

## 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.
- La 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 como 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 secretaría de competición ÚNICAMENTE al Director de Competición D. Gustavo López.

### 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 secretaría de competición ÚNICAMENTE al Director de Competición, D. Gustavo López.

### 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 800, 1500 m. y relevos.

### 7.-PRUEBAS DE RELEVOS (FICHAS)

- Se entregarán en la secretaría 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.

## 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 piletta por los laterales a la mayor brevedad posible.

### 9.- PRUEBAS DE 800 y 1500 m.

- En el lado opuesto de la salida, se indicarán el número de largos que quedan por recorrer.
- 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 piletta por las escaleras laterales.

### 11.- RECORDS Y MEJORES MARCAS

- En el momento de producirse la mejora ó igualdad, se anunciarán 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:

- Director de Competición: D. Gustavo López.
- Programa de competición informático RFEN: Dña. Manuela Portugués.

### 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.

Castellón, Abril de 2009