



CAMPEONATO DE ESPAÑA DE NATACION DE INVIERNO - CATEGORIA JOVENES

Organiza: Club Natación Galaico-Sercoysa
Piscina Rías Do Sur, 50 mts., 10 calles
Pontemuiños (Pontevedra), 19, 20 y 21 de marzo de 2010



INSTRUCCIONES TÉCNICAS

1.-HORARIOS

	Viernes 19 de Marzo de 2010	Sábado 20 de Marzo de 2010	Domingo 21 de Marzo de 2010
Sesión mañana	09:30 – 12:40	09:30 – 11:45	09:30 – 12:35
Sesión tarde	17:30 – 20:05	17:30 – 20:15	

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 (después de premiaciones,,) quedará 30 minutos a libre disposición de los participantes.

▪ Piscina anexa:

- Estará abierta 2 horas antes del comienzo de cada sesión.
- Durante el desarrollo de la competición, quedará libre, 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.-PRECAMARA Y CAMARA DE SALIDAS

▪ Precámara de salidas (nueva normativa FINA, N.3.2.5)

- Los nadadores deberán presentarse en la pre-cámara de salidas **20 MINUTOS ANTES DEL INICIO DE SU PRUEBA** para realizar la inspección según normativa de bañadores.

▪ Cámara de salidas:

- Realizada la inspección en la precámara, deberán esperar en la cámara de salidas hasta que se realice la llamada de su serie.

5.-PRUEBAS DE RELEVOS (FICHAS)

- Se entregarán en la secretaría de competición, **HASTA 30 MINUTOS ANTES DEL INICIO DE CADA SESION**, con el fin de efectuar las comprobaciones necesarias y la introducción de datos en el programa de competición.
- La ficha de relevos deberá estar **DEBIDAMENTE CUMPLIMENTADA**, en especial **EL ORDEN DE NADO, Nº DE LICENCIA, NOMBRE-APELLIDOS Y AÑO DE NACIMIENTO**.

6.-SALIDAS y LLEGADAS (sesiones de mañana y tarde)

- **Sesiones de mañana:** Finalizada la serie, los/as nadadores/as deberán permanecer dentro del agua hasta que se produzca la salida de la siguiente, con excepción de las pruebas de espalda y relevos.
- Una vez efectuada la salida de la siguiente serie, deberán abandonar la piscina por los laterales, a la mayor brevedad posible.





CAMPEONATO DE ESPAÑA DE NATACION DE INVIERNO - CATEGORIA JOVENES

Organiza: Club Natación Galaico-Sercoysa
Piscina Rías Do Sur, 50 mts., 10 calles
Pontemuiños (Pontevedra), 19, 20 y 21 de marzo de 2010



7.- 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 dos largos de ambas pruebas se señalarán con campana.

8.- 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.

9.-RECORDS Y MEJORES MARCAS

- Se anunciarán por megafonía en el momento de producirse la mejora ó igualdad, y figurarán en los resultados oficiales.

10.- CEREMONIA DE ENTREGA DE MEDALLAS

- Se realizará según lo establecido en el programa de este campeonato.
- Los/as delegados/as deberán estar muy atentos a la llamada por megafonía para avisar y enviar a la mayor brevedad a los/as nadadores/as premiados/as al lugar indicado (cámara de recompensas).
- Únicamente se realizará **dos llamadas** de aviso a los/as vencedores/as, y se iniciará la misma aunque falten nadadores/as en el momento de efectuarlas, pudiendo retirar los premios que no se hayan entregado, en la mesa de secretaría, una vez celebrada la ceremonia oficial.
- En caso de sufrir variaciones estas ceremonias, se indicarán oportunamente.

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

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

12.- PRESENTACION EN EL PODIUM

- Los/as nadadores/as deberán presentarse en el pódium con el chándal ó equipación de su equipo.

13.-ENTREGA DE RESULTADOS

- Se realizarán aproximadamente entre 15 y 20 minutos después de finalizar cada sesión, y contra la entrega del cupón correspondiente, en la oficina de resultados habilitada al efecto.

14.- NORMAS SOBRE UTILIZACIÓN DE BAÑADORES Y TIRAS TERAPEUTICAS

- Se regulará atendiendo los acuerdos aprobados y publicados por F.I.N.A.

15.-CONTROL Y DIRECCIÓN DE COMPETICIÓN

- Director Técnico competición: Ramón Mosquera
- Programa de competición informático RFEN: José Manuel Almarza
- Cronometraje electrónico: Enrique Cons

Pontemuiños (Pontevedra), 18 de Marzo de 2010

