

## INSTRUCCIONES TÉCNICAS

### 3ª JORNADA LIGA MÁSTER CLM 09-10/03/24

**Zona Norte: Guadalajara (sábado tarde):** **Hora de comienzo 16:30**

Instalación: Piscina Climatizada “Huerta de Lara” (6 calles)

CALENTAMIENTO: 15:45 a 16:20

**Zona Este: Cuenca (sábado tarde):** **Hora de comienzo 16:30**

Instalación: Piscina Cubierta “Silvia Lara” (6 calles)

CALENTAMIENTO: 15:45 a 16:20

**Zona Oeste: Campo de Criptana (Domingo mañana)** **Hora de comienzo: 09:30**

Instalación: Piscina Cubierta Campo de Criptana (5/6 calles). *Por problemas técnicos, la competición se llevará a cabo en 5 calles, salvo en las pruebas de espalda, que se nadará en 6.*

CALENTAMIENTO GRUPO 1: 08:35 a 08:55

(Criptana Gigantes, CN Alcázar, Es.Tomelloso, Máster Tomelloso, CN Madrideojos)

CALENTAMIENTO GRUPO 2: 09:00 a 09:20

(Resto de clubes)

#### CONSIDERACIONES GENERALES

- Recordamos que es obligatorio identificarse en cámara de llamadas, tanto en prueba individual como en relevos. Si el nadador no lo hace, no podrá participar bajo ningún concepto.
- El delegado o entrenador de cada club debe recoger las hojas de relevos en mesa de secretaría y entregarla rellena hasta media hora después del comienzo de la competición.
- Rogamos respeten los horarios establecidos de calentamiento para una mejor organización.
- **Hagamos un buen uso de las instalaciones. Respetemos sus normas y seamos limpios.**

