



## I XORNADA NORTE

### SALVAMENTO E SOCORRISMO DE PISCINA

1.- DATAS: **28/10/2023**

2.- LUGAR: **Carballo**

3.- CATEGORÍAS: **ALEVÍN – INFANTIL**

4.- PROGRAMA DE COMPETICIÓN

| 1ª sesión                     |           |                               |
|-------------------------------|-----------|-------------------------------|
| Sábado 28 de outubro de 2023  |           |                               |
| Categorías: alevín e infantil |           |                               |
| HORA                          | CATEGORÍA | ORDE                          |
| 15:30                         |           | QUECEMENTO                    |
| 16:30                         | ALEVÍN    | 50m natación con obstáculos   |
|                               | ALEVÍN    | 4X25m natación con obstáculos |
|                               | INFANTIL  | 100. natación con obstáculos  |
|                               | INFANTIL  | 4x50m natación con obstáculos |
|                               | ALEVÍN    | 25 m remolque de maniquí      |
|                               | INFANTIL  | 100m socorrista               |
|                               |           | FINALIZACIÓN 1º SESIÓN        |

*Nota: O programa está suxeito as inscricións que se realicen.*

#### 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 ao correo [inscricionesfessga@gmail.com](mailto:inscricionesfessga@gmail.com)
- 5.2.- **5€** por cada deportista que participe, incluso para aqueles deportistas que participen soamente en relevos e **15€** por club. El club organizador estará exento de este pago.
- 5.3.- Cada club poderá inscribir un relevo dentro da categoría absoluta.
- 5.4.- A data máxima de envío de inscricións, será o **mercores** antes da competición as 24:00 h. Como máximo. Non aceptándose as inscricións que cheguen con posterioridade.

#### 6.- PARTICIPACIÓN:

- 6.1.- Poderán participar todos aqueles deportistas con licenza correctamente tramitada.
- 6.2.- Cada club poderá inscribir un único relevo por categoría

#### 7.- PUNTUACIÓN:

- 7.1.- A puntuación, farase seguindo o modelo da táboa descrita no artigo 8 da normativa Fessga.





## I XORNADA NORTE

### SALVAMENTO E SOCORRISMO DE PISCINA

1.- DATAS: **29/10/2023**

2.- LUGAR: **Carballo**

3.- CATEGORÍAS: **CADETE - XUVENIL**

4.- PROGRAMA DE COMPETICIÓN

| 2ª sesión<br>Domingo 29 de outubro<br>Categorías: cadete - xuvenil |           |                               |
|--|-----------|-------------------------------|
| HORA   | CATEGORÍA | ORDE                          |
| 09:00  |           | QUECEMENTO                    |
| 10:00  | CADETE    | 200m natación con obstáculos  |
|  | XUVENIL   | 200m natación con obstáculos  |
|  | CADETE    | 4x50m natación con obstáculos |
|  | XUVENIL   | 4x50m natación con obstáculos |
|  | CADETE    | 50m arrastre de maniquí       |
|  | XUVENIL   | 50m arrastre de maniquí       |
|  | CADETE    | 4x50m natación con aletas     |
|  |           | FINALIZACIÓN 2º SESIÓN        |

*Nota: O programa está suxeito as inscricións que se realicen.*

#### 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 ao correo: [inscripcionesfessga@gmail.com](mailto:inscripcionesfessga@gmail.com)

5.2.- **5€** por cada deportista que participe, incluso para aqueles deportistas que participen soamente en relevos e **15€** por club. El club organizador estará exento de este pago.

5.3.- Cada club poderá inscribir un relevo dentro da categoría absoluta.

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

#### 6.- PARTICIPACIÓN:

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

6.2.- Cada club poderá inscribir un único relevo por categoría

#### 7.- Puntuación:

7.1.- A puntuación, farase seguindo o modelo da táboa descrita no artigo 8 da normativa Fessga.