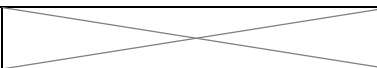


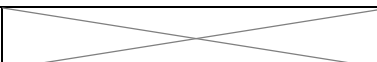
## ENTRENAMIENTOS PREVIOS - CALENTAMIENTOS

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

<b>Piscina Principal</b> <b>COMPETICIÓN</b> <b>P50</b>	<b>Piscina Anexa</b> <b>Calentamientos - Suave</b>
--	---

Días previos	Bajo petición contactar con: Adolf Ayza <a href="mailto:adolf.ayza@cnsantandreu.com">adolf.ayza@cnsantandreu.com</a>
--------------	--

Viernes, 20.Dic.2019	Sesión Mañana	08:00 - 13:00	
	Sesión Tarde	Calentamientos 2:00 horas antes del inicio de cada sesión (instrucciones técnicas)	Disposición 2:00 horas antes del inicio de cada sesión (instrucciones técnicas)
Sábado, 21.Dic.2019	Todas las sesiones	Calentamientos 2:00 horas antes del inicio de cada sesión (instrucciones técnicas)	Disposición 2:00 horas antes del inicio de cada sesión (instrucciones técnicas)
Domingo, 22.Dic.2019			

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