



NADADORES PARTICIPANTES
COPA ESPAÑA 2ª DIV
SABADO y DOMINGO, 14 y 15 DE DICIEMBRE 2024

PISCINA: PARQUESOL (VALLADOLID)

ACCESO INSTALACIÓN: ver adjunto

CALENTAMIENTO: ver adjunto

PRUEBAS: ver adjunto

ENTRENADORES: Jesús

ALOJAMIENTO Y COMIDAS:

Albergue Dominicas; C/ Camino de los Tramosos, 6. 47013 Valladolid; 983 232 539 (Necesario saco dormir o sábanas y toalla)

DESPLAZAMIENTO: Coches particulares.

JEFE / JEFA EXPEDICIÓN: LAlberto Guerra; Diego Gallardo (Supl.)

Actualizado: 10 12 2024

IMPORTANTE

Si no puedes participar, envía un correo electrónico a venatorianatacion@ludensweb.es o escribe un wassap al 679474246 indicando la baja.

FECHA LÍMITE FIN DE BAJAS y CAMBIOS: miércoles 27 noviembre

PARTICIPANTES	BUS	ACOM P	ALOJ	50M	50E	50B	100EST	100M	100E	100B	200EST	200M	200E	200B
AGG - GUERRA GONZALEZ ALBERTO	SI	1	SI	X			X	X				X		
DGP2 - GALLARDO PEREZ DIEGO	SI		SI		X				X		X		X	
LAS - ALONSO SAN JOSE LUCIA	SI		SI		X		X		X		X			
PMS - MARTINEZ SECO PILAR	SI		SI			X				X			X	X



INSTRUCCIONES TÉCNICAS

XXX COPA CLUBES DE NATACIÓN-2ª DIVISIÓN-VALLADOLID

Temporada 2.024-2.025

1.FECHA: 14 y 15 de diciembre de 2.024.

2.LUGAR: Valladolid

Piscina: "Parquesol" Laura López Valle (P.25 m. 8 calles, cronometraje electrónico)

3. CATEGORÍAS: Masculino y Femenino: .2009 y mayores (2.010 y 2.011)

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.

HORARIOS				
	1ª J-1ª S	1ª J-2ª S	2ª J-3ª S	2ª J-4ª S
ACCESOS				
DEPORTISTAS Y TÉCNICOS	8.15 h.	15.15 h.	8.30 h.	15.00 h.
PÚBLICO	9.00 h.	16.00 h.	9.15 h.	15.45 h.
CALENTAMIENTO				
HORARIO CALENTAMIENTO	8.15-9.45 h.	15.15-16.45	8.30-10.00 h.	15.00-16.30
NADO RÁPIDO CON SALIDA (*)	9.15-9.45 h.	16.15-16.45 h.	9.30-10.00 h.	16.00-16.30 h.
RITMO PRUEBA (**)				
HORARIO COMPETICIÓN	10.00-13.40 h.	17.00-20.30 h.	10.15-12.50 h.	16.45-19.20 h.

(*) Nado rápido con salida calles 1 y 8

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

El comienzo de los periodos de nado rápido con salida y ritmo de prueba, serán comunicados por el personal de organización.

3. Acceso a la instalación.

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

Los Clubes se colocarán dentro de la instalación en el lugar establecido e indicado por la organización.

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

4. Calentamiento.

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



4.2. 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 salida y las calles 2 y 7 para ritmo de prueba si n salida. 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 dicho periodo será comunicado por la organización.

4.3. Por motivos de seguridad, no se permite el uso fuera del agua, 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 delante de la pantalla del marcador electrónico.

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, los 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. NO SE PERMITE el acceso a los vestuarios de los deportistas, a cualquier persona no acreditada en la competición.