

**ENTRENAMIENTO OPEN ILCA**  
RCN Torrevieja 28 y 29 de octubre del 2023

**PROGRAMA**

**ENTRENAMIENTO OPEN**

**Sábado 28 de octubre**

- 10:00 – Llegada al RCN Torrevieja
- 10:30 – Preparación y puesta a punto del material
- 11:00 – Reunión organización con los entrenadores
- 11:15 – Briefing previo a la salida al agua
- 12:00 – Sesión entrenamiento en el agua
- 16:00 – Briefing posterior al entrenamiento del agua
- 17:00 – Fin del día

**Domingo 29 de octubre**

- 10:00 – Preparación y puesta a punto del material
- 10:30 – Briefing previo a la salida al agua
- 11:00 – Sesión entrenamiento en el agua
- 14:00 – Fin del entrenamiento

**ASISTENCIA**

- Podrán asistir todos los regatistas de ILCA de los diferentes clubes de la FVCV que confirmen la asistencia al email [lreyes@somvela.com](mailto:lreyes@somvela.com) antes del 25 de octubre.
- Cada técnico se hará responsable de los regatistas de su club y ayudará en la organización del entrenamiento.

**Equipo Técnico**

Lucía Reyes - FVCV

**CONSIDERACIONES A TENER EN CUENTA**

**MATERIAL**

Cada regatista aportará el material necesario para realizar las actividades de esta convocatoria.

Los técnicos se pondrán de acuerdo por si hiciera falta material para realizar los entrenamientos.

**DESPLAZAMIENTO**

Todos los regatistas con su correspondiente material deberán estar a la hora fijada en el lugar establecido en el programa del entrenamiento.

Para cualquier cambio o situación especial, informar a Lucía Reyes (672 430 989).

**CÓDIGO DE CONDUCTA**

Los deportistas convocados deben seguir las directrices contempladas en el Anexo de la Guía Deportiva **PR-GC-2.5-01- Código de Conducta** en todo momento mientras se lleve a cabo la actividad convocada.

Incumplir las directrices de este código puede ser motivo de exclusión inmediata de la actividad en curso y de futuras convocatorias realizadas por la FVCV.