

# INSTRUCCIONES TÉCNICAS

## Campeonato Regional de Larga Distancia 2024

Piscina Julio Navarro - 25 metros

---

## 1. Horarios

**Domingo – 15.12.2024**

**10.00 – Competición**

## 2. Acceso y calentamientos

---

La instalación se abrirá una hora y 30 minutos antes del comienzo de la sesión correspondiente. Los calentamientos finalizarán 5 minutos antes del inicio de las pruebas de cada sesión. Los calentamientos de cada sesión estarán reservados desde el inicio para quienes participen en la misma.

Durante la competición se podrá calentar en una calle en la piscina de 50 metros.

L@s nadadore/as evitarán subirse en las corcheras.

## 3. Uso de las piscinas

---

El uso de las instalaciones SÓLO ESTÁ PERMITIDO para quienes participen en el Campeonato y en las horas del Campeonato.

## 4. Normativa de bañadores

---

El uso de bañadores en este campeonato queda limitado a lo que estipula la Normativa General de Natación de la Federación Canaria de Natación para la actual temporada.

## 5. Cámara de salidas

---

L@s participantes deberán presentarse en la cámara de salidas como mínimo 10 minutos antes de la serie que deban nadar para pasar por los controles pertinentes y evitando aglomeraciones.

## 6. Bajas

---

45 minutos antes de iniciarse cada sesión se deben entregar las bajas de la misma sesión. Si se dieran bajas, la composición de las series serán sorteadas nuevamente.

## 7. Comité de competición

---

El comité de competición estará compuesto por:

- ✓ Jueces/zas árbitros/as
- ✓ Director/a de la competición: Carlos Herrera Vega
- ✓ Representante Federativo: Juan Pedro Borrego
- ✓ Un/a representante de los clubes elegido por sorteo

## 8. Avituallamiento

---

La organización NO repartirá ningún avituallamiento.

## 9. Fotógrafos acreditados

---

Los clubes que deseen acreditar a algún/a fotógrafo/a deberán comunicar el nombre del mismo a la dirección de competición indicando el nombre y el DNI del/de la fotógrafo/a. No se permitirá más de un fotógrafo/o por club. Quienes así hayan sido acreditado/a se abstendrán de actuar como público en el transcurso del Campeonato.

## 10. Cronograma

---



1ª Jornada - sesión única

Nº Prueba	Prueba	Hora inicio	Hora final
1	2000 metros femenino	10:00	11:10
2	2000 metros masculino	11:10	12:20
3	3000 metros femenino	12:20	13:40
4	3000 metros masculino	13:40	15:00
	Entrega de premios	15:00	15:15

## 12. Plano de distribución



### Leyenda

-  Recorrido de la competición
-  Recorrido de acceso a los vestuarios

La FCN se reserva el derecho de modificar cualquiera de los puntos de estas instrucciones técnicas a lo largo del Campeonato, atendiendo a un correcto desarrollo de la competición. Todos los clubes deberán estar atentos a los anuncios y comunicaciones de cualquier modificación de estas instrucciones por parte de la dirección de competición.