competición.

2. Horarios:

Los horarios pueden sufrir modificaciones por motivos de organización

1ª JORNADA-1ª SESIÓN (sábado mañana)

Acceso a instalación

8:30 Acceso deportistas y personal técnico.

9:45: acceso de público.

Competición

8.30-10.00: calentamiento

10.15: inicio competición

13.10: fin de competición

13:15 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.

19.45: fin de competición

19.50: abandono de instalación



INSTRUCCIONES TÉCNICAS
XXVIII COPA DE CLUES DE NATACIÓN-SEGUNDA DIVISIÓN
Temporada 2022-2023

2ª JORNADA-3ª SESIÓN (domingo mañana)

Acceso a instalación

8:45: Acceso deportistas y personal técnico.

10.00: acceso de público.

Competición

8.45-10.15: calentamiento

10.30: inicio competición

13:00: fin de competición

13:05 abandono de instalación

2ª JORNADA-4ª SESIÓN (domingo tarde)

Acceso a instalación

15.00: accesos deportistas y personal técnico.

16.15: acceso de público.

Competición

15.00-16.30: calentamiento.

16.45: inicio de competición.

19.15: fin de competición

19.20: abandono de instalación

3. Acceso a la instalación.

Se debe respetar el horario establecido de acceso para deportistas y público.

No se permitirá el uso de las sillas y bancos para depositar objetos personales.

4. Calentamiento en agua.

4.1. 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.

4.2. Solamente se permitirá el uso de tabla y pull-boy como material de entrenamiento durante los periodos de calentamiento en el agua.

4.3. Durante el periodo de calentamiento en agua, **NO** se permitirá a los deportistas las salidas desde los poyetes, a excepción de los últimos 30 minutos del periodo de calentamiento en los que se habilitarán las calles 1, 2, 7 y 8 del vaso de competición para nado rápido con salida.

El comienzo de dicho periodo será comunicado por la organización.

4.4. Una vez finalizado el periodo de calentamiento **NO** está permitido el uso del vaso de calentamiento.



INSTRUCCIONES TÉCNICAS
XXVIII COPA DE CLUES DE NATACIÓN-SEGUNDA DIVISIÓN
Temporada 2022-2023

5. Cámaras de salidas y prueba.

- 5.1.** La cámara de salidas estará situada en el pasillo de vestuarios.
- 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.** 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.
- 5.4.** 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.
- 5.5.** La salida del agua debe producirse lo más rápido posible.

6. 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).

7. Público.

- 7.1.** Se permitirá la asistencia de público hasta completar aforo.
- 7.2.** No se podrán reservar plazas en la grada, todo aquel asiento no ocupado por una persona podrá ser utilizado por otra.
- 7.3.** 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.