

XORNADAS GALEGAS DE SINCRONIZADA DE BASE

Tempada 2012 - 2013 - Circular 12-30.

1. ORGANIZACIÓN, FECHAS Y SEDES.

Constara de 3 jornadas. La 1ª y 2ª Jornadas serán de Figuras y la 3ª de Rutina libre y Rutina combinada. Se celebrará cada una en la fecha y sede establecida en el calendario de natación sincronizada para la presente temporada.

2. PARTICIPACIÓN.

Podrán participar todos los deportistas de la categoría de BASE, sin distinción de género, que tengan la licencia federativa en vigor.

3. PREINSCRIPCIONES

Un mes antes del inicio de la competición, los clubes deberán enviar por correo electrónico (inscripciones@fegan.org) a la FEGAN la Preinscripción, en la que se indicará el número previsto de participantes con objeto de elaborar el horario y programa de la competición y que se comunicará a todos los interesados, para una mejor organización de cada competición.

4. INSCRIPCIONES.

Deberán enviarse QUINCE DÍAS NATURALES ANTES de la fecha de inicio de la competición a la dirección de correo electrónico (inscripciones@fegan.org). La FEGAN confirmará en los 3 días siguientes por correo electrónico la recepción de las inscripciones, y los posibles errores. Los clubes tendrán 2 días para subsanar dichos errores. Una vez finalizado este plazo, se enviará a los clubes la inscripción definitiva.

Los clubes participantes deberán enviar antes de la fecha límite las fichas de inscripción en donde figuren todos los datos de cada participante incluyendo nombre, apellidos, licencia, club al que pertenecen, año de nacimiento y categoría. Para ello usarán el modelo oficial.

No se admitirá ninguna inscripción que sea presentada fuera de plazo.

5. CATEGORÍAS DE PARTICIPACIÓN.

Base I: niñas/os nacidas hasta el año 2003 y que hayan superado las pruebas de la Guía 2

Base II: niñas/os nacidas hasta el año 2002 y que hayan superado las pruebas de la Guía 3

Base III: niñas/os nacidas hasta el año 2001 y que hayan superado las pruebas de la Guía 4

Base IV: niñas/os mayores de 12 años y que hayan superado las pruebas de la Guía Alevín 1

Las guías serán pasadas en los clubes por las entrenadoras con el consiguiente grado de compromiso y seriedad en el paso de las mismas.

6. ORGANIZACIÓN.

No hay limitación de participación en las competiciones de figuras.

Se intentará que cada jornada de figuras se realice en una única sesión.

En la tercera jornada, cada club podrá inscribir dos rutinas por categoría siempre que la primera esté completa, es decir, una Rutina libre de ocho (8) nadadoras y/o una Rutina combinada de diez (10) nadadoras.

El horario de comienzo será en función de la disponibilidad de la piscina del club organizador y del número de participantes que haya.

Una hora antes del inicio de la sesión, la piscina deberá estar a disposición de las nadadoras para realizar el calentamiento. Diez minutos antes del inicio de la competición, las participantes y entrenadoras deberán abandonar el vaso y la playa de la piscina.

El Comité Gallego de Árbitros convocará el Jurado de la Competición.

La entidad organizadora dispondrá del personal necesario para ayudar en el desarrollo de la competición.

Durante la competición, las deportistas deberán estar acompañadas por una persona del club, responsable del equipo y que esté en posesión de la correspondiente licencia federativa, ya sea de técnico o de directivo. Dicha persona será la única representante del club durante la competición para todos los efectos. Durante el periodo de calentamiento, un delegado de cada club confirmará la inscripción de sus nadadoras, comunicando las bajas por escrito (según modelo oficial) y presentará la acreditación de delegado.

7. SORTEO.

Se celebrarán en la FEGAN, públicamente, comunicándose previamente a los interesados.

Los sorteos del orden de actuación de figuras y rutinas se efectuarán según el reglamento FINA y 48 horas antes del inicio de la primera sesión.

La FEGAN enviará por correo electrónico a cada uno de los Clubes participantes una relación del sorteo del orden de participación de todas las inscripciones.

En la reunión de delegados se entregará una copia del orden de participación.

8. RESULTADOS.

La FEGAN enviará por correo electrónico a cada una de las entidades participantes un juego de resultados completos. Esta información se incluirá también en la Web de la FEGAN.

9. CLASIFICACIÓN.

Clasificación Individual: Existirá una clasificación individual de figuras por categoría, una vez realizadas las dos jornadas de figuras.

