

**CUARTO CRUCE DEL RIO NEGRO 2010**  
**LA PATAGONES- VIEDMA**

**REGLAMENTO**

TODOS LOS NADADORES DEBERAN ESTAR INSCRIPTOS Y CON EL NUMERO DE CORREDOR AL MOMENTO DE LA LARGADA. SIN EXCEPCIÓN.

**FUERA DEL AGUA ESTA TOLAMENTE PROHIBIDO:**

1. RECIBIR AYUDA DE PERSONAS AJENAS A LA COMPETENCIA, AL MOMENTO DE EGRESAR DEL AGUA. *EJEMPLO:* ORIENTACION- AYUDA EN LA SALIDA- HIDRATACION (YA QUE LA MISMA ESTA A CARGO DE LA ORGANIZACIÓN)
2. EMPUJAR EN EL TRAYECTO DE TROTE. (ES MOTIVO AUTOMATICO DE DESCALIFICACION).
3. ESTORBAR EL PASO DE OTRO COMPETIDOR

**FUERA DEL AGUA ESTA PERMITIDO:**

En cada salida para retomar la correntada:

- 1- CORRER- TROTAR – CAMINAR-
- 2- SOBREPASAR
- 3- HIDRATARSE (SOLO CON AGUA MINERAL PROVISTA POR LA ORGANIZACIÓN).
- 4- UTILIZAR CALZADO.
- 5- CONSULTAR A LA ORGANIZACIÓN COMO ORIENTARSE. EN EL MOMENTO DE LA COMPETENCIA.
- 6- AYUDAR A OTRO COMPETIDOR- (SOLO ENTRE COMPETIDORES)

**DENTRO DEL AGUA ESTA PROHIBIDO**

- 1- COLGARSE DE UNA EMBARCACION
- 2- LARGAR ANTES DEL SILBATAZO DE LARGADA
- 3- OBSTRUIR EL PASO DE OTRO COMPETIDOR
- 4- RECIBIR AYUDA DE PERSONAS AJENAS A LA ORGANIZACIÓN
- 5- SACARSE EL GORRO DE NADO.
- 6- SACAR EL GORRO DE NADO A OTRO COMPETIDOR
- 7- UTILIZAR MANOPLAS- ALETAS- TRAJE DE NEOPRENE
- 8- EN CASO DE PASARSE DE LAS MANGAS DE ENTRADAS NO PUEDE RECIBIR AYUDA DE EMBARCACIONES, NI DE PERSONAS AJENAS A LA ORGANIZACIÓN.

## **DENTRO DEL AGUA ESTA PERMITIDO:**

- 1- NADAR ESTILOS LIBRES
- 2- PREGUNTAR A LA ORGANIZACIÓN SOBRE LA ORIENTACION-.
- 3- UTILIZAR TORPEDOS SALVAVIDAS ( EN CASO DE SU UTILIZACION NO DEBE SUPERAR LOS 30 SEGUNDOS
- 4- UTILIZAR ANTIPARRAS PROTECTORAS
- 5- MALLA DE CUALQUIER TIPO

La organización dispondrá de un lugar para que los nadadores guarden sus pertenencias. Cada competidor deberá dejar a alguien encargado de su cuidado. Tanto del lado de PATAGONES como en VIEDMA.

### **IMPORTANTE:**

LA ORGANIZACION NO SE HACE CARGO DE EXTRAVIOS O PERDIDAS DE LAS PERTENCENCIAS, NI DEL TRASLADO DE LAS MISMAS.