



V CAMPEONATO DE ESPAÑA LARGA DISTANCIA

CATEGORIAS INFANTIL, JUNIOR Y SENIOR

Organiza: Centre Natació Mataró

Piscina: Centre Natació Mataró, 50 metros – 10 calles

Mataró (Bcn), 09 de febrero de 2014



INSTRUCCIONES TÉCNICAS

1.- HORARIOS

Domingo, 09 de febrero de 2014	
Sesión Mañana	09:00 a 10:15 – Calentamiento Piscina Competición
	09:00 - 10:15 h. – Entrega documentación
	10:30 - +/-14:45 - COMPETICIÓN

2.- ESTRUCTURA DE SERIES

Horario	Serie	Prueba	Calles	Lado	Categoría	Sexo	Observaciones Puestos de inscripción
10:30	1	3000 mts.	0 a 9	Derecho Izquierdo	Infantil	Masculino Femenino	IM: 1º al 10º IF: 1ª al 10ª
11:10	2	Inf.: 3000 Jn-Sn: 5000	0 a 9	Derecho Izquierdo	IN-JN-SN	Masculino Femenino	IM: 11º y 12º - JN:11º al 13º - SN: 11º al 15º IF: 11ª y 12ª - JF: 11ª al 15ª - SF: 11ª al 13ª
12:15	Entrega de medallas categoría INFANTIL Masculino y Femenino						
12:20	3	5000 mts.	0 a 9	Derecho Izquierdo	Junior Sénior	Masculino	JM: 1º al 10º SM: 1º al 10º
13:25	4	5000 mts.	0 a 9	Derecho Izquierdo	Junior Sénior	Femenino	JF: 1ª al 10ª SF: 1ª al 10ª
14:35	Entrega de medallas categorías SENIOR y JUNIOR Masculino/ Femenino Entrega de Trofeos						
14:45	Final de la sesión						

(*) SM: Sénior Masculino - JM: Junior Masculino - IM: Infantil Masculino --- SF: Sénior Femenino - JF: Junior Femenino - IF: Infantil Femenino

3.- CALENTAMIENTOS

- Piscina de Competición
 - Estará abierta **1 hora 30 minutos** antes del comienzo de la sesión.
 - El calentamiento finalizará **15 minutos** antes de iniciarse la sesión.
 - Los últimos **20 minutos** de la sesión de calentamiento, la disposición de la piscina será la siguiente:

ZONA DE SALIDA									
CALLES									
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Series 50-100		Calentamientos, entreno, suave,						Series 50-100	
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

- Los nadadores evitarán agarrarse a las placas y corcheras.

- Piscina Anexa:
 - Estará abierta a partir de las 10:15 h, según distribución y espacios facilitados por el C.N. Mataró

4.- RECLAMACIONES

- Según lo dispuesto en el Reglamento General de la RFEN para Competiciones Nacionales, en su artículo nº 12, ptos.:1.2.3.4 y 5.

5.- FICHAS DE BAJAS

- Las bajas 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, calle, lado), se hará en Secretaria de Competición **UNICAMENTE** al Coordinador Técnico RFEN (Director de Competición): Sr. J. Jordi Cadens



V CAMPEONATO DE ESPAÑA LARGA DISTANCIA

CATEGORIAS INFANTIL, JUNIOR Y SENIOR

Organiza: Centre Natació Mataró

Piscina: Centre Natació Mataró, 50 metros – 10 calles

Mataró (Bcn), 09 de febrero de 2014



6.- PRE-CAMARA Y CAMARA DE SALIDAS

- **Pre-Cámara de Salidas** (normativas F.I.N.A.: N.3.2.4 y N.1.5)
Los nadadores deberán presentarse en la pre-cámara de salidas **20 MINUTOS ANTES DEL INICIO DE SU PRUEBA** para realizar la inspección sobre normativa de bañadores.
- **Cámara de Salidas:**
Realizada la inspección en la pre-cámara, deberán esperar en la cámara de salidas hasta que se realice la llamada de la serie que le corresponda.

7.- NORMAS SOBRE UTILIZACIÓN DE BAÑADORES

- Se regulará atendiendo los acuerdos publicados por F.I.N.A. y R.F.E.N. (BL.8, FINA Swimwear rules).
http://www.fina.org/H2O/index.php?option=com_content&view=category&id=304&Itemid=1006
Valid for the period from **01 January 2014 to 31 December 2014** (the List of FINA Approved swimwear for 2015 will be published before December 31, 2014).

8.- SALIDAS

- Para las cuatro series, todas las salidas se realizarán desde dentro del agua.

9.- AVITUALLAMIENTO

- Se utilizará en el lado opuesto de la salida, donde se podrá disponer del material para el avituallamiento durante la prueba.
- Para ello, es necesario que la disposición del mismo este debidamente colocada (calle, derecha-izquierda, ..)

10.- AVISO ULTIMOS 100 METROS

- Los últimos 100 mts. de cada nadador/a en cada una de las pruebas se señalarán con campana.

11.- 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 efectuarla, pudiendo retirar las medallas que no se hayan entregado, en la Mesa de Secretaría de Competición una vez celebrada la ceremonia oficial.
- Estas ceremonias en caso de sufrir variaciones, se indicarán oportunamente.

12.- PRESENTACION EN EL PODIUM

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

13.- CEREMONIA DE ENTREGA DE TROFEOS, CLASIFICACIONES FINALES POR CLUBES

- Según las clasificaciones finales por Clubes (ver normativa competición puntos nº 9 y 10).
- Cada Club solo podrá presentar un máximo de **dos nadadores/as en cada categoría** para las entregas de Trofeos.

14.- ENTREGA DE RESULTADOS

- Se realizará aproximadamente veinte minutos después de finalizar la sesión contra la entrega del cupón correspondiente en la oficina de resultados habilitada al efecto.

15. CONTROL Y DIRECCIÓN DE COMPETICIÓN

- Director Competición RFEN: J. Jordi Cadens
- Gestión resultados: Rosa Iglesias
- Cronometraje Electrónico: Ester Ejarque – Alicia Sola
- Sistemas Electronicos: Ramón Colomina – Josep Pla
- Coordinación General C.N. Mataró: Joan Masrriera

Madrid, febrero de 2014