

## INSTRUCCIONES TÉCNICAS

### INFORMACIÓN IMPORTANTE

- Los técnicos, jefes de equipo y personal de apoyo (fisioterapeutas, psicólogos, etc.) deberán tener tramitada la cuota de actividad estatal para la temporada 2023/2024 y estar inscritos previamente en la competición (Leverade).
- Podrá acudir Staff de los Centros de Tecnificación de las distintas FFAA siempre que tengan tramitada la cuota de actividad estatal y se hayan inscrito en la competición.
- No será necesaria ninguna acreditación o identificación para el acceso al recinto del CEAR "La Cartuja".

### 1.- PROGRAMA DE PRUEBAS, CATEGORIAS, NUMERACION DORSALES, MARCAJE, HORARIOS:

| Día                     | Sesión | Prueba                   | Categoría                       | (1)<br>Nº Dorsal<br>Nadador/a                  | (2)<br>Recogida<br>Dorsales | (3)<br>Reunión previa<br>Briefing | (4)<br>Estimación<br>Horas Salidas |       |
|-------------------------|--------|--------------------------|---------------------------------|--|-----------------------------|-----------------------------------|------------------------------------|-------|
| Viernes<br>03.Mayo.2024 | Mañana | 10 km                    | Absoluta y Junior-2 * Masculina | 001 - 010 / 036 - 039<br>011 - 014 / 040 - 056 | 08:00-09:15                 | 09:45                             | 10:00                              |       |
|                         |        |                          | Absoluta y Junior-2 * Femenina  | 015 - 021 / 124 - 129<br>022 - 025 / 130 - 133 |                             |                                   | 10:10                              |       |
|                         |        | 7,5 km                   | Junior-1 * Masculina            | 057 - 091                                      |                             |                                   | 10:00                              |       |
|                         |        |                          | Junior-1 * Femenina             | 026 / 134 - 153                                |                             |                                   | 10:10                              |       |
| Sábado<br>04.Mayo.2024  | Mañana | Relevo 3 km<br>(4x750m)  | Máster                          | 21 - 55  | 08:00-09:15                 | 09:45                             | 10:00                              |       |
|                         |        | Relevo 6 km<br>(4x1500m) | Absoluta                        | 01 - 11  | 09:30-10:45                 | 11:15                             | 11:30                              |       |
| Sábado<br>04.Mayo.2024  | Tarde  | 3 km                     | Máster * Masculina – 1ª salida  | 187 - 252                                      | 11:00-12:30<br>15:00-16:15  | 16:45                             | 17:00                              |       |
|                         |        |                          | Máster * Masculina – 2ª salida  | 253 - 308                                      |                             |                                   | 17:10                              |       |
|                         |        |                          | Máster * Masculina – 3ª salida  | 309 - 364                                      |                             |                                   | 17:20                              |       |
|                         |        |                          | Máster * Masculina – 4ª salida  | 365 - 422                                      |                             |                                   | 17:30                              |       |
|                         |        |                          | Máster * Masculina – 5ª salida  | 423 - 477                                      |                             |                                   | 17:40                              |       |
|                         |        |                          | Máster * Femenina – 1ª salida   | 478 - 537                                      |                             |                                   | 17:45                              | 18:00 |
|                         |        |                          | Máster * Femenina – 2ª salida   | 538 - 595                                      |                             |                                   |                                    | 18:10 |
|                         |        |                          | Máster * Femenina – 3ª salida   | 596 - 649                                      |                             |                                   |                                    | 18:20 |
| Domingo<br>05.Mayo.2024 | Mañana | 5 km                     | Absoluta * Masculina            | 001 - 014 / 092 - 093                          | 08:00-09:15                 | 09:45                             | 10:00                              |       |
|                         |        |                          | Absoluta * Femenina             | 015 - 026 / 154                                |                             |                                   | 10:10                              |       |
|                         |        |                          | Infantil * Masculina            | 094 - 123                                      |                             |                                   | 10:00                              |       |
|                         |        |                          | Infantil * Femenina             | 155 - 185                                      |                             |                                   | 10:10                              |       |

- (2) [Recogida de Dorsales \(Todas las categorías\)](#)  
 Los deportistas deberán recoger su dorsal-chip en las horas previstas y colocárselo en los espacios habilitados a tal efecto (Zona de Equipos).  
 La categoría Máster podrá realizarlo en dos franjas distintas (11:00-12:30 y 15:00-16:15).  
**Todos los participantes deberán ir provistos de su D.N.I. durante la recogida de dorsales.**
- (3) [Reunión previa - Briefing](#)  
 Reunión previa con los/as nadadores/as antes de la salida de cada prueba.  
 Una vez validado el bañador en Cámara de Salidas, se efectuará una reunión para ultimar todos los detalles de la prueba con Dirección de Competición y Juez Árbitro.

