

**JEEC  
22-23**



# **NATACIÓ AMB ALETES**

## **TROFEU NEDADOR COMPLET**

**DIUMENGE 18 DE DESEMBRE DE 2022**

**PISCINA LA CORXERA - SANT FELIU DE GUÍXOLS**



**Per més Informació:**

**CONSELL ESPORTIU DEL BAIX EMPORDÀ**

**[www.baixemporda.cat/esports](http://www.baixemporda.cat/esports)**

**La Marató**



**a/e. [esports@baixemporda.cat](mailto:esports@baixemporda.cat)**

**lacorxera**

**Amb el suport de:**



Patrocinador Oficial



JORNADA TROFEU NEDADOR COMPLET	
DATA	DIUMENGE 18 DE DESEMBRE DE 2022
LLOC DE LA JORNADA	PISCINA LA CORXERA DE SANT FELIU DE GUÍXOLS
INCORPORACIÓ ESPORTISTES	10:00h: Incorporació
HORARIS DE LA JORNADA	10:30 a 11:00h: Escalfament 11:00h: Inici de la Jornada 12:45h: Entrega de premis i obsequis
CE ORGANITZADOR	Consell Esportiu del Baix Empordà i Club Aquàtic Xaloc
INSCRIPCIONS	Les inscripcions de la Jornada s'hauran de fer amb el model establert <b>abans de les 13:00 hores del dimecres 7 de desembre de 2022</b> , a l'adreça de correu electrònic: <a href="mailto:esports@baixemporda.cat">esports@baixemporda.cat</a>
PREUS INSCRIPCIÓ I ASSEUGRANÇA	· Quota d'inscripció: <b>5€/participant</b> · Assegurança obligatòria anual: <b>12€/participant</b>
PROVES	<b>PROVA 1:</b> 25m crol amb aletes <b>PROVA 2:</b> Prova habilitat: Sortir del costat de la piscina que no hi ha el pòdium de sortida + passar per sobre una màrfega flotant + tirar-se a l'aigua. Nedar braça + passar per dins dels 2 cercles que estran flotant + nedar crol fins a l'extrem de la piscina <b>PROVA 3:</b> Equips de 4, prova combinada per relleus amb aletes <b>FOTO DE GRUP</b>
LLIURAMENT DE PREMIS I OBSEQUIS	· Entrega de premis (1a i 2a prova) · Entrega d'obsequis a la resta de participants.
SORTEIG	Es sortejarà una panera amb material escolar del Consell Esportiu. El preu de la butlleta serà 2€, destinat íntegrament a la Marató de TV3.