

INFORMACIJA DALYVIAMS

Bendra informacija

	Pramankšta	Varžybų pradžia
Ketvirtadienis (06. 12) – parengiamieji plaukimai	10:00 – 10:55	11:00
Ketvirtadienis (06. 12) – FINALAI	16:00 – 16:55	17:00
Penktadienis (06. 13) – parengiamieji plaukimai	9:00 – 9:55	10:00
Penktadienis (06. 13) – FINALAI	16:00 – 16:55	17:00
Šeštadienis (06. 14) – parengiamieji plaukimai	9:00 – 9:55	10:00
Šeštadienis (06. 14) – FINALAI	15:00 – 15:55	16:00

Pramankšta

Prasidėjus pramankštai visuose takuose – PLAUKIMAS RATU. Likus 30 minučių iki pramankštos pabaigos plaukimas varžybų baseine vyksta pagal žemiau esančią schemą:

POSŪKIO PUSĖ									
9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
	Startai nugara	Plaukimas ratu	Plaukimas ratu	Plaukimas ratu	Plaukimas ratu	Plaukimas ratu	Plaukimas ratu	Tempo (pace) takas	Startai /Sprintai
									
Startai /Sprintai	Startai nugara	Plaukimas ratu	Plaukimas ratu	Plaukimas ratu	Plaukimas ratu	Plaukimas ratu	Plaukimas ratu	Tempo (pace) takas	
9	8	7	6	5	4	3	2	1	0
STARTO PUSĖ									

Pramankštos metu negalima naudoti: plaukmenų, lopetėlių, gumų, vamzdelių!!!

Varžybos

- Sportininkai į startą išleidžiami tik su tvarkinga moralės normas atitinkančia apranga (apranga be necenzūrinių žodžių, piešinių ir pan.).
- Sportininkui neleidžiama startuoti su plaukimo kepurėle kurioje pavaizduota kitos šalies vėliava ar kepurėle ant kurios užrašyta kito sportininko pavardė.
- Parengiamųjų plaukimų metu po finišo sportininkai pasilieka vandenyje iki kol bus duotas kito plaukimo startas – išskyrus plaukimo nugara rungtis.

- Varžybų metu judėjimas baseine vyksta GRIEŽTAI pagal nurodytą judėjimo schemą (žr. baseino planą).
- Apdovanojimų ceremonijai dalyviai renkasi starto pusę, (baseino plane pažymėta ). Kad varžybos vyktų sklandžiai prašome NEVĖLUOTI į apdovanojimus.
- Tribūnose galima demonstruoti plaukimo klubo, mokyklos vėliavas. Vėliavos negali būti tvirtinamos ant baseino tribūnų turėklų (stiklinių pertvarų) ar kitų baseino konstrukcijų. Vėliavoje negali būti atvaizduoti jokie prekiniai ženklai.
- Ant baseino tribūnų turėklų (stiklinių pertvarų) negalima kabinti, rankšluosčių, plaukimo kostiumų ir kitų daiktų.
- Varžybų metu dalyviams bus dalinamas vanduo. Vanduo bus dalinamas tiek pirmame tiek antrame baseino aukštuose. Prašome TAUSOTI vandenį. Tuščius buteliukus mesti į baseino patalpose išdėstytas.

Baseino planas

