

**ORDEN DE PRUEBAS DE JORNADAS DE LIGA FECLESS –  
TEMPORADA 2009- 2010**

**1º Jornada Liga Nacional de Salvamento y Socorrismo**

**Categorías: Infantil y Cadete**

**Fecha:** 31 de enero de 2010

**Lugar:** Palencia

**Fecha tope de inscripción:** 16 de enero de 2010

**Piscina:** Piscina Campos Gótico, (Avenida Campos Góticos, s/n)

**Tendrá el siguiente orden de pruebas:**

<b><u>Jornada de mañana</u></b> <b><u>09:30 horas calentamiento</u></b> <b><u>10:15 competición</u></b>	<b><u>Jornada de tarde:</u></b> <b><u>15:30 horas calentamiento</u></b> <b><u>16:00 competición</u></b>
1. 150 m. Natación Obstáculos. Cadete	1. 100 m. Súper socorrista. Cadete
2. 100 m. Natación Obstáculos. Infantil	2. 50 m. Socorristas. Infantil
3. 4 x 50 m. Natación Obstáculos. Cadete	3. 4 x 50 Tubo de rescate. Cadete
4. 4 x 50 m. Natación Obstáculos. Infantil	4. 4 x 50 Tubo de rescate. Infantil
5. 50 m. Rescate Aletas. Cadete	5. 75 m. Combinada Salvamento. Cadete
6. 50 m. Rescate Aletas. Infantil	6. 25 m. Arrastre maniquí. Infantil
7. 50 m. Rescate Maniquí. Cadete	7. 4 x 50 m. natación con Aletas. Cadete
8. 4 x 12,5 Arrastre Maniquí. Infantil	8. 4 x 50 m. natación con Aletas. Infantil
9. 4 x 12,5 Arrastre de maniquí - Cadete	

**1º Jornada Liga Nacional de Salvamento y Socorrismo**

**Categoría Absoluta:**

**Fecha:** 13 de febrero de 2010

**Lugar:** Ponferrada

**Fecha tope de inscripción:** 29 de enero de 2010

**Piscina:** Piscina Municipal Campus Universitario (Ángel Pestaña s/n, Ponferrada)

**Tendrá el siguiente orden de pruebas:**

<b><u>Jornada de mañana</u></b> <b><u>10:00 horas calentamiento</u></b> <b><u>11:00 competición</u></b>	<b><u>Jornada de tarde:</u></b> <b><u>15:30 horas calentamiento</u></b> <b><u>16:00 competición</u></b>
1. 200 Obstáculos. Absoluto	6. 200 Súper socorrista. Absoluto
2. 4 x 50 Obstáculos. Absoluto	7. 50 Rescate de maniquí. Absoluto
3. 100 Socorrista. Absoluto	8. 4 x 50 Tubo de rescate. Absoluto
4. 4 x 25 arrastre de maniquí. Absoluto	9. 100 Rescate maniquí con aletas. Absoluto
5. 100 m. Combinada de salvamento	10. Lanzamiento de cuerda. Absoluto

**2º Jornada Liga Nacional de Salvamento y Socorrismo**  
**Campeonato de Castilla y León**  
**Categorías: Absoluto y Cadete**

**Fecha:** 10 y 11 de abril de 2010

**Lugar:** Zamora

**Fecha tope de inscripción:** 26 de marzo de 2010

**Piscina:** Piscina Municipal de Zamora, Carretera Villalpando, 7 - Zamora,

**Tendrá el siguiente orden de pruebas:**

<b>Sábado - Jornada de mañana</b> 10:00 horas calentamiento 11:00 competición	<b>Sábado - Jornada de tarde</b> 15:30 horas calentamiento 16:00 competición
10. 150 m. Natación Obstáculos. Cadete 11. 200 m. Natación Obstáculos. Absoluto 12. 4 x 50 m. Natación Obstáculos. Cadete 13. 4 x 50 m. Natación Obstáculos. Absoluto 14. 50 m. Rescate Aletas. Cadete 15. 100 m. Socorrista. Absoluto	9. Lanzamiento de cuerda. Absoluto 10. 75 m. combinado. Cadete 11. 100 m. combinada. Absoluto 12. 4 x 50 Tubo de rescate. Cadete 13. 4 x 50 Tubo de rescate. Absoluto 14. 50 m. Arrastre maniquí. Cadete 15. 50 m. Arrastre maniquí. Cadete
<b>Domingo – Jornada de Mañana</b> 10:00 horas calentamiento 11:00 competición	
1. 200 m. Súper socorrista. Absoluto 2. 100 m. Súper socorrista. Cadete 3. 4 x 25 m. arrastre de maniquí. Absoluto 4. 4 x 12,5 m. arrastre de maniquí. Cadete 5. 100 m. rescate aletas. Absoluto 6. 4 x 50 m. Natación con Aletas. Cadete	

**2º Jornada Liga Nacional de Salvamento y Socorrismo**  
**Campeonato de Castilla y León**  
**Categorías: alevín e infantil**

**Fecha:** 17 de abril de 2010

**Lugar:** León

**Fecha tope de inscripción:** 2 de abril de 2010

**Piscina:** La Palomera, (Av. Emilio Hurtado, S/N 24007 LEON)

**Tendrá el siguiente orden de pruebas:**

<b>Sábado - Jornada de mañana</b> 10:00 horas calentamiento 11:00 competición	<b>Sábado - Jornada de tarde</b> 15:30 horas calentamiento 16:00 competición
<ol style="list-style-type: none"><li>1. 100 Natación Obstáculos. Infantil</li><li>2. 4 X 50 M. Natación Obstáculos. Infantil</li><li>3. 50 M. Natación Con Obstáculos. Alevín</li><li>4. 4 X 25 M. Natación Con Obstáculos. Alevín</li><li>5. 50 M. Rescate Maniquí Con Aletas. Infantil</li><li>6. 50 M. Rescate Maniquí Con Aletas. Alevín</li><li>7. 4 X 12,5 Arrastre De Maniquí. Infantil</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>8. 25 m. arrastre de maniquí. Infantil</li><li>9. 4 X 50 M. Natación Con Aletas. Alevín</li><li>10. 4 X 50 M. Natación Con Aletas. Infantil</li><li>11. 25 m. arrastre de maniquí. Alevín</li><li>12. 4 x 50 m. tubo de rescate. Infantil</li></ol>