## 2.- PLANO GENERAL DE LA INSTALACION – CIRCUITOS

- Disponible en la web del campeonato.

## 3.- ENTRENAMIENTOS - CALENTAMIENTOS PREVIOS

Disposición para efectuar entrenamientos y calentamientos bajo la siguiente distribución de espacios y horarios. Se ruega la máxima colaboración para que las zonas se utilicen en los horarios previstos.

| INF / JUNIOR / ABS      |    | CIRCUITO DE COMPETICION | CANAL DE ENTRENAMIENTO<br>-100mts.- |
|-------------------------|----|-------------------------|-------------------------------------|
| Jueves<br>02.Mayo.2024  | AM | <i>No disponible</i>    | <i>No disponible</i>                |
|                         | PM | 16:30 - 19:30           | 16:30 - 19:30                       |
| Viernes<br>03.Mayo.2024 | AM | 08:00 - 09:30           | 08:00 - 09:30                       |
|                         | PM | <i>No disponible</i>    | <i>No disponible</i>                |
| Sábado<br>04.Mayo.2024  | AM | <i>No disponible</i>    | 09:30 - 11:00                       |
|                         | PM | <i>No disponible</i>    | <i>No disponible</i>                |
| Domingo<br>05.Mayo.2024 | AM | 08:00 - 09:30           | 08:00 - 09:30                       |

| MASTER                 |    | CIRCUITO DE COMPETICION | CANAL DE ENTRENAMIENTO<br>-100mts.- |
|------------------------|----|-------------------------|-------------------------------------|
| Sábado<br>04.Mayo.2024 | AM | <i>No disponible</i>    | 08:00 - 09:30                       |
|                        | PM |                         | 15:00 - 16:30                       |

**Los entrenamientos en el CIRCUITO DE COMPETICIÓN deberán realizarse entre la zona de Salida-Meta y el Puente de "La Barqueta".  
 Por razones de seguridad, deberán seguirse en todo momento las indicaciones del personal de organización.**



## 4.- REUNIONES TECNICAS

| Día                    | Sesión | CEAR "LA CARTUJA" -Sala Reuniones-                     |
|------------------------|--------|--|
| Jueves<br>02.Mayo.2024 | Tarde  | 19:30 REUNIÓN PRUEBAS - 10 km, 7,5 km, 5 km, Relevé 6k |

**15 minutos antes** del inicio de todas las pruebas, categoría masculina y femenina de forma conjunta, se efectuará en la Cámara de Salidas una reunión previa -briefing- con las últimas instrucciones por parte de Dirección de Competición y Árbitro Jefe. Para la categoría Máster, se efectuarán dos reuniones previas, **15 minutos antes**, del inicio de la pruebas masculina y femenina respectivamente.

## **5.- RECLAMACIONES**

- Deberá utilizarse el [impreso oficial](#) (según lo dispuesto en el Reglamento General de la RFEN).

## **6.- BAJAS**

- Se deberán enviar **hasta 60' minutos antes** del inicio de la sesión correspondiente.
- Para ello, es imprescindible utilizar la [aplicación informática RFEN \(enlace\)](#).

## **7.- PRUEBAS DE RELEVOS (composición)**

- Se deberán enviar **hasta 60' minutos antes** del inicio de la sesión correspondiente.
- Una vez enviado, NO se admitirán cambios.
- Para ello, es imprescindible utilizar la [aplicación informática RFEN \(enlace\)](#).

