

STADIUM CASABLANCA

SECCIÓN DE NATACIÓN - WATERPOLO
SALVAMENTO - SINCRONIZADA

VÍA IBÉRICA Nº69-77 50.012 ZARAGOZA
Tlf. 976791070 EXT.152 FAX. 976791078

WWW.ACUATICOSCASABLANCA.COM - WEBMASTER@ACUATICOSCASABLANCA.COM



CONVOCATORIA NATACIÓN CATEGORÍA BENJAMIN

Categoría:	Benjamín	Fecha:	Domingo 14 de Febrero
Piscina:	Pol San Agustín	Horario Calentamiento:	09.30

APELLIDOS Y NOMBRE	AÑO	CONV.	APELLIDOS Y NOMBRE	AÑO	CONV.
Garza Conde, Guillermo	1999	X	Aranda Tomey, David	2000	X
Grima Araus, Miguel	1999	X	Briz Ramiro, Javier	2000	X
Lacamara Laborda, Sergio	1999	X	Hernández, Francisco	2000	
Naya Manero, Alejandro	1999	X	Tolosa Aguelo, Daniel	2000	X
Pardillos Ruiz, Carlos	1999	X	Gonzalvo Latorre, Ariadna	2001	X

Normas de Equipo:

- A partir de esta temporada, la Federación Aragonesa de Natación cobra una sanción a los clubes las BAJAS de los deportistas. En caso de haber una baja, Stadium Casablanca cobrará dicha baja a los deportistas que no hayan comunicado la baja con 7 días.
- **Equipación:** Gorro, camiseta y bermuda oficiales.
- **Puntualidad** para iniciar el calentamiento con TODO el EQUIPO.
- La competición es larga: Recuerda llevar tu bote de bebida y algún alimento (ej.: barritas de cereales)
- **Respeto** en todo momento a tus compañeros y a tus rivales.
- Cuida y respeta las **instalaciones** en las que compites.
- Memoriza con atención la **serie y calle** en la que vas a nadar.
- Prepárate con antelación suficiente a la salida. Concéntrate en la prueba. Acude junto a tu entrenador para recibir las últimas instrucciones.
- Estás **sobradamente preparado** para lo que vas a hacer: olvida los nervios, da todo lo que llevas dentro y pon en práctica lo que tantas veces has entrenado.
- Al concluir tu prueba, coméntala con tu entrenador y aprende de tus aciertos y errores
- **Apoya y anima** a TODOS tus compañeros **hasta el ULTIMO RELEVO.**
- Nunca cuestionas las decisiones de tu entrenador, piensa que él tiene más elementos de juicio que tú y "no tira piedras contra su tejado" (que es el mismo que el tuyo).
- Siempre debemos de quedarnos hasta el final de la competición, ya que a nosotros también nos gusta que nuestros compañeros nos animen cuando nadamos los últimos.