



AYUNTAMIENTO DE ZAMORA  
CONCEJALÍA DE DEPORTES



## VII TROFEO INTERNACIONAL DE NATACIÓN "CIUDAD DE ZAMORA"

### IV MEMORIAL AGUSTÍN ORTIZ PONCE

Zamora 12 Junio 2010

## INSTRUCCIONES TÉCNICAS

### HORARIOS

Sesión Mañana: 10:30 – 13:37

Sesión Tarde: 17:00 – 20:14

### CALENTAMIENTOS

**Piscina de Competición:** estará abierta **1:00 horas antes** del inicio de cada sesión.

Los calentamientos finalizarán **5 minutos** antes de iniciarse la sesión correspondiente.

Los últimos **20 minutos** de calentamiento, la disposición de la piscina será la siguiente:

CALLES								
1	2	3	4	5	6	7	8	
Salidas Sprints 15 mts	Sprints Series 25 mts	Calentamientos, entreno, suave, ...				Sprints Series 25 mts	Salidas Sprints 15 mts	
1	2	3	4	5	6	7	8	

Los nadadores evitarán agarrarse a corcheras.

Rogamos la máxima colaboración para que la piscina se utilice como **CALENTAMIENTO** de los nadadores que participen en la misma.

### BAJAS, MODIFICACIONES Y RELEVOS

Los Delegados deberán indicar lo antes posible los errores que puedan detectar en los listados de salida.

Las bajas deberán hacerse, como máximo, **30 MINUTOS ANTES** del inicio de cada sesión.

**NO se permiten modificaciones ni altas el día de la competición.**

Los componentes de los relevos se entregarán, como máximo, **40 MINUTOS ANTES** del inicio de la sesión de la mañana, y **30 MINUTOS ANTES** en la sesión de la tarde, para realizar las gestiones oportunas e introducir los datos en el ordenador.

### CIRCULACIÓN Y SITUACIÓN

Los nadadores, entrenadores y delegados deberán circular por la piscina sin molestar a los jueces y cronometradores, respetando el vallado a tal efecto.

Los nadadores y respectivos clubes se situarán en la zona que se les ha sido asignada, respetando en todo momento las cámaras de salida.

### CAMARA DE SALIDA

Los nadadores deberán presentarse en la cámara de salidas 3 series antes para las pruebas de 50 y 100 y 2 series antes para el resto de las pruebas.



AYUNTAMIENTO DE ZAMORA  
CONCEJALÍA DE DEPORTES



## VII TROFEO INTERNACIONAL DE NATACIÓN "CIUDAD DE ZAMORA" IV MEMORIAL AGUSTÍN ORTIZ PONCE Zamora 12 Junio 2010

### SALIDAS Y LLEGADAS

Se ruega silencio en el momento de efectuar las salidas para evitar errores.

Para todas las pruebas individuales, los/as nadadores/as deberán permanecer dentro del agua hasta que se produzca la salida de la siguiente serie, a excepción de las pruebas de espalda y los relevos.

Una vez efectuada la salida de la siguiente serie, deberán abandonar la piscina por los laterales a la mayor brevedad posible.

### RESULTADOS

Los resultados oficiales saldrán publicados en el tablón de la piscina minutos después de nadarse la última serie correspondiente a cada prueba.

En la página web de la organización se publicarán al final de cada sesión, y si es posible, después de cada prueba: [www.natacionzamora.es](http://www.natacionzamora.es)

### ENTREGA DE MEDALLAS

Se realizará según lo establecido en el programa de este Trofeo, reservándose la organización el derecho de modificación para mejorar el sistema.

Los delegados deberán estar muy atentos a la llamada por megafonía para enviar a los deportistas premiados al lugar indicado (cámara de salidas).

Únicamente se realizará DOS LLAMADAS de aviso a los vencedores, y se comenzará la misma aunque falten nadadores en el momento de efectuarla, pudiendo retirar los premios que no se hayan entregado, en la Mesa de Secretaría una vez celebrada la ceremonia oficial.

**Cuando se proceda a la entrega de medallas, no podrá haber nadadores en toda la zona de poyetes, para poder proceder a la entrega de manera rápida y ordenada.**

### PRESENTACION EN EL PODIUM

Los nadadores deberán presentarse en el pódium con la equipación de su equipo.

Los Delegados, Entrenadores y Nadadores deberán estar atentos a la llamada de megafonía para la ceremonia de entrega de medallas.

Estas ceremonias pueden sufrir algunas variaciones, que se indicarán oportunamente.