

CUBA - ENCUENTRO DE NATACION

Fecha 8 de agosto 2021 9.45 hs Sede Palermo
Inscripción individual. Cupos limitados.



MODALIDAD POSTAS

- Dos series:
 - Serie 1: competirán dos equipos seleccionados del club, dos equipos de clubes invitados y un equipo integrado por profesores y guardavidas del club
 - Serie 2: competirán 5 equipos de socios que serán armados por la organización lo más parejos posible
- 5 equipos por serie, andariveles 1 al 5
- Equipos de 4 o 5 integrantes (pueden ir rotando)
- Cada serie competirá entre sí
- Las largadas se harán de abajo. El equipo permanecerá toda la jornada en el agua para evitar el frío
- La organización no tomará tiempos, solo determinará el orden de llegada de los equipos
- Premiación simbólica a los tres primeros equipos de cada serie

PRUEBAS

Serie 1

Ablande: 10.00 hs

Largada: 10.10 hs (puntual)

4 x 100 libre

4 x 50 medley (un nadador de cada equipo completará cada estilo)

4 x 50 libre

4 x 100 medley (cada nadador realizará 100 medley)

4 x 50 patada crol, la tablita será el testimonio

4 x 200 libre manopla (la manopla será el testimonio, el modelo de manopla es a elección del equipo)

Entre prueba y prueba habrá 50 metros de ablande

Serie 2

Ablande: 11.00 hs,

Largada: 11.10 hs (puntual)

Los equipos serán de 5 integrantes y las postas serán de 4 x Es decir deberán ir rotando en la forma que cada equipo decida, descansando un nadador por equipo en cada prueba.

4 x 100 libre

4 x 50 medley (un nadador de cada equipo completará cada estilo)

4 x 50 libre

4 x 100 libre revancha

4 x 50 patada crol, la tablita será el testimonio

4 x 50 libre revancha

4 x 200 libre manopla (la manopla será el testimonio, el modelo de manopla es a elección del equipo)

Entre prueba y prueba habrá 50 metros de ablande

PUNTAJE

Cada prueba sumará puntaje para cada equipo:

Puesto	Puntos
1er	10
2do	7
3ero	5
4to	3
5to	1

El equipo que mas puntos sume al final de todas las pruebas será el **ganador de la serie**.