



## INSTRUCCIONES TÉCNICAS X COPA DE CASTILLA Y LEÓN DE CLUBES Temporada 2023-2024

- 1.FECHA:** 25 y 26 de mayo de 2024.
- 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**

HORARIOS				
	1ª J-1ª S	1ª J-2ª S	2ª J-3ª S	2ª J-4ª S
ACCESOS				
DEPORTISTAS Y TÉCNICOS	9.00 h.	15.15 h.	9.15 h.	15.00 h.
PÚBLICO	9.45 h.	16.00 h.	10.00 h.	15.30 h.
CALENTAMIENTO				
HORARIO CALENTAMIENTO	9.15-10.30 h.	15.30-16.45	9.30-10.45 h.	15.00-16.15
NADO RÁPIDO CON SALIDA (*)	10.00-10.30 h.	16.15-16.45 h.	10.15-10.45 h.	15.45-16.15 h.
RITMO PRUEBA (**)				
HORARIO COMPETICIÓN	10.45-12.45 h.	17.00-19.30 h.	11.00-12.45 h.	16.30-19.00 h.

(\*) Nado rápido con salida calles 1 y 8

(\*\*) Nado de ritmo de prueba sin salida calles 2 y 7.

#### 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.

**3.3.** Los Clubes participantes deberán respetar dentro de la instalación el espacio indicado por la organización.



## INSTRUCCIONES TÉCNICAS X COPA DE CASTILLA Y LEÓN DE CLUBES Temporada 2023-2024

### 4. Calentamientos.

**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.

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

**4.5.** 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 y 8 para nado rápido con salidas desde los poyetes y las calles 2 y 7 para nado rápido de ritmo de prueba.

Por motivos de seguridad, en las calles 1 y 8 solo se permitirá el nado rápido en la misma dirección de la salida. El comienzo de los periodos de nado rápido con salida y ritmo de prueba serán comunicados por el personal de organización. Se ruega respetar dichos espacios y periodos.

**4.6.** 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.** La cámara de salidas estará situada en el pasillo de vestuarios de los deportistas.

**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 y aquellas series en las que el Juez Árbitro lo indique.

### 6. Entregas de medallas, Trofeos y Premios.

La cámara de premiación estará situada en el pasillo de vestuarios de los deportistas.

**7. Bajas, Cambios 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](http://www.fenacyl.org)).

### 8. Público.

**8.1.** Se permitirá la asistencia de público hasta completar aforo.

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

**8.3.** La instalación dispone de zona de baños para el público. Es de obligado cumplimiento el respetar la zona acotada para su uso.

**8.4. NO SE PERMITE** el acceso del público al pasillo de vestuarios de los deportistas en ningún momento durante la estancia del público en la instalación.