

INSTRUCCIONES TÉCNICAS

1.- PROGRAMA DE PRUEBAS, CATEGORÍAS, NUMERACIÓN DORSALES, MARCAJE, HORARIOS:

Día	Sesión	Prueba	Categoría	(1) Nº Dorsal Nadador/a	(2) - (3) Hora Marcaje	(4) Reunión previa Briefing	(5) Estimación Horas Salidas
Viernes 14.Junio.2019	Mañana	5 km	Absoluta * Masculina	001 al 016 034 al 037	08:30-09:15	09:45	10:00
			Absoluta * Femenina	018 al 029 118 - 119	08:40-09:25		10:10
		7,5 km	Junior-1 * Masculina	017, 036 y 058 al 085	10:00-10:45	11:15	11:30
			Junior-1 * Femenina	030 y 131 al 152	10:10-10:55		11:40
Sábado 15.Junio.2019	Mañana	5 km	Infantil * Masculina	045 y 086 al 117	08:10-08:45	09:00	09:15
			Infantil * Femenina	153 al 177	08:20-08:55		09:25
		10 km	Absoluta y Junior-2 * Masculina	(Ab) 001 al 010 (J2) 017 y 038 al 043 (J2) 011 al 016 (J2) 044 al 057	09:30-10:15	10:30	10:45
			Absoluta y Junior-2 * Femenina	(Ab) 018 al 030 (Ab) 120 al 124 (J2) 125 al 130	09:40-10:25		10:55
Sábado 15.Junio.2019	Tarde	3 km	Máster * Masculina – 1ª salida	181 al 208	15:30-16:15	16:45	17:00
			Máster * Masculina – 2ª salida	209 al 254	15:40-16:25	16:55	17:10
			Máster * Masculina – 3ª salida	255 al 294	15:50-16:35	17:05	17:20
			Máster * Masculina – 4ª salida	295 al 327	16:00-16:45	17:15	17:30
			Máster * Femenina – 1ª salida	328 al 361	16:10-16:55	17:25	17:40
			Máster * Femenina – 2ª salida	362 al 399	16:20-17:05	17:35	17:50
			Máster * Femenina – 3ª salida	400 al 427	16:30-17:15	17:45	18:00
Domingo 16.Junio.2019	Mañana	Relevo 5 km (4x1,25 km)	Absoluta	01 al 11	08:30-09:15	09:45	10:00
			Master	12 al 28	09:45-10:30	11:00	11:15

- (1) [Categoría Absoluta – Junior-2 – Junior-1 - Infantil](#)
 El tiempo de marcaje se efectuará desde **1 hora 30 minutos antes** del inicio de cada prueba **hasta 45 minutos antes** de la salida correspondiente.
- (2) [Categoría Master](#)
 El tiempo de marcaje se efectuará desde **1 hora 30 minutos antes** del inicio de cada prueba **hasta 45 minutos antes** de la salida correspondiente.
 Para esta categoría, también se podrá formalizar en la sesión de la mañana del sábado, desde las **12:00 hasta las 13:30 horas**.
- (3) [Briefing](#)
 Reunión previa con los/as nadadores/as antes de la salida de cada prueba.
 Una vez validado bañador en Cámara de Salidas, se efectuará una reunión para ultimar todos los detalles de la prueba con Dirección de Competición y el Juez Árbitro.

2.- PLANO GENERAL DE LA INSTALACIÓN – CIRCUITOS – DESCRIPCIONES DE RUTAS

ZONA COMPETICIÓN






CLUB NATACIÓ BANYOLES –Zonas–

- Organización – Control
- Secretaría del Campeonato - Competición
- Marcaje Dorsales Participantes
- Salida / Toma de Relevo
- Cámara de Salidas
- Pantalán de Avituallamiento
- Arco de Llegada - META
- Canal Entrenamiento 400 m.

