



Real Federación Española de Natación  
Comité Nacional de Árbitros  
Vocalía de Natación

## **CIRCULAR TÉCNICA Nº 1 – TEMPORADA 2011 / 2012**

### **INTERPRETACIÓN ESTILO BRAZA**

El 7 de marzo de 2012, FINA publicó una interpretación de la regla de braza que cubre el inicio de la tracción de la brazada, para que sirva como criterio de aplicación homogéneo ante la diferencia de criterio establecida en algunas Federaciones. Esta interpretación también se aplica para juzgar correctamente la sincronización de la única patada de mariposa permitida que debe de seguir al inicio de la tracción de la brazada.

N.7.1.-Después de la salida y después de cada viraje, el nadador puede dar una brazada completa atrás hacia las piernas durante el cual el nadador puede estar sumergido. Se permite una única patada de mariposa durante la primera brazada, seguida de una patada de braza.

#### **Interpretación: La primera brazada comienza con la separación de las manos**

N.7.2. Desde el comienzo de la primera brazada, después de la salida y después de cada viraje, el cuerpo se mantendrá sobre el pecho. No está permitido girar sobre la espalda en ningún momento. Desde la salida y durante toda la carrera el ciclo del estilo debe ser una brazada y una patada en ese orden. Todos los movimientos de los brazos serán simultáneos y en el mismo plano horizontal sin movimientos alternativos

#### **Interpretación: Una pausa después de la separación de las manos no es una violación de la regla**

- 1.- Esta interpretación requiere que exista una "separación visible" para iniciar la tracción de la brazada. Ninguna otra acción iniciará la tracción de la brazada.*
- 2.- Esta interpretación requiere una separación adicional, si el nadador inicia la salida o sale de la pared después del viraje con las manos ya separadas.*

#### **ESTAS INTERPRETACIONES NO SIGNIFICAN NINGUN CAMBIO EN EL REGLAMENTO, SIMPLEMENTE FIJAN UN CRITERIO DE INTERPRETACIÓN DEL MISMO,**

Nosotros, hasta ahora, al no haber ninguna interpretación oficial de FINA, teníamos establecido el criterio de aplicación de la LEN, que mantenía que el movimiento de la brazada tenía que ser continuado, es decir sin interrupción alguna.

FINA decide aplicar la versión americana: "dejar que se pueda interrumpir la brazada", eso si una vez iniciada de forma clara.

A partir de este momento, es el criterio que aplicaremos a la hora de juzgar en las piscinas.

Vocal Natación CNA