

1ª XORNADA DE INVERNO 2018-2019

1.- DATAS: **28 de outubro de 2018**

2.- LUGAR: **Piscina municipal de Carballo (NORTE) – Caldas de Reis (SUR)**

3.- CATEGORÍAS: **alevín - infantil – cadete – xuvenil – xunior – sénior e master.**

4.- PROGRAMA DE COMPETICIÓN.

1ª XORNADA 1ª SESIÓN 9:00 – 10:00 h.	1ª XORNADA 2ª SESIÓN 15:30 – 16:30 H.
1.- 100 obstáculos.(inf)	1.- lanzamiento cuerda. (xuv-xun-sen)
2.- 200 obstáculos.(cad)	2.- 200 obstáculos (xuv-xun-sen-master)
3.- 4x50 obstáculos.(inf-cad)	3.- 4x50 obstáculos (xuv-xun-sen-master)
4.- 50 remolque maniquí pequeno con aletas (alev)	4.- 100 rescate aletas (xuv-xun-sen-master)
6.- 4x50 nado con aletas (alev)	5.- 100 combinada (xuv-xun-sen-master)
5.- 100 rescate manequín aletas.(cad)	6.- 50 Rescate. (xuv-xun-sen-master)
7.- 4x50 relev. tubo (inf)	

5.- INSCRICIÓN:

5.1.- As inscricións realizaranse no programa Rfess. Non se admitirán en outro formato. Estas terán que ir acompañadas do correspondente xustificante de pago. Que en este caso será de **3€** por cada deportista que participe, incluso para aqueles deportistas que participen soamente en relevos e **10€** por club. El club organizador estará exento de este pago.

5.2.- Cada club, poderá inscribir un equipo oficial y otro fuera de concurso.

5.3.- Nas categorías xuvenil, xunior, sénior e master o limite de participación será de dúas probas por deportista.

5.4.- A data máxima de envío de inscricións, será o **mércores** antes da competición as 24:00 h. como máximo. Non aceptándose as inscricións que cheguen con posterioridade.

5.5.- As inscricións tramitaranse a través da web da Rfess.

6.- PARTICIPACIÓN:

6.1.- Poderán participar todos aqueles deportistas con licenza correctamente tramitada.

7.- PUNTUACIÓN:

7.1.- A puntuación, farase seguindo o modelo da táboa seguinte.

LUGAR	PUNTOS	LUGAR	PUNTOS	LUGAR	PUNTOS	LUGAR	PUNTOS
1	20	5	13	9	8	13	4
2	18	6	12	10	7	14	3
3	16	7	11	11	6	15	2
4	14	8	10	12	5	16	1