CIRCUITO 5K-7.5K-10K






VUELTA	DESCRIPCIÓN RUTA			
	5K		7.5K	
	1ª	2ª	3ª	4ª
Boya (1) 2	220	2720	5220	7720
Boya-3	360	2860	5360	7860
Boya-4	1325	3825	6325	8825
Boya-5	1790	4290	6790	9290
META	2500	5000	7500	10000

CIRCUITO MASTER 3K





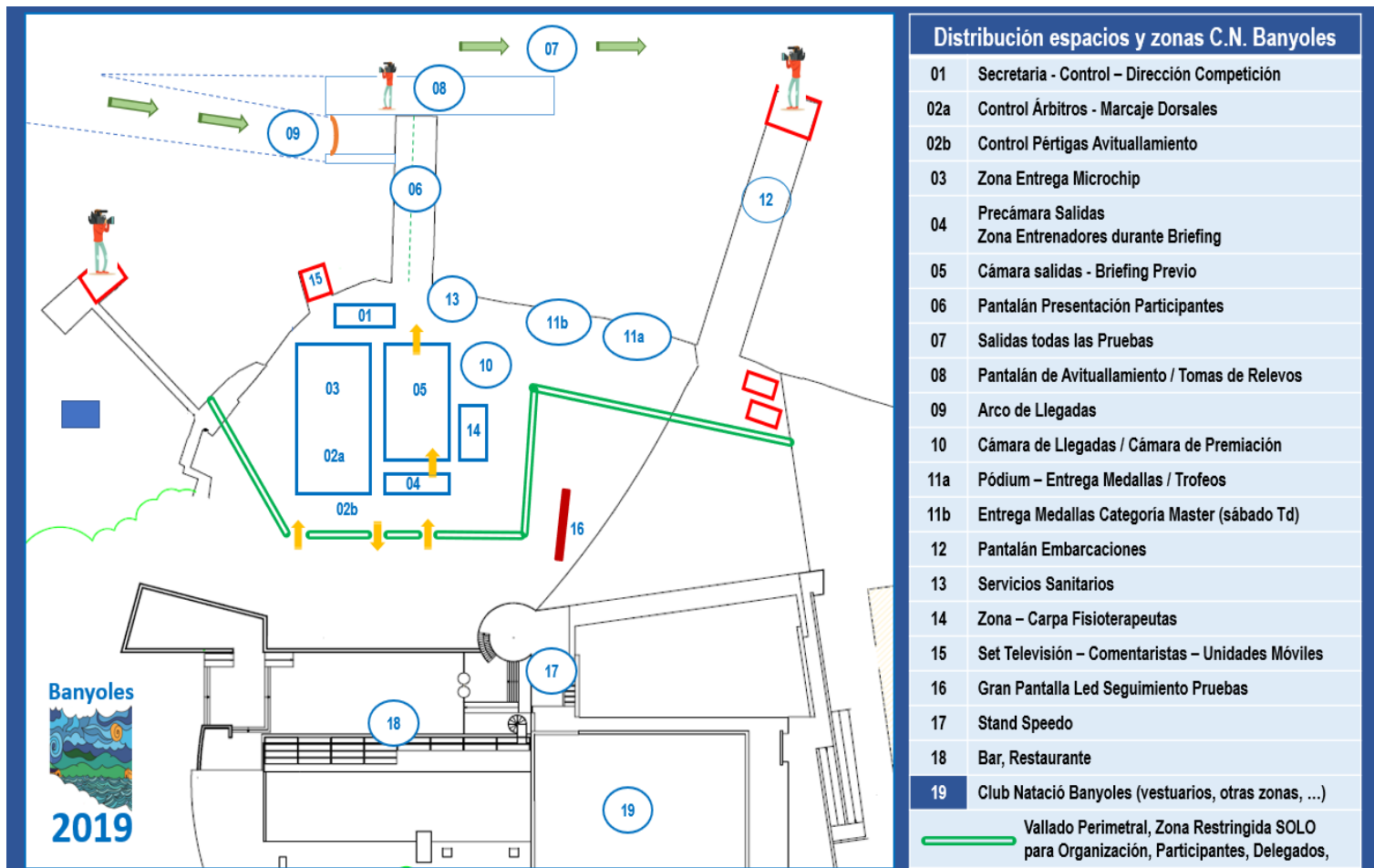

DESCRIPCIÓN RUTA	
3K	
VUELTA	1ª
Boya (1) 2	580
Boya-3	1825
Boya-4	2290
META	3000

CIRCUITO RELEVO 5K






DESCRIPCIÓN RUTA				
5K				
VUELTA	1ª	2ª	3ª	4ª
Boya (1) 2	220	1470	2720	3970
Boya-3	360	1610	2860	4110
Boya-4	755	2005	3255	4505
Boya-5	1030	2280	3530	4780
META	1250	2500	3750	5000



3.- ENTRENAMIENTOS y CALENTAMIENTOS PREVIOS

Disposición de dos zonas 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

Día	Sesión	Circuito "Estany" COMPETICIÓN	Circuito Anexo "Estany" Canal Entrenamiento +/- 400 metros
Jueves 13.Junio.2019	Mañana	Montaje Sede Competición, Circuitos	10:00 a 13:00 h.
	Tarde	Entrenamientos previos 18:00 a 19:30 h.	16:00 a 20:00 h.
Viernes 14.Junio.2019	Mañana	08:00 a 09:30 h.	08:00 a 14:00 h.
	Tarde	19:30 a 20:30 h.	16:00 a 20:00 h.
Sábado 15.Junio.2019	Mañana	08:00 a 09:00 h.	08:00 a 14:00 h.
	Tarde	15:30 a 16:30 h.	15:30 a 20:00 h.
Domingo 16.Junio.2019	Mañana	08:00 a 09:30 h.	08:00 a 12:00 h.

4.- REUNIONES TÉCNICAS

Día	Sesión	Lugar: CLUB NATACIÓ BANYOLES -Sala Reuniones-
Jueves 13.Junio.2019	Tarde	19:40 REUNIÓN PRUEBAS - 10 km, 7,5 km, 5 km, Relevos 5k
Sábado 15.Junio.2019	Mañana	11:30 REUNIÓN PRUEBAS - Categoría Master: 3k, Relevos 5k

