

# VI CAMPEONATO DE ESPAÑA "OPEN" DE FONDO NATACIÓN MASTERS



Organiza: Federación de Castilla y León de Natación  
Piscina CPTD Rio Esgueva - 25x21 mts., 8 calles  
Valladolid, 14 al 16 de mayo de 2021



## INSTRUCCIONES TÉCNICAS

### IMPORTANTE - INFORMACIÓN COVID-19

- Los participantes (incluidos entrenadores), a través de su Club, 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 entrenadores que se ajuste al siguiente ratio:  
**1 entrenador X cada 5 deportistas**
- Los entrenadores deberán tener tramitada cuota de actividad estatal para la temporada 2020/21. Si no se han inscrito previamente en la competición deberán comunicarlo al correo [albertoindarte@rfen.es](mailto:albertoindarte@rfen.es)
- Desde las 00:00 del lunes 10 de mayo y como fecha límite el miércoles 12 de mayo** todos los participantes deberán cumplimentar el **cuestionario online médico-epidemiológico** disponible en el PORTAL DEL DEPORTISTA.

### ACCESOS A LA INSTALACIÓN

Los participantes recibirán en el correo del club un **Código QR** de uso personal para acceder a la instalación.

- **Nadadores/as:** Sólo estará habilitado durante la sesión en la que participe cada deportista.

- **Entrenadores/as y Delegados/as:** Podrán acceder a todas las sesiones.

- **Cuentavueltas:** Los deportistas que participen en la competición podrán acceder a la instalación para ejercer la función de cuentavueltas. Para ello, deberán pasar previamente por el Centro de Acreditación. Se les entregará una identificación y deberán abandonar la instalación una vez finalizada su función.

Lunes, 10.mayo.2021	Martes, 11.mayo.2021	Miércoles, 12.mayo.2021	Jueves, 13.mayo.2021	Viernes, 14.mayo.2021	Sábado, 15.mayo.2021	Domingo, 16.mayo.2021
			ENTRENAMIENTOS PREVIOS	08:30	08:00	08:00

- Jueves (ENTRENAMIENTOS PREVIOS): entrada con reserva (17:00 – 20h) mediante el formulario online dispuesto en la web del campeonato.

- Viernes: entrada a la piscina a partir de las 08:30 horas.

- Sábado y Domingo: entrada a la piscina a partir de las 08:00 horas.

IMPORTANTE: El acceso estará permitido como máximo 1h15' antes del inicio de cada prueba y se deberá abandonar la instalación 30' después de finalizar la misma.

### 1.- ESTIMACIÓN DE HORARIOS

Lunes, 10.mayo.2021	Martes, 11.mayo.2021	Miércoles, 12.mayo.2021	Jueves, 13.mayo.2021	Viernes, 14.mayo.2021	Sábado, 15.mayo.2021	Domingo, 16.mayo.2021
			ENTRENAMIENTOS PREVIOS	10:00 – 19:45	09:30 – 19:15	09:30 – 15:30

### 2.- CALENTAMIENTOS

#### 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 20 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	Series 50 mts.	Calentamientos, entreno, suave...				Series 50 mts.	Salidas Sprints
1	2	3	4	5	6	7	8

# VI CAMPEONATO DE ESPAÑA "OPEN" DE FONDO NATACIÓN MASTERS



Organiza: Federación de Castilla y León de Natación  
Piscina CPTD Rio Esgueva - 25x21 mts., 8 calles  
Valladolid, 14 al 16 de mayo de 2021



**Piscina anexa:** Durante la competición, la piscina anexa estará disponible (8 calles – p25), siguiendo las mismas instrucciones sobre utilización del material de entrenamiento.

## 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 (web de la competición).
- Las bajas no enviadas en tiempo y forma serán consideradas como NP (no presentado).

## 5.- 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 **15 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.

## 6.- 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 2021 al 31 de septiembre de 2021.

## 7.- SALIDAS y LLEGADAS

- Aquellos nadadores/as que no sean capaces de subir al poyete de salida por sí mismos podrán hacerlo desde el borde de la plataforma o bien desde dentro del agua.
- En las pruebas de 1500m. y 800m. Libres la salida podrá efectuarse desde el poyete.
- Excepcionalmente, en la prueba de 3000 metros libre, se realizará la salida con los nadadores desde dentro del agua.
- 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 la prueba de 3000 metros libre.
- 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.

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

## 8.- AVITUALLAMIENTO 3000 m. Libre

- Se utilizará en el lado opuesto a la salida, donde se podrá disponer de avituallamiento durante la prueba.

## 9.- AVISO NADADORES

- Cada club podrá aportar una persona por cada nadador inscrito para manejar el cuentavueeltas durante la carrera de dicho nadador. De no proporcionarlo, se entiende que renuncia a dicha información.
- Los últimos 50 metros de cada nadador/a en cada una de las 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 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 piletta por las escaleras laterales.

## 11.- RECORDS

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

## 12.- CEREMONIA DE ENTREGA DE MEDALLAS Y TROFEOS

- La entrega de medallas se realizará sin interrumpir la competición en la zona habilitada a tal efecto (ver plano).
- La entrega de medallas se realizará **en los siguientes horarios:**  
*Viernes (19.45 - 20.30) – Sábado (13.45 - 14.30 y 19.15 - 20.00) – Domingo (12.30 - 13.15 y 15.30 - 16.15)*
- Los nadadores/as premiados deberán identificarse presentando el DNI.
- Cada club podrá presentar un máximo de **UN nadador/a** para la ceremonia de entrega de Trofeos.

# VI CAMPEONATO DE ESPAÑA "OPEN" DE FONDO NATACIÓN MASTERS



Organiza: Federación de Castilla y León de Natación  
Piscina CPTD Rio Esgueva - 25x21 mts., 8 calles  
Valladolid, 14 al 16 de mayo de 2021



## **13.- 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.

## **14.- 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	Marcos Zarza
Cronometraje electrónico FENACYL	Manuel Cano
Coordinación General FENACYL	Antonio García

Real Federación Española de Natación  
Madrid, mayo de 2021