



# 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

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 13 de enero de 2019 en la piscina municipal de Bétera.

## II JORNADA DE LIGA ABSOLUTOS Y MÁSTER

Domingo 13.01.2019 Bétera

- 09:00h** CALENTAMIENTO
- 10:00h** 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