



## FEDERACION PUERTORRIQUEÑA DE NATACION

---

### CRUCE A NADO SEVEN SEAS FAJARDO

La Federación Puertorriqueña de Natación en conjunto con el Departamento de Recursos Naturales y el Municipio de Cabo Rojo, se complacen en invitarlos a Cruce a Nado "Nádalo por el Ambiente II". EL mismo se llevara a cabo el día 19 de abril de 2015 en el Balneario de Boquerón en Cabo Rojo.

### Reglas Generales

1. Las distancias disponible según el grupo de edad son las siguientes:
  - a. 500 metros – Población de niños y jóvenes especiales, población en general todos de 12 años en adelante.
  - b. 1,660 metros – Población de 13 años en adelante
2. 3,500 metros – Población de 14 años en adelante,
3. La fecha de nacimiento a utilizar es la fecha natural.
4. Las inscripciones comenzaran a las 6:45 AM y terminaran a las 8:00 AM.
5. Todo participante debe de realizar un chequeo médico que certificara su participación en el evento. Se hará en las facilidades por paramédico.
6. Todo menor de edad tiene que estar acompañado por un adulto que autorizara la participación del menor.
7. Todo participante deben de completar la hoja de inscripción y relevo de responsabilidad.
8. El uso de vaselina y/o cualquier aceite deberá ser aplicado luego de ser marcado con el número asignado.
9. El evento iniciara a las 8:30 AM comenzando con el evento de los 500 metros, posteriormente terminado el evento de 500 metros se dará la salida del 3.5K y diez minuto después de la última salida se dará la salida de los 1,660 metros.
10. Adjunto encontraran la ruta proyectada para el evento.
11. Cualquier otro asunto no tratado en este comunicado se discutirá en la competencia.

Saludos

Ramón Cacho  
Presidente  
Comité Técnico de Natación y Aguas Abiertas