



## LIGA DE MENORES

NOVIEMBRE	DICIEMBRE	ENERO	FEBRERO
<p><b>I JORNADA DE LIGA.</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN A</b></p> <p><b>MAÑANA:</b> ESTIMADA DE CALENTAMIENTO 8:30 O 9:00 ESTIMADA DE COMPETICION 9:30 O 10:00 (EN AMBOS CASOS DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LA PISCINA)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 50M OBSTACULOS ALEVIN</li> <li>• 50M OBSTACULOS BENJAMIN</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS ALEVIN</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS BENJAMIN</li> <li>• 200M OBSTACULOS CADETE</li> <li>• 100M OBSTACULOS INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS INFANTIL</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS ALEVIN</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS BENJAMIN</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS ALEVIN</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS BENJAMIN</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI INFANTIL</li> <li>• 25M REMOLQUE MANIQUI ALEVIN</li> <li>• 25M REMOLQUE MANIQUI BENJAMIN</li> <li>• 100M COMBINADA CADETE</li> <li>• RELEVO 4X12,5 REMOLQUE MANIQUI ALEVIN</li> <li>• RELEVO 4X12,5 REMOLQUE MANIQUI BENJAMIN</li> </ul> <p><b>TARDE</b> 16:00 CALENTAMIENTO 16:30 COMIENZO COMPETICION</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200M SUPERSOCORRISTA CADETE</li> <li>• 100M SOCORRISTA INFANTIL</li> <li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS CADETE</li> <li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI CADETE</li> <li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 COMBINADO CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 COMBINADO INFANTIL</li> </ul>	<p><b>II TROFEO NAVIDAD C.V</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN B</b></p> <p><b>MAÑANA:</b> ESTIMADA DE CALENTAMIENTO 8:30 O 9:00 ESTIMADA DE COMPETICION 9:30 O 10:00 (EN AMBOS CASOS DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LA PISCINA)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200M SUPERSOCORRISTA CADETE</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI INFANTIL</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI CADETE</li> <li>• 100M SOCORRISTA INFANTIL</li> <li>• 100M COMBINADA CADETE</li> <li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS CADETE</li> </ul> <p><b>TARDE</b> 16:00 CALENTAMIENTO 16:30 COMIENZO COMPETICION</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200M OBSTACULOS CADETE</li> <li>• 100M OBSTACULOS INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS INFANTIL</li> <li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS CADETE</li> <li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 COMBINADO CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 COMBINADO INFANTIL</li> <li>•</li> </ul>	<p><b>II JORNADA DE LIGA.</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN A</b></p> <p><b>MAÑANA:</b> ESTIMADA DE CALENTAMIENTO 8:30 O 9:00 ESTIMADA DE COMPETICION 9:30 O 10:00 (EN AMBOS CASOS DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LA PISCINA)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 50M OBSTACULOS ALEVIN</li> <li>• 50M OBSTACULOS BENJAMIN</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS ALEVIN</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS BENJAMIN</li> <li>• 200M OBSTACULOS CADETE</li> <li>• 100M OBSTACULOS INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS INFANTIL</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS ALEVIN</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS BENJAMIN</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS ALEVIN</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS BENJAMIN</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI INFANTIL</li> <li>• 25M REMOLQUE MANIQUI ALEVIN</li> <li>• 25M REMOLQUE MANIQUI BENJAMIN</li> <li>• 100M COMBINADA CADETE</li> <li>• RELEVO 4X12,5 REMOLQUE MANIQUI ALEVIN</li> <li>• RELEVO 4X12,5 REMOLQUE MANIQUI BENJAMIN</li> </ul> <p><b>TARDE</b> 16:00 CALENTAMIENTO 16:30 COMIENZO COMPETICION</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200M SUPERSOCORRISTA CADETE</li> <li>• 100M SOCORRISTA INFANTIL</li> <li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS CADETE</li> <li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI CADETE</li> <li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 COMBINADO CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 COMBINADO INFANTIL</li> </ul>	