## **8.- ENTREGA DE CHIPS Y MARCAJE DORSALES (todas las categorías)**

- Se realizará la entrega de chips y dorsales en la zona indicada en el plano de la competición, respetando los horarios de entrega.
- El marcaje del número para cada nadador/a debe efectuarse en ambos lados de la espalda (parte superior), brazos y manos.
- **Relevo Categoría Máster: No se realizará marcaje con dorsales (pegatinas), sino mediante rotulación.**

## **9.- PRE-CAMARA Y CAMARA DE SALIDA**

- **Pre-Cámara de Salidas (normativa World Aquatics)**

Los nadadores deberán presentarse en la pre-cámara de salidas **30 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 y después de la reunión técnica – briefing- deberán esperar en la cámara de salidas hasta que se realice la presentación de la prueba y acceder a la zona de salida, siguiendo las instrucciones de la organización.

## **10.- NORMAS SOBRE UTILIZACIÓN DE BAÑADORES - NEOPRENOS**

- Se regulará atendiendo los acuerdos publicados por World Aquatics y R.F.E.N. - [APPROVED SWIMWEAR](#)
- Se permite el uso de cualquier marca y modelo de neopreno, siempre que tengan la forma reglamentaria y se utilicen en los rangos de temperatura permitidos e indicados en el reglamento de aguas abiertas.

## **11.- NORMAS SOBRE EL USO DE DISPOSITIVOS PORTÁTILES**

- Se regulará atendiendo los acuerdos publicados por World Aquatics y R.F.E.N. - [WEARABLES REGULATION](#)
- Los deportistas deberán informar en la pre-cámara de salidas sobre el uso de cualquier tipo de dispositivo.

## **12.- SALIDAS**

- Para todas las pruebas, las salidas se realizarán desde dentro del agua.
- Se accederá desde la cámara de salidas **DOS** minutos antes de efectuarse la salida en cada una de las pruebas.
- Durante los **DOS** minutos antes de cada salida, se comunicará por megafonía los tiempos previos restantes (2', 1'30", 1'...).

## **13.- PLATAFORMA-PANTALÁN DE AVITUALLAMIENTO**

- La plataforma-pantalán de avituallamiento se utilizará para las pruebas de 10 km y 7,5 km.
- El acceso a la plataforma se activará una vez efectuadas las salidas de la categoría femenina.
- Solo se permitirá el acceso al pantalán de avituallamiento a un/a técnico/a por nadador/a.

## **14.- AVITUALLAMIENTO DURANTE LA PRUEBA**

- La organización facilitará los vasos biodegradables que deberán utilizarse para el avituallamiento y serán entregados en el momento de validación de pértigas. Queda prohibido introducir y hacer uso de geles durante la carrera. El incumplimiento de estas normas supondrá la descalificación y será objeto de sanción.

## **15.- NORMAS SOBRE LA UTILIZACIÓN DE PERTIGAS EN LA PLATAFORMA DE AVITUALLAMIENTO**

- Se regulará según normativa W.A.Q. y R.F.E.N. (OWS – AA, 5.16) debiendo ser validadas en la zona de marcaje en las franjas horarias destinadas a la recogida de dorsales de las pruebas correspondientes.
- Una vez validadas las pértigas, se facilitará el distintivo para acceder a la plataforma de avituallamiento.
- **Debido al elevado número de participantes y por razones de seguridad, se deberá permanecer en el pantalán el tiempo estrictamente necesario, debiendo seguir en todos los momentos las indicaciones del personal de organización.**

### **16.- SEGUIMIENTO DE LAS PRUEBAS**

- Navegación de embarcaciones:  
Solo estarán disponibles para:  
Jurado de la Competición, Dirección Técnica de Competición, Servicios Médicos, Seguridad y Organización.  
No podrán acceder al circuito ninguna otra embarcación que no esté previamente acreditada.

### **17.- CRONOMETRAJE**

- Se realizará con el sistema de cronometraje microchip.
- La entrega de los microchips (uno en caso de la categoría Máster) se efectuará durante la recogida de dorsales a cada participante.

