



## **Colmenar Viejo**

### **PROGRAMA DE NATACIÓN DE NADO CONTÍNUO**

**Organizado por:** Club de Natación Colmenar Viejo

**En colaboración con:** Concejalía de Deporte

El Club de Natación Colmenar Viejo, en colaboración con la Concejalía de Deporte, invita a todos los nadadores a participar en un reto especial de nado continuo. Este evento consiste en nadar durante tres horas en forma de relevos, donde cada participante determina la distancia que recorrerá. Al finalizar la prueba, se registrará la distancia total recorrida, estableciendo un desafío a superar en futuros eventos.

#### **1. Planificación Inicial:**

Fecha y Hora:

- Fecha: Durante la Semana Europea del Deporte. Día 29 de septiembre
- Hora: De 9:30 a 12:30 horas.

Lugar: Piscina Santa Teresa.

- Duración: 3 horas de nado continuo.
- Modalidad: Relevos.
- Inscripción: A través de la página web del organizador.
- Reglas: Cada nadador aporta la distancia que va a nadar y, al terminar, pasa el relevo al siguiente nadador.
- Continuidad: No debe haber ningún parón en el nado en ninguna calle.

#### **2. Registro e Inscripción:**

- Inscripción en la web de la plataforma YOUEVENT.
- [www.semanadeportescolmenarviejo.com](http://www.semanadeportescolmenarviejo.com)
- Formularios de inscripción que incluyan nombre, edad, distancia a nadar, y datos de contacto.
- Fecha límite para la inscripción Desde el día 4 de septiembre hasta finalización de las plazas.



## **Colmenar Viejo**

### **3. Distribución de Participantes:**

- Organizar a los participantes en equipos, asegurando que haya nadadores suficientes para cubrir las dos horas sin interrupciones.
- Calcular el tiempo estimado que cada nadador tomará en completar su distancia y organizar los relevos en consecuencia.

### **4. Necesidades del Evento:**

- Cronómetros.
- Tablas para anotar tiempos y distancias.
- Medallas para todos los participantes.

### **6. Día del Evento**

- La piscina y el área circundante estén listas y equipadas antes de la llegada de los participantes.
- Colocar señalización clara para la inscripción y la recogida de medallas.

#### Desarrollo del Evento:

- Recepción y registro de los participantes.
- Asignar calles y equipos.
- Comienzo del nado a las 9:30 horas, asegurándose de que el relevo se haga sin interrupciones.
- Supervisión continua del evento para asegurar la fluidez del nado.

#### 7. Post-Evento:

### **8. Entrega de Medallas:**

- Entregar medallas a todos los participantes al final del evento.



## **Colmenar Viejo**

### **9. Organización de la jornada.**

9:00 - 9:30: Registro de participantes.

9:30 - 11:30: Nado continuo por relevos.

11:30 - 12:00: Continuación del nado, asegurando que todos los nadadores completen sus relevos. Los nadadores pueden repetir en el caso de no encontrar participante que recorra la distancia.

12:30 - 13:00: Entrega de medallas y cierre del evento.