15 minutos antes de cada salida de todas las pruebas, tanto en categoría masculina como femenina, se efectuará en la Cámara de Salidas una reunión previa -briefing- con las últimas instrucciones por parte de Dirección de Competición y el Juez Árbitro
 Para la categoría Master, la reunión previa se efectuará
15 minutos antes de cada una de las 7 salidas

5.- RECLAMACIONES

- Según lo dispuesto en el Reglamento General de la RFEN para Competiciones Nacionales, en su artículo nº 11, puntos 1.2.3 y 4.

6.- FICHAS DE BAJAS

- Se deberán entregar **hasta 60' minutos antes** del inicio de cada prueba.
- Para ello, es imprescindible utilizar el impreso facilitado por la organización, y rellenarlo en todos sus puntos, en especial la codificación del nadador/equipo (nº de prueba, distancia, sesión, ...), se hará únicamente en la Secretaría de Competición a:

Categorías Absoluta – Junior/2-1 – Infantil:	J. Jordi Cadens	Director Técnico de la Competición
Categoría Máster:	Sergio de la Calle	Director Técnico de la Competición

7.- FICHAS PRUEBAS DE RELEVOS

- Se entregarán en la Secretaría de Competición:
 - Categoría Máster: Hasta las **09:15 h.** del domingo, día 16 de junio.
 - Categoría Absoluta: Hasta las **10:45 h.** del domingo, día 16 de junio.
- La ficha de relevos deberá estar **DEBIDAMENTE CUMPLIMENTADA**, en especial EL ORDEN DE NADO, Nº DE LICENCIA, NOMBRE-APELLIDOS Y AÑO DE NACIMIENTO.