### **18.- TIEMPOS LÍMITE**

- **Pruebas de 10km. – 7,5km. – 5km.**
- Según reglamento WAQ de aguas abiertas.
- Norma AA. 5. LA CARRERA  
 AA 5.17.- En todas las pruebas, los límites de tiempo se aplicarán después de terminar el primer nadador atendiendo a:  
 15 minutos por cada 5 kms. (o fracción) con un límite de 120 minutos  
 Infantil                    5km \* + 15' 00" del primer clasificado en cada categoría (masculina o femenina)  
 Junior-1                    7,5km \* + 30' 00" del primer clasificado en cada categoría (masculina o femenina)  
 Absoluto y Junior-2    10km \* + 30' 00" del primer clasificado en cada categoría (masculina o femenina)
- **Prueba de 3km. (categoría Máster)**
- Según reglamento WAQ de aguas abiertas en la categoría Máster.
- Tiempo límite: 1h 30'

### **19.- CEREMONIA DE ENTREGA DE MEDALLAS Y TROFEOS (todas las categorías)**

- Se realizará según lo establecido en el programa del Campeonato.
- Los nadadores/as premiados deberán acudir con puntualidad, conforme a los avisos previos por megafonía.  
*En caso de que algún nadador/a no comparezca a la ceremonia de entrega de medallas, por causa justificada, se dará parte al parte al Comité de Competición.*
- Los nadadores/as deberán presentarse con el pódium con el chándal completo de su club.
- Está prohibido portar banderas (nacionales o clubes), al objeto de dar visibilidad a los compromisos publicitarios de la competición.  
*La Dirección de Competición será la encargada de solicitar al deportista que cambie o no utilice aquel elemento que no cumpla con lo anterior. En caso de que no se respeten las pautas indicadas, se impedirá subir al pódium (se recogerá la medalla o trofeo en Secretaría de Competición) y/o se dará parte al Comité de Competición, para que inicie expediente disciplinario, conforme al Libro V del Reglamento General de la R.F.E.N.*

#### **PREVISIÓN HORARIA:**

| Día                     | Sesión | Pruebas  | Estimación de horarios |
|-------------------------|--------|--|------------------------|
| Viernes<br>03.Mayo.2024 | Mañana | 10 km Absoluto y Junior-2 Masculino / Femenino | ≈ 13:00                |
|                         |        | 7,5 km Junior-1 Masculino / Femenino           |                        |
| Sábado<br>04.Mayo.2024  | Mañana | 3 km Relevé Máster                             | ≈ 11:45                |
|                         |        | 6 km Relevé Absoluto                           | ≈ 13:00                |
|                         | Tarde  | 3 km – Categoría Máster Masculina / Femenina   | Al finalizar prueba    |
|                         |        | Trofeos Categoría Máster                       | ≈ 20:00                |
| Domingo<br>05.Mayo.2024 | Mañana | 5 km Absoluto-Infantil Masculino / Femenino    | ≈ 11:45                |
|                         |        | Trofeos Clasificación Conjunta                 |                        |

### **20.- CEREMONIA DE ENTREGA DE MEDALLAS – (solo categoría Master)**

- Se habitará una zona para la entrega de medallas para la categoría Máster.
- Los nadadores premiados deberán identificarse presentado el D.N.I. para poder recoger las medallas.
- Al finalizar la competición, se celebrará ceremonia de entrega de trofeos a los clubes ganadores.

## **21.- RESULTADOS**

- Provisionales y Oficiales, estarán disponibles en la web del campeonato.

## **22.- CONTROL ANTIDOPAJE**

- La Comisión Española para la Lucha Antidopaje en el Deporte (CELAD) será la encargada de la realización de controles.
- Información de interés: [ENLACE](#)

### **MUY IMPORTANTE:**

Los nadadores deberán ir provistos del **D.N.I.** durante todas las sesiones del Campeonato como documento acreditativo para formalizar el control.

## **23.- CONTROL Y DIRECCIÓN DE COMPETICIÓN:**

- |   |                                 |
|---|---------------------------------|
| ▪ Director Técnico de Competición RFEN: | Sergio de la Calle              |
| ▪ Director Técnico de Competición FAN:  | Juan Antonio Latorre            |
| ▪ Gestión de Resultados RFEN:           | José Manuel Almarza             |
| ▪ Cronometraje Electrónico Microchip:   | Federación Andaluza de Natación |
| ▪ Control Antidopaje                    | CELAD                           |
| ▪ Responsable de Seguridad RFEN-FAN:    | Israel Gómez                    |
| ▪ Coordinación General CEAR La Cartuja: | Rafael Barón                    |

Real Federación Española de Natación  
Sevilla, abril 2024