



# XI CAMPEONATO DE ESPAÑA LARGA DISTANCIA

## CATEGORIAS INFANTIL - JUNIOR-1 - JUNIOR-2 - SENIOR

Organiza: Club Natació Barcelona  
Piscina Nova de l'Escullera, 50x25 mts., 10 calles  
Barcelona, 22 de febrero de 2020



### INSTRUCCIONES TÉCNICAS

#### 1.- HORARIOS

| Sábado, 22 de febrero de 2020 |   |
|-------------------------------|---|
| Sesión Mañana                 | 07:45 – 09:15 – Calentamiento Piscina Competición |
|                               | 08:00 - 09:15 h. – Entrega documentación          |
|                               | 09:30 - +/-14:00 - COMPETICIÓN                    |

#### 2.- ESTRUCTURA DE SERIES

| Horario | Serie   | Prueba    | Calles       | Categoría | Sexo      | Observaciones (*)<br>Puestos de inscripción |
|---------|---|-----------|--------------|-----------|-----------|---|
| 09:30   | 1   | 3000 mts. | Dr. - 0 al 9 | Infantil  | Masculino | IM - 1º a 10º                               |
|         |   |           | Iz. - 0 al 9 |           | Femenino  | IF - 1ª a 10ª                               |
| 10:10   | 2   | 5000 mts. | Dr. - 0 al 9 | Junior-1  | Masculino | J1M - 1º a 10º                              |
|         |   |           | Iz. - 0 al 9 |           | Femenino  | J1F - 1ª a 10ª                              |
| 11:15   | Entrega de medallas categorías<br>INFANTIL - Masculinos y Femeninos<br>JUNIOR-1 - Masculinos y Femeninos                    |           |              |           |           |   |
| 11:25   | 3   | 5000 mts. | Dr. - 0 al 9 | Junior-2  | Masculino | J2M - 1º a 10º                              |
|         |   |           | Iz. - 0 al 9 | Senior    |           | SM - 1º a 10º                               |
| 12:30   | 4   | 5000 mts. | Dr. - 0 al 9 | Junior-2  | Femenino  | J2F - 1ª a 10ª                              |
|         |   |           | Iz. - 0 al 9 | Senior    |           | SF - 1ª a 10ª                               |
| 13:45   | Entrega de medallas categorías:<br>JUNIOR-2 - Masculinos y Femeninos<br>SENIOR - Masculino y Femenino<br>Entrega de Trofeos |           |              |           |           |   |
| 14:00   | 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 45 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      | Series 100 | Calentamientos, entreno, suave, ..... |   |   |   |   |   | Series 100 | Series 50 |
| 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 09:00 h, según distribución y espacios facilitados por el C.N. Barcelona



# XI CAMPEONATO DE ESPAÑA LARGA DISTANCIA

## CATEGORIAS INFANTIL - JUNIOR-1 - JUNIOR-2 - SENIOR

Organiza: Club Natació Barcelona  
Piscina Nova de l'Escullera, 50x25 mts., 10 calles  
Barcelona, 22 de febrero de 2020



#### 4.- RECLAMACIONES

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

#### 5.- FICHA DE BAJAS

- Las bajas deberán entregarse como máximo **HASTA 60' MINUTOS ANTES** del inicio de la 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 Secretaría de Competición **UNICAMENTE** al Director Técnico de la Competición: Sr. J. Jordi Cadens

#### 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 precámara 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 precámara, 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. (GR.5, FINA Swimwear rules).  
<http://www.fina.org/content/fina-approved-swimwear>  
Periodo valido desde el 01 de enero de 2020 al 31 de diciembre de 2020.

#### 8.- SALIDAS

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

#### 9.- AVITUALLAMIENTO

- Se podrá utilizar material de avituallamiento durante la prueba, dicho material deberá ser colocado en el lado opuesto de la zona de salida.
- Para ello, es necesario que la disposición del mismo esté debidamente colocada (calle, derecha-izquierda, ..)

#### 10.-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 del 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 club.

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

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

#### 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.



# XI CAMPEONATO DE ESPAÑA LARGA DISTANCIA

## CATEGORIAS INFANTIL - JUNIOR-1 - JUNIOR-2 - SENIOR

Organiza: Club Natació Barcelona  
Piscina Nova de l'Escullera, 50x25 mts., 10 calles  
Barcelona, 22 de febrero de 2020



### 15.- CONTROL ANTIDOPAJE

- Ver información relacionada en:  
[http://www.rfen.es/publicacion/userfiles/dopaje\\_lo\\_que\\_debes\\_saber.pdf](http://www.rfen.es/publicacion/userfiles/dopaje_lo_que_debes_saber.pdf)
- La Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD) será la encargada de la realización de controles.
- **MUY IMPORTANTE:**
  - Los nadadores deberán ir provistos del D.N.I. durante todas las sesiones del Campeonato como documento acreditativo para formalizar el control.

### 16. CONTROL Y DIRECCIÓN DE COMPETICIÓN

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| Director Técnico de la Competición:  | J. Jordi Cadens   |
| Gestión Resultados R.F.E.N:          | Marcos Zarza  |
| Cronometraje electrónico:            | Ester Ejarque – Alicia Sola                                       |
| Videomarcador:                       | Carlos Arab   |
| Control Antidopaje:                  | Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD) |
| Secretaría del Campeonato:           | Club Natació Barcelona  |
| Coordinación General C.N. Barcelona: | Jaume Morata  |

Real Federación Española de Natación  
Madrid, febrero de 2020