

FEDERACION CANARIA DE NATACION

C/ León y Castillo, 230- 1ºM. 35004.
Teléfono: 928-24.49.67. Fax: 928-23.22.32.

Las Palmas de Gran Canaria.
e-mail: federaciondenatacion@fcanat.com

Web: deportecanario.net/natacion

ASUNTO: **PROGRAMA DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO**

Con el fin tomar parte en el II Encuentro de la Macaronesia Alevín, a disputar los días 15 y 16 de 2010 en la Isla de Madeira, se convoca a los siguientes nadadores y nadadoras para formar parte del equipo que representará a Canarias en dicho evento.

Actividad	II Encuentro de Natación de la Macaronesia.
Fecha	15 y 16 de Mayo de 2.010
Sede	Madeira.
Horario	A determinar
Criterios de selección	Según ranking regional de la categoría Alevín. Prioridad segundo año (escolar)
Técnicos responsables	Paqui Romero Frank Gomez Juan Sánchez

Categoría masculina	Categoría femenina
José Gabriel Rey – LPALMAS Alejandro García – METROPOLE Axel Maciuniak – METROPOLE Alfredo García – METROPOLE Francisco Sánchez – METROPOLE Noel Afonso – TENETEIDE Jorge Núñez – METROPOLE Raúl Santiago – LPALMAS Javier Déniz - CIUALTA	Jennifer González – LPALMAS Ylenia Gallardo – AGUIMAYRO Eileen Sánchez – LPALMAS María Casas - CARUCAGUA Sheila Pulido – JESCAGUA Ana C. Sánchez – JESCAGUA Camila Lombana – METROPOLE Paula Báez – CARUCAGUA Silvia Suárez – METROPOLE Carmen Ojeda-CIUALTA

Las Palmas de Gran Canaria, Mayo de 2010.

Programa

1ª Jornada – 14-05-10		2ª Jornada – 15-05-10	
1ª Sesión – 16.00h		1ª Sesión – 09.00h	
1	1500m Libre Masc. (97)	11	400m Libre Masc.
2	400m Estilos Fem. (98)	12	400m Libre Fem.
3	100m Mariposa Masc.	13	200m Espalda Masc. (97)
4	100m Mariposa Fem.	14	200m Espalda Fem. (98)
5	200m Libre Masc.	15	100m Libre Masc.
6	200m Libre Fem.	16	100m Libre Fem.
7	200m Braza Masc. (97)	17	200m Estilos Masc.
8	200m Braza Fem. (98)	18	200m Estilos Fem.
	Intervalo – 10 min.		Intervalo – 10 min.
9	4x100m Libre Masc.	19	4x200m Libre Masc. (97)
10	4x200m Libre Fem. (98)	20	4x100m Libre Fem.

2ª Jornada – 16-05-10	
2ª Sesión – 16.00h	
21	400m Estilos Masc. (97)
22	800m Libre Fem. (98)
23	100m Braza Masc.
24	100m Braza Fem.
25	200m Mariposa Masc. (97)
26	200m Mariposa Fem. (98)
27	100m Espalda Masc.
28	100m Espalda Fem.
	Intervalo – 10 min.
29	4x100m Estilos Masc.
30	4x100m Estilos Fem.