



**Normativa de Competiciones – Temporada 2.021 / 2.022**

**2ª Jornada, XII LIGA NACIONAL MAYORES  
XXV REGIONAL ABSOLUTO**

**FECHAS:** 02 de abril de 2022

**LUGAR:** CUENCA. Piscina Municipal Silvia Lara – Complejo deportivo Luis Ocaña

**HORARIO DE COMPETICIÓN:** Mañana 10:00 competición – Tarde 17:00 COMPETICIÓN

**CATEGORIAS:** ABSOLUTO

**PROGRAMA DE COMPETICIÓN**

JORNADA DE MAÑANA	JORNADA DE TARDE
1.- 200 m. Obstáculos	7.- 200 m. Súper socorrista
2.- 4x50m. Obstáculos	8.- 50m. Rescate maniquí
3.- 100m. Combinada	9.- 100m. Maniquí con aletas
4.- 100m. Socorrista	10.- 4x50m. Combinada Salvamento
5.- 4x25m. Recate de maniquí	11.- 4x50m. Relevo Socorrista
6.- Lanzamiento de cuerda	

**NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y PARTICIPACIÓN**

- 1.- Podrán participar todos los deportistas con LICENCIA EN VIGOR.
- 2.- Cada club podrá inscribir un equipo de relevos por categoría y sexo.
- 3.- En el relevo socorrista mixto será a elección de cada club el orden en que desee colocar a sus competidores dos femeninos y dos masculinos respetando el orden de las postas del relevo (nado, nado con aletas, remolque de maniquí y remolque de maniquí con aletas)

**FORMULA DE COMPETICIÓN**

Los relevos y las pruebas individuales serán contra reloj.

**RESULTADOS**

Se remitirá a la RFESS resultados LIGA NACIONAL MAYORES (absolutos nacidos el 31-12-2007 y anteriores con licencia federativa NACIONAL).

**PREMIACIÓN**

*Trofeo al PRIMERO, SEGUNDO y TERCERO, por categoría y sexo, tras la suma de las CINCO (5) MEJORES pruebas individuales.*

**ORGANIZACIÓN**

La Entidad que solicite y organice este campeonato recibirá una ayuda económica de 200 €.