

## INSTRUCCIONES TÉCNICAS

-actualizado, 07.noviembre.2020-

# 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 este Campeonato.
- A través del siguiente formulario ([enlace](#)) se deberá cumplimentar la relación de oficiales (técnicos, delegado) indicando el número de técnicos que asistirán por club teniendo en cuenta el ratio máximo permitido (1 técnico por cada 5 deportistas, 6-10 = 2, 11-15 = 3, etc.).
- Los participantes (incluidos técnicos), a través de su club o FF.AA en caso de centros de entrenamiento, deberán tener acceso individual a su perfil del PORTAL DEL DEPORTISTA.
- **Desde las 0:00 del lunes 16 de noviembre** y como **fecha límite el jueves 19 de noviembre** los participantes deberán cumplimentar el **cuestionario online médico-epidemiológico** disponible en el PORTAL DEL DEPORTISTA.

### 1.- HORARIOS

	Viernes, 20.nov	Sábado, 21.nov	Domingo, 22.nov
Sesión mañana	10:00 – 12:15	10:00 – 12:25	10:00 – 12:20
Sesión tarde	17:30 – 19:40	17:30 – 19:45	

### 2.- CALENTAMIENTOS

- **Piscina de Competición:** **SEGÚN DISPOSICIÓN DEL PROTOCOLO ESPECÍFICO DEL CAMPEONATO (COVID-19)**, pendiente de publicación.
- **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 correspondiente.
- Se deberá cumplir **OBLIGATORIAMENTE** con el Protocolo Específico del Campeonato para la utilización de espacios y horarios en la piscina de COMPETICIÓN.

- Los últimos **10 minutos** de los calentamientos en la piscina de competición, la disposición de espacios será el que se muestra en la tabla.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Salidas Sprints 15-25 mts	Series 25-50 mts.	Calentamientos, entreno, suave, .....					Series 25-50 mts.			Salidas Sprints 15-25 mts
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	

- Al finalizar cada sesión, quedará como libre disposición hasta 30 minutos más.
- Piscinas anexas: SEGÚN DISPOSICIÓN DEL PROTOCOLO ESPECÍFICO DEL CAMPEONATO (COVID-19).**

### 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

- Se entregarán como máximo **HASTA 60' MINUTOS ANTES DEL INICIO DE CADA SESION**, con el **formato online** previsto para este Campeonato.

### 5.- FICHAS PRUEBAS DE RELEVOS

- Se entregarán como máximo **HASTA 45 MINUTOS ANTES DEL INICIO DE CADA SESION**, con el **formato online** previsto para este Campeonato.
- La ficha de relevos deberá estar **DEBIDAMENTE CUMPLIMENTADA**, en especial EL ORDEN DE NADO

### 6.- CÁMARA DE LLAMADAS

- Previo a la PreCámara y a la Cámara de Salidas se habilitará una Cámara de Llamadas donde se facilitará a los/as nadadores/as una bolsa de plástico para depositar su ropa, calzado, pertenencias, ....., antes de su participación (Documento de Protocolo Específico Cto.).

### 7.- PRE-CAMARA Y CAMARA 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 **10-12 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.
- Ubicaciones disponibles en el plano de la instalación (Documento de Protocolo Específico del Cto.).

### 8.- 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 2020 al 31 de diciembre de 2020.

### 9.- SALIDAS y LLEGADAS (todas las sesiones)

- Una vez finalizada cada serie, los/as nadadores/as deberán abandonar la piscina por los laterales a la mayor brevedad posible:
  - Calles 1 a 4 por el lateral de la calle 0
  - Calles 5 a 8 por el lateral de la calle 9.

### 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 50 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 (ver Documento Protocolo Específico del Cto.)

- Se realizará según lo establecido en el programa para este Campeonato, atendiendo las clasificaciones finales por clubes (punto nº 9 de la normativa de esta competición).
- Medallas:** 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).
  - TODAS las pruebas, tanto individuales como relevos, el/la nadador/a será quien recoja su propia medalla de la bandeja.
  - Para las pruebas de relevos solo UN nadador/a podrá recoger las medallas del equipo
- Trofeos:** Cada Club podrá presentar solo a UN nadador/a para la ceremonia en cada una de las entregas de Trofeos.

## 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.- 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.

## 17.- DIRECCIÓN Y CONTROL DE COMPETICIÓN:

Director Técnico de la Competición:	J. Jordi Cadens	
Gestión Resultados R.F.E.N.:	José Manuel Almarza	
Cronometraje electrónico:	Pedro Nova	
Videomarcador:	Rodolfo León Gallo	
Control Antidopaje:	Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD)	
Coordinación F.N.C.V.:	Gustavo López	
Jefe Servicios Médicos	Dr. José Daguerre	JM – R.F.E.N.
Delegado de Cumplimiento de Protocolo General	Sergio de la Calle	DCPG – R.F.E.N.
Responsable de Higiene	Miguel Vázquez	RH – F.N.C.V.

Real Federación Española de Natación  
Madrid, 07 de noviembre de 2020