## LIGA DE MENORES

MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO
	<p><b>CTO AUTONÓMICO INFANTIL Y CADETE</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN A</b></p> <p><b>MAÑANA:</b> ESTIMADA DE CALENTAMIENTO 8:30 O 9:00 ESTIMADA DE COMPETICION 9:30 O 10:00 <u>(EN AMBOS CASOS DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LA PISCINA)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200M OBSTACULOS CADETE</li> <li>• 100M OBSTACULOS INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS INFANTIL</li> <li>• 100M COMBINADA CADETE</li> <li>• 100M SOCORRISTA INFANTIL</li> <li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 COMBINADO INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 COMBINADO CADETE</li> <li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI CADETE</li> </ul> <p><u>ENTREGA DE MEDALLAS DE LA MAÑANA</u></p> <p><b>TARDE</b> 16:00 CALENTAMIENTO 16:30 COMIENZO COMPETICION</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200M SUPERSOCORRISTA CADETE</li> <li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS INFANTIL</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI CADETE</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI INFANTIL</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS CADETE</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS INFANTIL</li> </ul> <p><u>ENTREGA DE MEDALLAS DE LA TARDE</u></p>	<p><b>CTO AUTONÓMICO BENJAMIN Y ALEVIN</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN A</b></p> <p><b>TARDE O MAÑANA</b> ESTIMADA DE CALENTAMIENTO 9:00 O 16:00 ESTIMADA DE COMPETICION 10:00 O 17:00 <u>(EN AMBOS CASOS DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LA PISCINA)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 50M OBSTACULOS ALEVIN</li> <li>• 50M OBSTACULOS BENJAMIN</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS ALEVIN</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS BENJAMIN</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS ALEVIN</li> <li>• 50M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS BENJAMIN</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS ALEVIN</li> <li>• RELEVO 4X50 ALETAS BENJAMIN</li> <li>• 25M REMOLQUE MANIQUI ALEVIN</li> <li>• 25M REMOLQUE MANIQUI BENJAMIN</li> <li>• RELEVO 4X12,5 REMOLQUE MANIQUI ALEVIN</li> <li>• RELEVO 4X12,5 REMOLQUE MANIQUI BENJAMIN</li> </ul> <p><u>ENTREGA DE MEDALLAS</u></p>	<p><b>CTO AUTONÓMICO MENORES VERANO</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN</b></p> <p><b>MAÑANA:</b> ESTIMADA DE CALENTAMIENTO 8:30 O 9:00 ESTIMADA DE COMPETICION 9:30 O 10:00 <u>(EN AMBOS CASOS DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LA PISCINA)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• NADAR SURF</li> <li>• ESLALON DE COSTA</li> <li>• RELEVO DE TUBO DE RESCATE</li> <li>• CARRERA CON TABLA</li> <li>• CARRERA CON NIPPER</li> <li>• RELEVO DE RESCATE CON TABLA</li> <li>• SPRIN</li> <li>• RELEVO DE SPRIN</li> <li>• BANDERAS</li> </ul> <p><u>ENTREGA DE MEDALLAS TODAS LAS JORNADAS</u></p>



## LIGA DE MAYORES

NOVIEMBRE	DICIEMBRE	ENERO	FEBRERO
<p><b>I JORNADA DE LIGA.</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN A</b></p> <p><b>MAÑANA:</b> ESTIMADA DE CALENTAMIENTO 8:30 O 9:00 ESTIMADA DE COMPETICION 9:30 O 10:00 (EN AMBOS CASOS DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LA PISCINA)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 200M OBSTÁCULOS ABSOLUTO</li><li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS ABSOLUTO</li><li>• RELEVO DE CUERDA ABSOLUTO</li><li>• 100M COMBINADA ABSOLUTO</li><li>• 100M SOCORRISTA ABSOLUTO</li><li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI ABSOLUTO</li><li>• RELEVO 4X50 COMBINADO ABSOLUTO</li></ul> <p><b>TARDE</b> 16:00 CALENTAMIENTO 16:30 COMIENZO COMPETICION</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 200M SUPERSOCORRISTA ABSOLUTO</li><li>• 50M REMOLQUE DE MANIQUI ABSOLUTO</li><li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS ABSOLUTO</li></ul>		<p><b>II JORNADA DE LIGA.</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN B</b></p> <p><b>MAÑANA:</b> ESTIMADA DE CALENTAMIENTO 8:30 O 9:00 ESTIMADA DE COMPETICION 9:30 O 10:00 (EN AMBOS CASOS DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LA PISCINA)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 200M SUPERSOCORRISTA ABSOLUTO</li><li>• 50M REMOLQUE DE MANIQUI ABSOLUTO</li><li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS ABSOLUTO</li><li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI ABSOLUTO</li><li>• RELEVO 4X50 COMBINADO ABSOLUTO</li></ul> <p><b>TARDE</b> 16:00 CALENTAMIENTO 16:30 COMIENZO COMPETICION</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 200M OBSTÁCULOS ABSOLUTO</li><li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS ABSOLUTO</li><li>• RELEVO DE CUERDA ABSOLUTO</li><li>• 100M COMBINADA ABSOLUTO</li><li>• 100M SOCORRISTA ABSOLUTO</li></ul>	<p><b>III JORNADA DE LIGA.</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN A</b></p> <p><b>MAÑANA:</b> ESTIMADA DE CALENTAMIENTO 8:30 O 9:00 ESTIMADA DE COMPETICION 9:30 O 10:00 (EN AMBOS CASOS DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LA PISCINA)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 200M OBSTÁCULOS ABSOLUTO</li><li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS ABSOLUTO</li><li>• RELEVO DE CUERDA ABSOLUTO</li><li>• 100M COMBINADA ABSOLUTO</li><li>• 100M SOCORRISTA ABSOLUTO</li><li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI ABSOLUTO</li><li>• RELEVO 4X50 COMBINADO ABSOLUTO</li></ul> <p><b>TARDE</b> 16:00 CALENTAMIENTO 16:30 COMIENZO COMPETICION</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 200M SUPERSOCORRISTA ABSOLUTO</li><li>• 50M REMOLQUE DE MANIQUI ABSOLUTO</li><li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS ABSOLUTO</li></ul>



