

Toma de Tiempos PNTD 2025 CD, JV, JN.

Información útil sobre la Toma de Tiempos PNTD 2025 CD, JV, JN que se celebra el sábado 15 de febrero de 2025 en Zaragoza.

HORARIO MAÑANA			
9:30	9:55	ENTRADA A VESTUARIOS	
10:00	10:30	CALENTAMIENTO	
10:30	12:15	300m	11 series

HORARIO TARDE			
16:00	16:25	CALENTAMIENTO	
16:30	18:30	1600m	8 salidas por edad

(*) Se pintará el brazo con el número asignado y los deportistas deberán cantar el dorsal

- Las series están definidas por categorías y género. El objetivo es que el deportista haga el mejor tiempo posible para la detección de talento.

9:30h. Piscina "Eduardo Lastrada" Stadium Casablanca.

No se puede acceder con vehículo a las instalaciones. Familiares y acompañantes pueden acceder a la grada de la piscina.

9:30 recepción de los deportistas. 10h. calentamiento.

Ropa Adecuada para natación. No permitido tritraje o fastskin.

Si alguien acude sin entrenador puede contar con la ayuda del director técnico para su calentamiento o resolución de dudas.

[CONSULTA AQUÍ LA COMPOSICIÓN DE LAS SERIES](#)

16h. Pistas atletismo CDM La Granja (Zaragoza).

Salvo que el personal del centro deportivo lo permita, solo pueden acceder a la instalación deportistas y técnicos.

16h. recepción de los deportistas y calentamiento

No se pueden utilizar zapatillas con clavos. Podrán usar vestuarios.

Si alguien acude sin entrenador puede contar con la ayuda del director técnico para su calentamiento o resolución de dudas.

[CONSULTA AQUÍ LA DISPOSICIÓN DE DEPORTISTAS POR EDAD PARA LAS SERIES](#)