



XXV COPA DE ESPAÑA DE CLUBES SEGUNDA DIVISIÓN

Organiza: Federación Madrileña de Natación
Piscina: Centro de Natación M'86 - 50x25 mts., 10 calles
Madrid, 20.21.22 de diciembre de 2019



ENTRENAMIENTOS PREVIOS - CALENTAMIENTOS

Se informa a los Clubes participantes sobre la disposición y utilización de espacios en las dos piscinas de la instalación

Piscina Principal COMPETICIÓN P50	Piscina(s) Anexa(s) Calentamientos - Suave
--	---

Días previos		Bajo petición contactar con: Ángel Galán -Fdr. Madrileña de Natación- agalan@fmn.es
--------------	--	--

Viernes, 20.Dic.2019	Sesión Mañana	09:00 – 13:00	
	Sesión Tarde	Calentamientos 2:00 horas antes del inicio de cada sesión (instrucciones técnicas)	1h 45m horas antes del inicio de cada sesión (ver instrucciones técnicas). Según disposición facilitada por el organizador
Sábado, 21.Dic.2019	Todas las sesiones		
Domingo, 22.Dic.2019			

Utilización después de cada sesión, 30 minutos	
---	--

Real Federación Española de Natación
Madrid, diciembre de 2019