



INSTRUCCIONES TÉCNICAS
IX COPA DE CASTILLA Y LEÓN DE CLUBES
Temporada 2022-2023

- 1.FECHA:** 27 y 28 de mayo de 2023.
- 2.LUGAR:** Valladolid
Piscina: CEAR Río Esgueva (P.50 m. 8 calles, cronometraje electrónico)
- 3. CATEGORÍAS:** Absoluta
- 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 persona no acreditada en la competición.

2. Horarios

Los horarios pueden sufrir modificaciones por motivos de organización

1ª JORNADA-1ª SESIÓN

Acceso a instalación

8:50: Acceso deportistas y personal técnico.

9:45: acceso de público.

Competición

9.00-10.15: calentamiento

10.30: inicio competición

13.00: fin de competición

13:10: abandono de instalación

1ª JORNADA-2ª SESIÓN

Acceso a instalación

15:05: accesos deportistas y personal técnico.

16:00: acceso de público.

Competición

15.15-16.30: calentamiento.

16.45: inicio de competición.

19.15: fin de competición

19.25: abandono de instalación



INSTRUCCIONES TÉCNICAS
IX COPA DE CASTILLA Y LEÓN DE CLUBES
Temporada 2022-2023

2ª JORNADA-3ª SESIÓN

Acceso a instalación

9.20: accesos deportistas y personal técnico

10.15: acceso de público

Competición

9.30-10.45: calentamiento

11.00: inicio competición

13:00: fin de competición

13:10 abandono de instalación

2ª JORNADA-4ª SESIÓN

Acceso a instalación

15.05: accesos deportistas y personal técnico

16.00: acceso de público.

Competición

15.15-16.30: calentamiento

16.45: inicio de competición

19.15: fin de competición

19.25: abandono de instalación

3. Acceso a la instalación.

3.1. Deportistas, técnicos y público podrán realizar la entrada en cualquier momento a partir de la hora establecida para ello en cada sesión de competición.

3.2. Será la organización la que indique el momento de las entradas, tanto para deportistas y técnicos como para el público.

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. 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 20 minutos del periodo de calentamiento en los que se habilitarán las calles 1, 2 y 8 para nado rápido con salidas desde los poyetes y la calle 7 para nado rápido de ritmo de prueba. Por motivos de seguridad, en las calles 1, 2 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.



INSTRUCCIONES TÉCNICAS IX COPA DE CASTILLA Y LEÓN DE CLUBES Temporada 2022-2023

4.4. Por motivos de seguridad, no se permite el uso en la playa de material que suponga un riesgo para la integridad de los participantes.

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, a excepción de las pruebas de espalda.

6. Bajas, Cambios y Pruebas de Relevos.

Las bajas, cambios 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.