



INSTRUCCIONES TÉCNICAS

IMPORTANTE - INFORMACIÓN COVID-19

- Los clubes deberán asignar un Delegado de Cumplimiento de Protocolo (DCP), ya sea un técnico o delegado, que esté familiarizado con el **Protocolo de Actuación Específico** elaborado por la R.F.E.N. para esta competición.
- Los participantes (incluido el Staff), a través de su Club/FFAA, deberán tener acceso individual a su perfil del PORTAL DEL DEPORTISTA – LEVERADE ([manual de uso](#)).
- Los clubes podrán asistir a la competición con el número de miembros del Staff* que se ajuste al siguiente ratio:

1 miembro Staff X cada 5 deportistas

*Staff: los técnicos, delegados y personal de apoyo (fisioterapeutas, psicólogos, etc.) deberán tener tramitada la cuota de actividad estatal para la temporada 2020/2021 y estar inscritos en la competición (leverade).

- Podrá acudir Staff de los Centros de Tecnificación de las distintas FFAA -máximo 2- siempre que tengan tramitada la cuota de actividad estatal, se hayan inscrito en la competición y lo comuniquen con antelación suficiente (albertoindarte@rfen.es).
- Desde las 00:00 del viernes 30 de julio** y como **fecha límite el domingo 01 de agosto** todos los participantes deberán cumplimentar el **cuestionario online médico-epidemiológico** disponible en el PORTAL DEL DEPORTISTA.

1.- HORARIOS

	Lunes, 02.agosto.2021	Martes, 03.agosto.2021	Miércoles, 04.agosto.2021	Jueves, 05.agosto.2021	Viernes, 06.agosto.2021	Sábado, 07.agosto.2021
Sesión Mñ	Entrenamientos Previos	Entrenamientos Previos	09:30 - 12:15	09:30 - 13:15	09:30 - 12:45	09:30 - 11:45
Sesión Td	Entrenamientos Previos	16:30 - 21:00	17:30 - 20:30	17:30 - 20:45	17:30 - 20:45	17:30 - 20:30

2.- CALENTAMIENTOS

- Piscina de Competición:** estará abierta **1 hora y 45 minutos** antes del inicio de cada sesión.
- MUY IMPORTANTE: UTILIZACIÓN DEL MATERIAL DE ENTRENAMIENTO**
Durante los calentamientos en la piscina de competición solo se permite la utilización del siguiente material auxiliar: **pull-boy y/o tabla de pies**. Por seguridad no se podrá utilizar manoplas, aletas, gomas de resistencia,...ni se permitirá lanzarse al agua de cabeza excepto en las calles habilitadas para sprints en el tiempo establecido en estas instrucciones técnicas.
- Los/as nadadores/as deberán evitar agarrarse a las placas y corcheras
- Los calentamientos finalizarán 15 minutos antes del comienzo de la sesión.
- Los **últimos 30 minutos** de los calentamientos en la piscina de competición, la disposición de espacios será el que se muestra en la tabla.

1	2	3	4	5	6	7	8
Salidas Sprints 15-25-50 mts	Series 50 mts.	Calentamientos, entreno, suave...				Series 50 mts.	Salidas Sprints 15-25-50 mts
1	2	3	4	5	6	7	8

- Piscina de competición (p50 - 8 calles).**
A disposición de los nadadores que compiten en cada sesión.
Al finalizar cada sesión quedará como libre disposición hasta 30 minutos más.
- Piscina anexa (p50 - calles según disposición CN Metropole)**
Nadadores que NO compiten en la sesión: podrán hacer uso SÓLO en el periodo de calentamiento previo al inicio de cada sesión (1h45').
Nadadores que compiten en la sesión: podrán utilizarla desde la finalización del calentamiento en la piscina de competición y hasta que haya concluido la sesión correspondiente.

CVIII CAMPEONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO DE VERANO P50"OPEN" - ASTRALPOOL



XLII CAMPEONATO DE ESPAÑA JUNIOR DE VERANO P50

Organiza: Club Natación Metropole y Real Federación Española de Natación

Piscina "José Feo" - 50x21 mts., 8 calles

Las Palmas de Gran Canaria, 03 al 07 de agosto de 2021



CN METROPOLE
Gran Canaria

3.- RECLAMACIONES

- Según lo dispuesto en el Reglamento General de la RFEN Libro X de las Competiciones Nacionales, en su artículo nº 11.

