



## Instrucciones Técnicas

### XXXV Trofeo Club Natación León - Ciudad de León



FECHA: 10 Marzo (mañana y tarde)

LUGAR: León

PISCINA: La Palomera (25 m. 8 calles, cronometraje semi-electronico)

## INSTRUCCIONES TÉCNICAS

### Aspectos Generales

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

### Horarios

El horario puede sufrir modificación por motivos de organización, dichos cambios se comunicarian (en el caso de producirse) a los clubes a la mayor brevedad.

#### 1ª Jornada - 1ª Sesión (domingo mañana)

##### Acceso Instalación

8:20 acceso a la instalación deportistas (desde esta hora hasta el turno de calentamiento correspondiente)

9:20 acceso a la instalación jurado

##### Competición

8:30-9:10 Primer turno calentamiento

9:15-9:55 Segundo turno calentamiento

10:00 inicio competición

#### 1ª Jornada - 2ª Sesión (domingo tarde)

##### Acceso Instalación

14:50 acceso a la instalación deportistas (desde esta hora hasta el turno de calentamiento correspondiente)

15:50 acceso a la instalación jurado

##### Competición

15:00-15:40 Primer turno calentamiento

15:45-16:25 Segundo turno calentamiento

16:30 inicio competición



**Instrucciones Técnicas**  
**XXXV Trofeo Club Natación León - Ciudad de León**

**Turnos de Calentamiento**

Mañana			Mañana	
Primer Turno (8:30 - 9:10)			Segundo Turno (9:15 - 9:55)	
S.D. La Venatoria	20		C.N. Castilla-Burgos	44
Club Natación Máster León	2		C.N. Arganda	11
C.N. León	69		C.N. Bierzo-Ponferrada	17
C.D. Acuático León	30		C.N. Palencia	38
C.N. Casa Asturias	39		C.N. Coanza	9
			C.N. Santa Olaya	2
<b>Total Nadadores</b>	<b>160</b>		<b>Total Nadadores</b>	<b>121</b>

Tarde			Tarde	
Primer Turno (15:00 - 15:40)			Segundo Turno (15:45 - 16:25)	
S.D. La Venatoria	20		C.N. Castilla-Burgos	44
Club Natación Máster León	2		C.N. Arganda	11
C.N. León	69		C.N. Bierzo-Ponferrada	17
C.D. Acuático León	30		C.N. Palencia	38
C.N. Casa Asturias	39		C.N. Coanza	9
			C.N. Santa Olaya	2
<b>Total Nadadores</b>	<b>160</b>		<b>Total Nadadores</b>	<b>121</b>

**Calentamiento en el Agua**

- Se deben cumplir en todo momento las indicaciones que sean dadas por la organización durante el periodo de calentamiento en agua de los deportistas.



## Instrucciones Técnicas

### XXXV Trofeo Club Natación León - Ciudad de León



- Los Clubes organizan 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.
- Solamente se permitirá el uso de tabla y pull-boy como material de entrenamiento durante los periodos de calentamiento en el agua.
- Durante el periodo de calentamiento en agua, NO se permitirá a los deportistas las salidas desde los poyetes, a excepción de los últimos 15 minutos del periodo de calentamiento en los que se habilitarán las calles 1 y 8 para nado rápido con salida.

### Cámara de salidas y Pruebas

- La cámara de salidas estará situada en el pasillo superior del vaso de calentamiento.
- En cámara de salidas se llamará con tres series de antelación a la que está en el agua.
- Se ruega a los deportistas estén atentos a la evolución de las distintas series, ya que no se esperará por nadadores que no se presenten a tiempo en la cámara de salidas.  
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.
- La salida del agua debe producirse lo más rápido posible, circulando hacia la piscina de calentamiento para después volver al lugar donde esté ubicado cada Club.

### Exhibición Prebenjamín

Al finalizar la prueba 8 (50 Espalda femenino benjamín) habrá un parón para una serie de exhibición de los prebenjamines del Club Natación León.

Durante ese periodo se espera en cámara de premiación a los medallistas de las pruebas de la mañana, para agilizar en la medida de lo posible la premiación.

### Entrega de medallas

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

### 1ª Jornada - 1ª Sesión (sesión mañana)

- Al finalizar la prueba 8 se entregarán las medallas de las pruebas 1 a la 8



## Instrucciones Técnicas XXXV Trofeo Club Natación León - Ciudad de León



### 1ª Jornada - 2ª Sesión (sesión tarde)

- Antes de iniciar la sesión de tarde se entregarán las medallas de la prueba 9
- Al finalizar la prueba 17 se entregarán las medallas de las pruebas 10 a la 17
- Al finalizar la prueba 19 se entregarán las medallas de las pruebas 18 y 19

Los medallistas se comunicarán por megafonía, pero los resultados pueden consultarse en [internet](#).

Por esta razón, rogamos a los entrenadores y deportistas que estén pendientes y acudan a la cámara de premiación en los momentos requeridos. No se esperará por nadadores una vez iniciada la entrega de medallas.

### Ceremonia de entrega de medallas y Trofeos

- Se limitará el espacio destinado a la ceremonia de entrega de medallas y trofeos. Los componentes de los Clubes deberán respetar el espacio limitado a tal efecto.
- En la entrega de Trofeos, los Clubes que hayan sido ganadores de alguno de los Trofeos, designarán dos personas de su Club que acudirá a cámara de premiación.

### 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](#).

### Público

Se permitirá la asistencia de público hasta completar aforo.

No se podrán reservar plazas en la grada, todo aquel asiento no ocupado por una persona podrá ser utilizado por otra.