



FEDERACION DE SALVAMENTO Y SOCORRISMO DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

Reconocida de utilidad pública.
Inscrita en el Registro de Entidades Deportivas de la Comunidad Valenciana con el nº 49



SAN VICENTE
DEL RASPEIG



desde 1980

**Club Natación
San Vicente**

Natación | Waterpolo | Salvamento | Máster

Queridos amigos:

A continuación, queda detallado el programa para la celebración de la II Jornada de Liga Nacional de categorías absoluto y máster que tenemos previsto celebrar el día 12 de enero de 2019 en la piscina municipal de San Vicente.

II JORNADA DE LIGA ABSOLUTOS Y MÁSTER

Sábado 12.01.2019 San Vicente

- 11:00h** CALENTAMIENTO
- 11:30h** 200 m. Súper socorrista absoluto
50 m. Remolque del maniquí absoluto y máster
100 m. Remolque del maniquí con aletas absoluto y máster
4x25m. Remolque del maniquí absoluto y máster
4x50 m. combinado absoluto y máster
- 16:00h** CALENTAMIENTO
- 16:30h** 200 m. Natación con obstáculos absoluto y máster
4x50 m. Natación con obstáculos absoluto y máster
Lanzamiento de cuerda absoluto y máster
100 m. Combinada de salvamento absoluto
100 m. Socorrista absoluto y máster