4.- FICHAS DE BAJAS

- Las bajas deberán entregarse como máximo **HASTA 60' MINUTOS ANTES** del inicio de cada sesión.
- Para ello, es imprescindible utilizar el **formulario online** facilitado para tal efecto.

5.- FORMULARIO PRUEBAS DE RELEVOS

- Deberán entregarse **HASTA 45 MINUTOS ANTES DEL INICIO DE CADA SESIÓN**, con el fin de efectuar las comprobaciones necesarias y la introducción de datos en el programa de competición.
- Para ello, es imprescindible utilizar el **formulario online** facilitado para tal efecto.

6.- PRE-CÁMARA Y CÁMARA DE SALIDA (ver planos)

- **Pre-Cámara de Salidas (normativas F.I.N.A.: N.3.2.4 y N.1.5)**
Los/as nadadores/as 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 correspondiente.

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)).
<http://www.fina.org/content/fina-approved-swimwear> - Periodo valido desde el 01 de enero de 2021 al 31 de diciembre de 2021.

8.- SALIDAS y LLEGADAS

- Sesiones de eliminatorias: una vez finalizada cada serie, los/as nadadores/as deberán permanecer dentro del agua hasta que se realice la salida de la siguiente serie, con excepción de las pruebas de 50 metros, espalda (100-200 metros) y relevos.
- Una vez efectuada la salida de la siguiente serie, los/as nadadores/as deberán abandonar la piscina por los laterales a la mayor brevedad posible.
- Sesiones de tarde (finales): Presentación individual.

Los nadadores/as deberán abandonar la piscina de competición según circulaciones establecidas (ver plano).

9.- PRUEBAS DE 50 METROS

- Se realizarán las salidas en el lado contrario de las demás pruebas del programa.
- La precámara y cámara de salidas será la misma para todas las pruebas.

10.- PRUEBAS DE 800 y 1.500 METROS

- En las pruebas de 800 y 1500 mts., se indicarán en el lado opuesto a la salida, el número de largos que quedan por finalizar.
- Los últimos 100 mts. se señalarán con campana.

11.- RESULTADOS EN EL MARCADOR ELECTRONICO

- Debido a toques defectuosos, posibles fallos, descalificaciones, etc. los resultados que aparezcan en el marcador electrónico, no podrán considerarse en ningún caso oficiales, hasta que el Juez Árbitro haya dado el VºBº.
- Los/as nadadores/as evitarán subir por encima de las placas, abandonando la pileta por las escaleras laterales.

12.- RECORDS Y MEJORES MARCAS

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

13.- CEREMONIA DE ENTREGA DE MEDALLAS Y TROFEOS

- Se realizará según lo establecido en el programa para este Campeonato, atendiendo las clasificaciones de pruebas individuales (punto 9.1 normativa) y clasificaciones finales por clubes (9.2).
- Los/as delegados/as y entrenadores/as deberán estar muy atentos a la llamada por megafonía para avisar y enviar a la mayor brevedad a los/as nadadores/as al lugar indicado (cámara de recompensas-premiaciones).
- Al finalizar la última serie de cada sesión no se podrá utilizar la piscina de competición hasta que acabe la última entrega de medallas.
- Cada club podrá presentar un máximo de **UN nadador/a** para la ceremonia de entrega de Trofeos.

CVIII CAMPEONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO DE VERANO P50"OPEN" - ASTRALPOOL



XLII CAMPEONATO DE ESPAÑA JUNIOR DE VERANO P50

Organiza: Club Natación Metropole y Real Federación Española de Natación

Piscina "José Feo" - 50x21 mts., 8 calles

Las Palmas de Gran Canaria, 03 al 07 de agosto de 2021



CN METROPOLE
Gran Canaria



14.- PRESENTACION EN EL PODIUM

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

15.- ENTREGA DE RESULTADOS

- Los listados de resultados estarán dispuestos en la web del Campeonato de la R.F.E.N. según vayan finalizando las pruebas.
- No se entregarán en formato papel.

16.- DIRECCIÓN Y CONTROL DE COMPETICIÓN:

Director Técnico de la Competición R.F.E.N.	Sergio de la Calle
Gestión de Resultados R.F.E.N.	José Manuel Almarza - Marcos Zarza
Cronometraje electrónico y videomarcador F.C.N.	Ylenia Gallardo - Benito Gallardo - David Martínez
Control Antidopaje	Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD)
Jefe Médico R.F.E.N.	Dr. Nacho Funes
Coordinación General CN Metropole	Laia Quintilla

Real Federación Española de Natación
Madrid, julio de 2021