8.- MARCAJE DORSALES PARA CADA NADADOR/A:

- Se realizará en la zona de Secretaría de Competición.
- El marcaje del número para cada nadador/a se efectuará en ambos lados de la espalda (parte superior), brazos y manos.
- Para la **Categoría Master**, el marcaje se efectuará en espalda y brazos.
- Se avisará por megafonía los grupos para cada prueba, atendiendo el nº de dorsal adjudicado y los horarios establecidos.
- El tiempo límite de marcaje será **hasta 45 minutos antes** del inicio de la prueba correspondiente.

9.- PRE-CÁMARA Y CÁMARA DE SALIDA

- Pre-Cámara de Salidas (normativas F.I.N.A.)**
 Los nadadores deberán presentarse en la pre-cámara 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 pre-cámara y después de la reunión técnica – briefing- deberán esperar en la cámara de salidas hasta que se realice la presentación del nadador/a y acceder a la zona de salida de la prueba.

10.- NORMAS SOBRE UTILIZACIÓN DE BAÑADORES

- Se regulará atendiendo los acuerdos publicados por F.I.N.A. y R.F.E.N. (GR.5.4. FINA Swimwear rules, cláusulas BL 8)
 Periodo valido desde el 01 de enero de 2019 al 31 de diciembre de 2019.

11.- SALIDAS

- Para todas las pruebas, las salidas se realizarán desde dentro del agua en la zona destinada para tal efecto.
- 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', ...).

12.- PLATAFORMA-PANTALÁN DE AVITUALLAMIENTO

- La plataforma-pantalán de avituallamiento se utilizará para las pruebas de 10 km y 7,5 km, estará ubicada en el pantalán situado a continuación del arco de llegada.
- El acceso a la plataforma se activará para los dos días (viernes-14 y sábado-15) a partir de una vez efectuadas las salidas de la categoría femenina de ambas pruebas.
- MUY IMPORTANTE.- Solo se permitirá el acceso al pantalán de avituallamiento a un/a técnico/a o delegado/a por nadador/a que deberá estar en posesión de la cuota de actividad estatal en vigor para la actual temporada 2018-2019.**

13.- AVITUALLAMIENTO DURANTE LA PRUEBA

- El Estany de Banyoles es una zona protegida con un ecosistema natural, para ello, el avituallamiento tipo geles (chupetín) que se realice dentro del recorrido de cada prueba, los desechos (sobres, bolsas, ...) deberán ser incorporarlos de nuevo dentro del bañador con el fin de optimizar al máximo el buen funcionamiento y conservación de la biodiversidad.

14.- NORMAS SOBRE LA UTILIZACIÓN DE PERTIGAS EN LA PLATAFORMA DE AVITUALLAMIENTO

- Se regulará según normativa F.I.N.A. y R.F.E.N. (OWS – AA, 6.16) debiendo ser validadas en la zona de marcaje en los mismos horarios destinados a los nadadores.
http://www.fina.org/sites/default/files/2017_2021_ows_11102017_ok.pdf
- Una vez validadas las pértigas, se facilitará el distintivo para acceder a la plataforma de avituallamiento.

15.- 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 por la organización.

16.- CRONOMETRAJE

- Se realizará con el sistema de cronometraje microchip.
- La entrega del microchip se efectuará después el marcaje del número en cada participante.

17.- TIEMPOS LÍMITE

- Pruebas de 10k. – 7,5k. – 5k.**
- Según reglamento FINA de aguas abiertas 2017-2021.
- Norma AA. 6.6 LA CARRERA
AA 6.17.- En todas las pruebas, los límites de tiempo se aplicarán después de terminar el primer nadador atendiendo a:
15 minutos por cada 5 kmts. (o fracción) con un límite de 120 minutos
Infantil 5k * + 15' 00" del primer clasificado en cada categoría (masculina o femenina)
Junior-1 7,5k * + 30' 00" del primer clasificado en cada categoría (masculina o femenina)
Absoluto y Junior-2 10k * + 30' 00" del primer clasificado en cada categoría (masculina o femenina)
- Prueba de 3k. (categoría Máster)**
- Según reglamento FINA de aguas abiertas en la categoría Máster
- En todas las pruebas, los límites de tiempo se aplicarán después de finalizar el primer nadador masculino y femenino, en función de cada una de las salidas: límite 1h 30'.

