

**CAMPEONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO y G5. OPEN PRIMAVERA**  
**Club Natació Sabadell, Piscina Can Llong - 50 metros – 10 calles**  
**Sabadell (Barcelona), 02.03.04.05.Marzo.2006**

## INSTRUCCIONES TÉCNICAS

### 1.- HORARIOS

	Jueves, 02	Viernes, 03	Sábado, 04	Domingo, 05
<b>Sesión Mañana</b>	09:30 - 12:35	09:30 - 11:50 13:55 L. Distancia	09:30 - 11:35	09:30 - 12:00
<b>Sesión Tarde</b>	17:30 - 19:45 Finales "A - B" TV Teledeporte	17:30 - 19:15 Finales "A - B" TV Teledeporte	18:15 - 19:55 Finales "B - A" TVE-2	17:15 - 19:05 Finales "A - B" TVE-2

### 2.- CALENTAMIENTOS

- **Piscina de Competición:** estará abierta **2:00 horas antes** del comienzo de cada sesión.
- Los calentamientos finalizarán **15 minutos** antes de iniciarse la sesión correspondiente.
- Los últimos **20 minutos** de calentamiento, la disposición de la piscina será la siguiente:

CALLES									
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
↓ Sprints 25 mts. Salidas Sprints 15 mts. ↑	↑ Sprints Series 50 mts ↓	Suave	Calentamientos, entreno, .....				Suave	↓ Sprints Series 50 mts ↑	↓ Sprints 25 mts. Salidas Sprints 15 mts. ↑
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

- Los nadadores evitarán agarrarse a las placas y corcheras.
- Rogamos la máxima colaboración para que la piscina se utilice como CALENTAMIENTO de los nadadores que participen en la misma.
- Al finalizar cada sesión, quedará 30' minutos como libre disposición de los participantes.
- **Piscina Anexa:** Estará abierta 2:00 horas antes del comienzo de cada sesión.
- Quedará como libre durante el desarrollo de la competición, según la disposición facilitada por el Club organizador.

### 3.- RECLAMACIONES

- Según lo dispuesto en el Reglamento General de la R.F.E.N. para Competiciones Nacionales, en su artículo nº 11, puntos 1.2.3 y 4.
- Los Delegados deberán indicar lo antes posible los errores que puedan detectar en los listados de salida.

### 4.- BAJAS

- Las bajas deberán hacerse, como máximo, **UNA HORA ANTES** del inicio de cada sesión, a excepción de las bajas para las pruebas de las sesiones de tarde -finales-.
- **Bajas para finales - Nadadores reservas:** las bajas para finales de pruebas celebradas en las sesiones de mañana y con el fin de cubrir las plazas de reservas, se deberán entregar, como máximo **MEDIA HORA (30' minutos) DESPUÉS** de finalizar la sesión de la mañana correspondiente.
- Quedarán como nadadores/as reservas los puestos 17 y 18 de las clasificaciones en las pruebas eliminatorias.
- Para ello, es imprescindible utilizar el impreso facilitado por la organización, y rellenarlo en todos sus puntos, en especial la codificación del nadador o equipo (Nº de Prueba, Serie y Calle), se hará **UNICAMENTE** en la Mesa del Jurado, al Director de Competición, Sr. J. Jordi Cadens.

## **5.- CAMARA DE SALIDA**

- Los nadadores deberán presentarse en la cámara de salidas 3 series antes para las pruebas de 50-100 y 200 m., dos series antes para las pruebas de 400 y una serie antes de 800-1500 y 10000.

## **6.- SALIDAS y LLEGADAS (en todas las sesiones)**

- **Sesiones de mañana:** Para todas las pruebas individuales, los/as nadadores/as deberán permanecer dentro del agua hasta que se produzca la salida de la siguiente serie, con excepción de las pruebas de espalda. Una vez efectuada la salida de la siguiente serie, deberán abandonar la piscina por los laterales a la mayor brevedad posible.
- **Sesiones de tarde:** **Salidas** - Sistema habitual (desfile, presentación, .....)

## **7.- PRUEBAS DE 800, 1.500 y 10000 METROS**

- 800 y 1500 mts.: Se indicarán, en el lado opuesto a la salida, el número de largos que quedan por recorrer. Los últimos 100 mts. se señalarán con campana.
- 10000 mts.: Se podrá indicar en los laterales de la piscina. A cada equipo con nadador/a inscrito/a se les facilitará los indicadores para cada 1000 mts. Los últimos 100 mts. se señalarán con campana.

## **8.- RESULTADOS EN EL MARCADOR ELECTRONICO**

- Debido a toques defectuosos, posibles fallos, descalificaciones, etc. los resultados que aparezcan en el marcador, no podrán considerarse en ningún caso oficiales, hasta que el Juez Arbitro haya dado el visto bueno.
- Los nadadores evitarán SUBIR POR ENCIMA DE LAS PLACAS, abandonando la piletta por las escaleras laterales.

## **9.- RECORDS Y MEJORES MARCAS**

- Se anunciarán por megafonía en el momento de producirse la mejora ó igualdad, y figurarán en los Resultados Oficiales.

## **10.- ENTREGA DE MEDALLAS**

- Se realizará según lo establecido en el programa de este Campeonato:  
Sesiones de mañana: Categoría G5, excepto 800 y 1500 libre. Solo nacional.  
Sesiones de tarde: Categoría Absoluta Open y 800-1500 categoría G5.
- Los delegados deberán estar muy atentos a la llamada por megafonía para enviar a los deportistas premiados al lugar indicado (cámara de recompensas).
- Únicamente se realizará **DOS LLAMADAS** de atención a los vencedores, y se comenzará la misma aunque falten nadadores en el momento de efectuarla, pudiendo retirar los premios que no se hayan entregado, en la Mesa de Secretaría una vez celebrada la ceremonia oficial.

## **11.- PRESENTACION EN EL PODIUM**

- Los nadadores deberán presentarse en el podium con el chándal completo de su equipo.
- Los Delegados, Entrenadores y Nadadores deberán estar atentos a la llamada de megafonía para la ceremonia de entrega de medallas.
- Estas ceremonias pueden sufrir algunas variaciones, que se indicarán oportunamente.

## **12.- ENTREGA DE RESULTADOS**

- Se hará aproximadamente media hora después de finalizar cada sesión, y contra la entrega del cupón correspondiente en la oficina de resultados habilitada al efecto.
- Si algún Club desea marcharse antes de la entrega de resultados de la última sesión, para poder recibir los mismos, deberá entregar en la Secretaría de la Organización un sobre con su dirección debidamente franqueado, introduciendo el/los cupones correspondientes.

## **13.- CONTROL ANTIDOPAJE**

- Se regulará atendiendo a las normas específicas de doping de la Real Federación Española de Natación y de la F.I.N.A.