

**INSTRUCCIONES TÉCNICAS XXII TROFEO OPEN DE NATACIÓN**  
**CIUDAD DE SANTA CRUZ DE TENERIFE**

**1. Horarios de competición**

Sesión AM	Sesión PM
10:00 h.	16:00 h.

**2.- Calentamientos**

- La instalación estará disponible para realizar los calentamientos al menos 1h15m. antes del inicio de cada sesión.
- Los calentamientos finalizarán 15 minutos antes del inicio de cada sesión.
- La disposición de la piscina en la última fase del calentamiento será la siguiente:
  - Calles 0 y 9: Últimos 30 minutos solo para sprints
  - Calles 1 y 8: Últimos 20 minutos solo para sprints
- Queda totalmente prohibido el uso de palas y aletas, así como todo aquel material que pudiera ocasionar daño a otros nadadores.
- Los nadadores evitarán subirse a las corcheras así como salir por el frontal de la piscina cuando estén colocadas las placas de cronometraje.

**3.- Uso de las instalaciones**

- Sólo podrán utilizarse los espacios destinados a la competición, por lo que salvo la piscina de 50 mts., solo se podrán utilizar dos calles de la piscina de 25 mts para suavizar después de nadar (calles 1 y 2). Queda totalmente prohibido hacer uso del resto de vasos de la instalación.
- Estarán habilitados los vestuarios para uso de los participantes en la competición, evitar cambiarse o dejar las mochilas en los bancos de madera que se encuentran frente a las gradas de público.

**4.- Cámara de Salida**

- Los nadadores deberán presentarse al menos con tres series de antelación a su prueba.

## 5.- Relevos y bajas

- Las bajas deberán presentarse 45 minutos antes de iniciarse la sesión, de hacerlo posteriormente se considerarán como nadadores no presentados.
- Las fichas de relevos deberán presentarse 30 minutos antes del inicio de la sesión.

## 6.- Entrega de premios

- Las entregas de premios se realizarán según se indica en el programa. En caso de que por necesidades del desarrollo de la competición se estimara oportuno modificarlas, se les comunicará por la megafonía.
- Los nadadores premiados deberán acceder correctamente vestidos (camiseta y pantalón de su uniformidad).

## 7.- Participación y público

- Los deportistas, entrenadores y delegados son los únicos que podrán permanecer en la zona de piscina.
- El público asistente deberá situarse en las gradas superiores de la instalación.

## 8.- Estimación horaria

### 1ª Sesión - Sábado mañana

Pruebas	Fase	Participantes	Series	Horario	T_parcial
1. 50 espalda masculino	E	48	6	10:00h.	0:12:00
2. 50 espalda femenino	E	56	7	10:12h.	0:14:00
3. 50 braza masculino	E	56	7	10:26h.	0:14:00
4. 50 braza femenino	E	48	6	10:40h.	0:12:00
5. 100 libre masculino	CR	64	8	10:52h.	0:24:00
6. 100 libre femenino	CR	56	7	11:16h.	0:21:00
7. 100 mariposa masculino	CR	32	4	11:37h.	0:12:00
8. 100 mariposa femenino	CR	32	4	11:49h.	0:12:00
1. 50 espalda masculino	F	8	1	12:01h.	0:03:00
2. 50 espalda femenino	F	8	1	12:04h.	0:03:00
3. 50 braza masculino	F	8	1	12:07h.	0:03:00
4. 50 braza femenino	F	8	1	12:10h.	0:03:00
9. 4x50 Estilos Mixto (BENJ)	CR	10	2	12:13h.	0:12:00
10. 4x50 Estilos Mixto (ALEV)	CR	8	1	12:25h.	0:06:00
Entrega de medallas (pruebas 1 a 10)				12:31h.	0:30:00
<b>Fin de sesión</b>				13:01h.	

## 2ª Sesión - Sábado tarde

Pruebas	Fase	Participantes	Series	Horario	T_parcial
11. 50 libre masculino	E	64	8	16:00h.	0:16:00
12. 50 libre femenino	E	64	8	16:16h.	0:16:00
13. 50 mariposa masculino	E	56	7	16:32h.	0:14:00
14. 50 mariposa femenino	E	42	6	16:48h.	0:10:00
15. 100 espalda masculino	CR	40	5	16:58h.	0:15:00
16. 100 espalda femenino	CR	48	6	17:13h.	0:18:00
17. 100 braza masculino	CR	40	5	17:31h.	0:15:00
18. 100 braza femenino	CR	46	6	17:46h.	0:18:00
11. 50 libre masculino	F	8	1	18:04h.	0:03:00
12. 50 libre femenino	F	8	1	18:07h.	0:03:00
13. 50 mariposa masculino	F	8	1	18:10h.	0:03:00
14. 50 mariposa femenino	F	8	1	18:13h.	0:03:00
Entrega de medallas (pruebas 11 a 18 benj/alev)				18:16h.	0:15:00
19. 4x50 Estilos Mixto (INF)	CR	8	1	18:31h.	0:06:00
20. 4x50 Estilos Mixto (ABS)	CR	14	2	18:37h.	0:12:00
Entrega de medallas (pruebas 11 a 20 inf/abs)				18:49h.	0:30:00
<b>Fin de sesión</b>				19:19h.	

9.- Plano de distribución.