18.- CEREMONIA DE ENTREGA DE MEDALLAS Y TROFEOS (todas las categorías)

- Se realizará según lo establecido en el programa del Campeonato.
- Los/as delegados/as, entrenadores/as, nadadores/as deberán estar muy atentos a la llamada por megafonía donde se avisará a los nadadores que han obtenido medalla y a la mayor brevedad posible deberán personarse en el lugar indicado (cámara de recompensas).
- Únicamente se realizará **dos llamadas** de aviso a los/as medallistas, y se iniciará la entrega, aunque falten nadadores/as en el momento de efectuarlas, pudiendo retirar los premios que no se hayan entregado, en la mesa de secretaría de competición una vez celebrada la ceremonia oficial.
- Las ceremonias de entrega de medallas y trofeos en caso de sufrir variaciones se indicarán oportunamente.

▪ **PREVISIÓN:**

Día	Sesión	Pruebas	Estimación de horarios
Viernes 14.Junio.2019	Mañana	5 km Absoluto Masculino / Femenino	≈ 13:45
		7,5 km Junior-1 Masculino / Femenino	
Sábado 15.Junio.2019	Mañana	5 km Infantil Masculino / Femenino	≈ 13:30
		10 km Absoluto Masculino / Femenino	
	Tarde	3 km – Categoría Máster Masculina	Al finalizar última prueba
		3 km – Categoría Máster Femenina	
Domingo 16.Junio.2019	Mañana	Relevo 5 km – Categoría Absoluta	≈ 11:20
		Entrega de Trofeos – Categoría. Absoluta	
		Relevo 5 km – Categoría Master	≈ 13:15
		Entrega de Trofeos – Categoría Master	

19.- CEREMONIA DE ENTREGA DE MEDALLAS – (solo categoría Master)

- Se habitará una zona para la entrega de medallas para la categoría Máster.
- Dichas entregas se realizarán una vez finalizadas todas las pruebas, previamente se anunciará por megafonía.
- Los nadadores premiados deberán identificarse presentado el DNI para poder recoger las medallas.
- Al finalizar la competición, se celebrará ceremonia de entrega de trofeos a los clubes ganadores.

20.- PRESENTACION EN EL PODIUM (categorías Absoluta, Junior e Infantil)

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

21.- ENTREGA DE RESULTADOS

- Se publicarán en la web del Campeonato aproximadamente media hora después de finalizar cada sesión.
- No se entregarán en formato papel.

22.- CONTROL ANTIDOPAJE

- La Agencia Española de Protección de la Salud en el Deporte (AEPSAD) será la encargada de la realización de controles.
http://www.rfen.es/publicacion/userfiles/dopaje_lo_que_debes_saber.pdf
- **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 - Catg. Absoluta-Junior-Infantil: J. Jordi Cadens
- Director Técnico de Competición RFEN - Catg. Master: Sergio de la Calle
- Director Técnico de Competición FCN: Fernando Ibáñez
- Responsable de Seguridad RFEN: Jordi Albuixech
- Gestión de Resultados RFEN: José Manuel Almarza
- Gestión de Resultados FCN: Jaume García – Anna López – Carlos Arab
- Cronometraje Electrónico Microchip: Championship
- Control Antidopaje: AEPSAD-Agencia Española Protección Salud Deporte
- Responsable Operaciones Estany: Jordi Toca
- Responsable Logística: Jordi Carretero
- Coordinación General CN Banyoles: Albert Busquets