



XVIII COPA DE ESPAÑA DE CLUBES DE NATACIÓN – DIVISIÓN DE HONOR
Piscina: C.N. Sabadell–“Can LLong” - 25 metros - 10 calles
Sabadell (Barcelona), 17, 18 y 19 de Abril de 2009
INSTRUCCIONES TÉCNICAS



1.-HORARIOS

	Viernes 17 Abril 2009	Sábado 18 Abril 2009	Domingo 19 Abril 2009
Sesión mañana		10:00 – 11:30	10:00 – 11:30
Sesión tarde	16:00–Reunión delegados 18:00 – 19:50	18:00 – 19:25	

2.-CALENTAMIENTOS

- **Piscina de competición:** estará abierta 2 horas antes del comienzo de cada sesión.
- Los calentamientos finalizarán **15 minutos** antes de iniciarse la sesión correspondiente.
- L a disposición de la piscina, los últimos **20 minutos** de todos los calentamientos, será la siguiente:

ZONA DE SALIDA									
CALLES									
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Salidas sprints 15 m.	Sprints 25 m.	Sprints series 50 m.	Calentamientos, entreno, suave,				Sprints series 50 m.	Sprints 25 m.	Salidas sprints 15 m.
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

- Los nadadores evitarán agarrarse a las placas y corcheras.
- Al finalizar cada sesión, quedará 30 minutos a libre disposición de los participantes.
- **Piscina anexa:** Estará abierta 2 horas antes del comienzo de cada sesión.
- Quedará libre durante el desarrollo de la competición, según la disposición facilitada por la entidad organizadora.

3.-RECLAMACIONES

- Según lo dispuesto en el Reglamento General de la R.F.E.N. para Competiciones Nacionales, en su artículo nº 11, puntos 1, 2, 3 y 4.

4.-REUNIÓN TÉCNICA: DELEGADOS. Viernes, 17 de Abril de 2009, a las 16:00 h. en la propia instalación.

- En la reunión se tratarán aspectos relacionados con la competición y organización de la misma.
- Asimismo, se deberán entregar todas las bajas y cambios-sustituciones de nadadores/as con el fin de efectuar las composiciones de las series definitivas.
- Para ello, es imprescindible utilizar el impreso facilitado por la organización, y rellenarlo en todos sus puntos, en especial la codificación del nadador o equipo (nº de prueba, serie y calle), se hará en secretaria de competición UNICAMENTE al Director de Competición: D. J. Jordi Cadens Valls.

5.-CAMBIOS y BAJAS

- Según lo dispuesto en la normativa de la competición.
- Los cambios y bajas que no se entreguen en la reunión técnica deberán realizarse como máximo **HASTA 60 MINUTOS ANTES** del inicio de cada sesión.
- Para ello, es imprescindible utilizar el impreso facilitado por la organización, y rellenarlo en todos sus puntos, en especial la codificación del nadador o equipo (nº de prueba, serie y calle), se hará en secretaria de competición UNICAMENTE al Director de Competición, D. J. Jordi Cadens.

6.-CAMARA DE SALIDA

- Los nadadores deberán presentarse en la cámara de salidas 3 series antes para las pruebas de 50, 100 y 200 m.; dos series antes para las pruebas de 400 m. y una serie antes para las de de 800, 1500 m. y relevos.

7.-PRUEBAS DE RELEVOS (FICHAS)

- Se entregarán en la secretaria de competición, **HASTA 60' ANTES DE COMENZAR CADA SESION**, con el fin de efectuar las comprobaciones necesarias y la gestión de datos en el programa de competición.



www.rfen.es





XVIII COPA DE ESPAÑA DE CLUBES DE NATACIÓN – DIVISIÓN DE HONOR
Piscina: C.N. Sabadell–“Can LLong” - 25 metros - 10 calles
Sabadell (Barcelona), 17, 18 y 19 de Abril de 2009
INSTRUCCIONES TÉCNICAS



- La ficha de relevos deberá estar DEBIDAMENTE CUMPLIMENTADA, en especial EL ORDEN DE NADO, Nº DE LICENCIA, NOMBRE-APELLIDOS Y AÑO DE NACIMIENTO.
- La R.F.E.N, se reserva el derecho de no publicar los nombres de los nadadores que componen el equipo de relevos, si no se cumplen estas instrucciones.

8.-SALIDAS y LLEGADAS

- Para todas las pruebas individuales, en las llegadas todos/as los/as nadadores/as deberán permanecer dentro del agua hasta que se produzca la salida de la serie siguiente, **con excepción de las pruebas de espalda y relevos**.
- Una vez efectuada la salida de la siguiente serie, deberán abandonar la pileta por los laterales a la mayor brevedad posible.

9.-PRUEBAS DE 800 y 1500 m.

- Se indicarán el número de largos que quedan por recorrer en el lado opuesto de la salida.
- Los últimos 50 m. de ambas pruebas se señalarán con campana.

10.-RESULTADOS EN EL MARCADOR ELECTRONICO

- Debido a toques defectuosos, posibles fallos, descalificaciones, etc. los resultados que aparezcan en el marcador, no podrán considerarse en ningún caso oficiales, hasta que el Juez Arbitro haya dado el visto bueno.
- Los nadadores evitarán **SUBIR POR ENCIMA DE LAS PLACAS**, abandonando la pileta por las escaleras laterales.

11.-RECORDS Y MEJORES MARCAS

- En el momento de producirse la mejora ó igualdad, se anunciará por megafonía, y figurará en los resultados oficiales.

12.-CEREMONIA DE ENTREGA DE TROFEOS. CLASIFICACIÓN POR CLUBES.

- Cada Club solo podrá presentar un máximo de dos nadadores/as para la ceremonia de las entregas de trofeos.

13.-PRESENTACION EN EL PODIUM

- Los/as nadadores/as deberán presentarse en el podium con el chándal completo de su equipo.
- Los/as delegados/as, entrenadores/as y nadadores/as deberán estar atentos a la llamada por megafonía para la ceremonia de entrega de trofeos.

14.-NORMAS F.I.N.A. SOBRE BAÑADORES

- Se regulará atendiendo las normas publicadas por F.I.N.A. -14 de marzo de 2009- en sus apartados:
 - El nadador solo podrá vestir un bañador para competir (FINA GR.5.3)
 - El bañador no podrá extenderse hacia el cuello.
 - El bañador no podrá sobrepasar ni hombros ni tobillos (bañador sin mangas).
 - No se permitirá la utilización de tiras terapéuticas adhesivas para competir.

15.-CONTROL Y DIRECCIÓN DE COMPETICIÓN

- Responsable Área Competición Estatal RFEN (ACE): D. J. Jordi Cadens–Director de Competición.
- Programa de competición informático RFEN: Dña. Rosa Mª Iglesias.

16.-ENTREGA DE RESULTADOS

- Se hará aproximadamente media hora después de finalizar cada sesión, y contra la entrega del cupón correspondiente, en la oficina de resultados habilitada al efecto.

Sabadell, Abril de 2009



www.rfen.es