## LIGA DE MAYORES

MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO
	<p><b>CTO AUTONÓMICO DE INVIERNO JUV-JUN-ABS</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN A</b></p> <p><b>MAÑANA:</b> ESTIMADA DE CALENTAMIENTO 8:30 O 9:00 ESTIMADA DE COMPETICION 9:30 O 10:00 (<u>EN AMBOS CASOS DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LA PISCINA</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200M OBSTÁCULOS JUV-JUN-ABS</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS JUV-JUN-ABS</li> <li>• RELEVO DE CUERDA JUV-JUN-ABS</li> <li>• 100M COMBINADA JUV-JUN-ABS</li> <li>• 100M SOCORRISTA JUV-JUN-ABS</li> <li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI JUV-JUN-ABS</li> <li>• RELEVO 4X50 COMBINADO JUV-JUN-ABS</li> </ul> <p><u>ENTREGA DE MEDALLAS DE LA MAÑANA</u></p> <p><b>TARDE</b> 16:00 CALENTAMIENTO 16:30 COMIENZO COMPETICION</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200M SUPERSOCORRISTA JUV-JUN-ABS</li> <li>• 50M REMOLQUE DE MANIQUI JUV-JUN-ABS</li> <li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS JUV-JUN-ABS</li> </ul> <p><u>ENTREGA DE MEDALLAS DE LA TARDE</u></p>	<p><b>IV JORNADA LIGA MASTERS</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN A</b></p> <p><b>MAÑANA O TARDE</b> ESTIMADA DE CALENTAMIENTO 9:00 O 16:00 ESTIMADA DE COMPETICION 10:00 O 17:00 (<u>EN AMBOS CASOS DEPENDIENDO DE LA DISPONIBILIDAD DE LA PISCINA</u>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 200M OBSTÁCULOS MASTER</li> <li>• 100M OBSTÁCULOS MASTER</li> <li>• RELEVO 4X50 OBSTACULOS MASTER</li> <li>• RELEVO DE CUERDA MASTER</li> <li>• 100M SOCORRISTA MASTER</li> <li>• 50M REMOLQUE DE MANIQUI MASTER</li> <li>• 100M REMOLQUE MANIQUI CON ALETAS MASTER</li> <li>• RELEVO 4X25 REMOLQUE MANIQUI MASTER</li> <li>• RELEVO 4X50 COMBINADO MASTER</li> </ul>	<p><b>CTO AUTONÓMICO ABSOLUTO DE VERANO</b></p> <p><b>PROGRAMA DE COMPETICIÓN</b></p> <p><b>1º DIA:</b> 8:30 CALENTAMIENTO 9:30 COMPETICION</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ELIMINATORIAS SPRIN ABSOLUTO</li> <li>• FINAL SPRIN ABSOLUTO</li> <li>• FINAL RELEVO SPRIN ABSOLUTO</li> <li>• ELIMINATORIAS NADAR SURF ABSOLUTO</li> <li>• FINAL NADAR SURF ABSOLUTO</li> <li>• FINAL RELEVO TUBO ABSOLUTO</li> <li>• ELIMINATORIAS DE CARRERA CON SKY ABSOLUTO</li> <li>• FINAL DE DE CARRERA CON SKY ABSOLUTO</li> <li>• FINAL RELEVO TABLA DE RESCATE ABSOLUTO</li> </ul> <p><u>ENTREGA DE MEDALLAS TODO EL DIA</u></p> <p><b>2º DIA:</b> 8:30 CALENTAMIENTO 9:30 COMPETICION</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ELIMINATORIAS DE BANDERAS ABSOLUTO</li> <li>• FINAL DE BANDERAS ABSOLUTO</li> <li>• ELIMINATORIAS DE CARRERA CON TABLA ABSOLUTO</li> <li>• FINAL CARRERA CON TABLA ABSOLUTO</li> <li>• ELIMINATORIAS DE OCEAN MAN Y WOMAN ABSOLUTO</li> <li>• FINALES DE OCEAN MAN Y WOMAN ABSOLUTO</li> <li>• FINAL RELEVO DE OCEAN ABSOLUTO</li> </ul> <p><u>ENTREGA DE MEDALLAS TODO EL DIA</u></p>