

# XXXV COPA DE ESPAÑA DE CLUBES DE NATACIÓN PRIMERA DIVISIÓN



Organiza: Concello de Pontevedra-RFEN  
Piscina "C.D. Rías do Sur" - 25 mts., 10 calles  
Pontevedra, 19.20.21 de diciembre de 2025



Concello  
de Pontevedra

## Estimación de horarios

Horario	Nº	Prueba	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Horario	Nº	Prueba	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
---------	----	--------	-----	-----	-----	-----	-----	-----	---------	----	--------	-----	-----	-----	-----	-----

### Viernes, 19.diciembre.2025

12:30		Reunión Jefes de Equipo - Biblioteca (C.D. "Rías do Sur")														
-------	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

### Viernes, 19.diciembre.2025 - 1ª Jornada / 1ª Sesión

17:00	01	200 Libre Masc.	32	04	3:00	12:00	0:12:00									
17:12	02	400 Estilos Indv. Femn.	30	04	6:15	25:00	0:37:00									
17:37	03	50 Espalda Masc.	32	04	1:20	5:20	0:42:20									
17:42	04	50 Espalda Femn.	30	04	1:20	5:20	0:47:40									
17:47	05	200 Mariposa Masc.	32	04	3:20	13:20	1:01:00									
18:01	06	200 Mariposa Femn.	30	04	3:30	14:00	1:15:00									
18:15	07	100 Braza Masc.	32	04	2:15	9:00	1:24:00									
18:24	08	100 Braza Femn.	30	04	2:25	9:40	1:33:40									
18:33	09	1500 Libre Masc.	32	04	18:10	1:12:40	2:46:20									
19:46		10 MINUTOS DE DESCANSO		01	10:00	10:00	2:56:20									
19:56	10	4x200 Libre Femn.	15	02	10:00	20:00	3:16:20									
20:16	11	4x100 Libre Masc.	16	02	6:00	12:00	3:28:20									
20:28		Final de la sesión														

### Sábado, 20.diciembre.2025 - 2ª Jornada / 2ª Sesión

9:30	12	200 Libre Femn.	30	04	3:10	12:40	0:12:40									
9:42	13	400 Estilos Indv. Masc.	32	04	6:05	24:20	0:37:00									
10:07	14	50 Mariposa Femn.	30	04	1:20	5:20	0:42:20									
10:12	15	50 Mariposa Masc.	32	04	1:20	5:20	0:47:40									
10:17	16	200 Braza Femn.	30	04	3:50	15:20	1:03:00									
10:33	17	200 Braza Masc.	32	04	3:40	14:40	1:17:40									
10:47	18	100 Espalda Femn.	30	04	3:05	12:20	1:30:00									
11:00	19	100 Espalda Masc.	32	04	2:55	11:40	1:41:40									
11:11	20	1500 Libre Femn.	30	04	19:30	1:18:00	2:59:40									
12:29		10 MINUTOS DE DESCANSO		01	10:00	10:00	3:09:40									
12:39	21	4x200 Libre Masc.	16	02	9:40	19:20	3:29:00									
12:59	22	4x100 Libre Femn.	15	02	6:15	12:30	3:41:30									
13:11		Final de la sesión														

04:18

### Sábado, 20.diciembre.2025 - 2ª Jornada / 3ª Sesión

17:30	23	4x50 Libre Masc.	16	02	4:30	9:00	0:09:00									
17:39	24	4x50 Libre Femn.	15	02	4:40	9:20	0:18:20									
17:48	25	800 Libre Masc.	32	04	9:15	37:00	0:55:20									
18:25	26	400 Libre Femn.	30	04	5:40	22:40	1:18:00									
18:48	27	100 Estilos Indv. Masc.	32	04	2:15	9:00	1:27:00									
18:57	28	100 Estilos Indv. Femn.	30	04	2:25	9:40	1:36:40									
19:06	29	200 Espalda Masc.	32	04	4:10	16:40	1:53:20									
19:23	30	200 Espalda Femn.	30	04	4:20	17:20	2:10:40									
19:40	31	100 Libre Masc.	32	04	2:10	8:40	2:19:20									
19:49	32	100 Libre Femn.	30	04	2:20	9:20	2:28:40									
19:58		10 MINUTOS DE DESCANSO		01	10:00	10:00	2:38:40									
20:08	33	4x50 Estilos Masc.	16	02	4:30	9:00	2:47:40									
20:17	34	4x50 Estilos Femn.	15	02	4:40	9:20	2:57:00									
20:27		Final de la sesión														

### Domingo, 21.diciembre.2025 - 3ª Jornada / 4ª Sesión

9:30	35	50 Libre Femn.	30	04	1:20	5:20	0:05:20									
9:35	36	50 Libre Masc.	32	04	1:20	5:20	0:10:40									
9:40	37	200 Estilos Indv. Femn.	30	04	3:30	14:00	0:24:40									
9:54	38	200 Estilos Indv. Masc.	32	04	3:20	13:20	0:38:00									
10:08	39	50 Braza Femn.	30	04	1:20	5:20	0:43:20									
10:13	40	50 Braza Masc.	32	04	1:20	5:20	0:48:40									
10:18	41	100 Mariposa Femn.	30	04	2:25	9:40	0:58:20									
10:28	42	100 Mariposa Masc.	32	04	2:15	9:00	1:07:20									
10:37	43	800 Libre Femn.	30	04	10:00	40:00	1:47:20									
11:17	44	400 Libre Masc.	32	04	5:30	22:00	2:09:20									
11:39		10 MINUTOS DE DESCANSO		01	10:00	10:00	2:19:20									
11:49	45	4x100 Estilos Femn.	15	02	6:10	12:20	2:31:40									
12:01	46	4x100 Estilos Masc.	16	02	6:00	12:00	2:43:40									
12:13		Entrega de Trofeos		01	10:00	10:00	2:53:40									
12:23		Final de la sesión														

(1) nº participantes, (2) nº series, (3) tiempo x serie, (4) tiempo x c/prueba, (5) tiempo acumulado, (6) tiempo entre sesión