



Montevideo, 12 de setiembre de 2023

Concurso Interno N° 1487 – E2/23
Carrera 3229 Técnico Guardavidas

PRUEBAS PRACTICAS

La primer y segunda prueba se realizaran el día **23 de setiembre a la hora 17:00 en la Plaza de Deportes N° 7** (Agraciada esq. Castro).--

QUIEN NO SE PRESENTE A ALGUNA DE LAS INSTANCIAS DE EVALUACIÓN, QUEDARÁ AUTOMATICAMENTE ELIMINADO/A DEL CONCURSO. DEBERÁN CONCURRIR CON CÉDULA DE IDENTIDAD VIGENTE

SE SOLICITA PUNTUALIDAD

Prueba 1	<p>NADO CONTINUO (VALOR 60 PUNTOS)</p> <p>Nado continuo de 500 metros, de la siguiente forma:</p> <p>Saliendo desde abajo</p> <p>100 metros pecho (sin brazadas filipina) a continuación sin espera</p> <p>150 metros crol s/patas (sin vuelta americana)</p> <p>150 metros crol c/patas (sin vuelta americana)</p> <p>100 metros over s/patas</p> <p>Se asignará 60 puntos al mejor tiempo y los demás puntuarán de forma proporcional inversa.</p> <p>Tiempo máximo eliminatorio para completar la prueba: 10 minutos</p>
Prueba 2	<p>PRUEBA TÉCNICA (VALOR 40 PUNTOS)</p> <p>100 metros continuos de remolque con víctima, de la siguiente forma:</p> <p>50 metros remolque s/patas,</p> <p>50 metros remolque c/patas.</p> <p>Se podrá optar entre técnicas pecho cruzado o doble axila. Pudiendo cambiar de técnica de remolque a los 50 mts. (entre pecho cruzado y doble axila).</p>



En el remolque de pecho cruzado solamente se podrá cambiar de brazo en la cabecera de la piscina.

Se evaluará la técnica del remolque y la continuidad en su desarrollo.

Se asignará 40 puntos si la prueba es realizada correctamente.

Se penalizará con 5 puntos cada vez que se hunda la cara de la víctima o se produzca una detenciones innecesarias y/o se cambie de brazo en pecho cruzado en zona no especificada.

Con más de 3 penalizaciones quedará eliminado.

CONSIDERACIONES GENERALES

Se recuerda tal como lo establecen las Bases del llamado, que toda la información referida a las distintas instancias del Concurso será publicada en Internet, siendo el único medio válido por el cual se realizarán todas las comunicaciones y notificaciones pertinentes. Será de estricta responsabilidad de los/as postulantes mantenerse informados/as al respecto.