La clasificación se obtendrá por la suma de las puntuaciones obtenidas en las cuatro figuras, aplicando los correspondientes coeficientes de dificultad.

Para la rutina libre, la puntuación de cada categoría se obtendrá de la suma de las Figuras y rutina, es decir, el 50% de la media de la puntuación de las dos jornadas de figuras + el 50% de la puntuación de la Rutina libre. Para la Rutina combinada (combo), la puntuación es el 100% de la rutina para cada categoría.

10. ENTREGA DE PREMIOS.

Se entregarán medallas de la FEGAN a las tres primeras clasificadas en figuras de cada categoría, y a los tres primeros clubes clasificados en la Rutina Libre Combinada y Rutina Libre. La entrega de medallas se hará al finalizar la 3ª Jornada. También se entregará en esta jornada el Trofeo al Mejor Club de Base.

JORNADA 1ª Y 2ª. FIGURAS

FÓRMULA DE COMPETICIÓN.

Se realizarán 2 figuras en cada jornada:

CATEGORÍA	Jornada 1	Jornada 2
BASE I	<ul style="list-style-type: none"> · Vela alterna. · Mortal espalda encogido. 	<ul style="list-style-type: none"> · Pierna de Ballet simple. · Kip a tobillos.
BASE II	<ul style="list-style-type: none"> · Kipnus tobillo. · Pierna de ballet simple. 	<ul style="list-style-type: none"> · Neptuno · Mortal de espalda en carpa.
BASE III	<ul style="list-style-type: none"> · Mortal submarino. · Kip. 	<ul style="list-style-type: none"> · Paseo de frente. · Barracuda
BASE IV	<ul style="list-style-type: none"> · Mortal submarino. · Kip. 	<ul style="list-style-type: none"> · Paseo de frente · Barracuda.

A efectos de puntuación, para las figuras, el coeficiente de dificultad es el asignado en el reglamento. Para las

que no lo tienen, dicho coeficiente de dificultad será de 1,0.

La no participación por un nadador/a en alguna de las jornadas de figuras, supondrá puntuación 0 en dicha jornada. En caso de que una nadadora participe en una jornada y sólo pudiese realizar una figura, la puntuación de esa jornada será la conseguida en esa figura. La no realización de la otra figura supone un cero en la que no se ha hecho.

JORNADA 3ª. RUTINA LIBRE Y RUTINA LIBRE COMBINADA

COMPOSICIÓN MUSICAL.

Las músicas utilizadas (o fragmentos musicales) se presentaran en formato CD para su utilización en la competición. Cada club advertirá del formato que va a utilizar en la inscripción.

Cada rutina debe llevar un CD independiente, debidamente identificado: nombre del club, tipo de rutina (sólo, dúo, equipo, combinada), orden de participación e identificación de la rutina (A,B,C ... cuando proceda), y ser probado antes de la competición. Los clubs llevarán una copia a mayores por si hubiera fallos en la reproducción del CD.

FÓRMULA DE COMPETICIÓN.

En Rutina Libre, cada Club podrá participar con dos (2) equipos por categoría siempre que el primero de ellos esté completo (8 nadadoras), con las penalizaciones que contempla el reglamento.

La duración de las rutinas se establece en función de las categorías:

- Base I – 2.30 min.
- Base II – 2.45 min.
- Base III – 3.00 min.
- Base IV – 3.15 min.
-

En Rutinas Combinadas cada club podrá participar con dos (2) equipos por categoría, siempre que el primero de ellos esté completo (10 nadadoras).

Tanto la Rutina libre como la Rutina combinada de base IV, se podrán completar con nadadoras de base III.

Dependiendo de la categoría, las Rutinas Combinadas tendrán que incluir una serie de elementos técnicos que se enumeran a continuación en la tabla adjunta.

La duración de las Rutinas se establecen en función de las categorías y se resumen en la tabla adjunta.

Categoría	Duración	Elementos
BASE I	2.45 min.	Una parte de la rutina ha de ser de 3 o menos nadadoras Una parte de la rutina ha de ser de entre 4 y 12 nadadoras Una formación en círculo. Realizar la figura <i>Pierna de Ballet</i> (ritmo que se quiera) en una de las partes de equipo de 4 a 12. Realizar un mortal de espalda encogido (a ritmo rápido) en cualquiera de las partes. Una secuencia de 4 kit pull en cualquiera de las partes. Una secuencia combinada de eggbeater y pies de crol lateral en cualquiera de las partes. El conjunto de las partes de la rutina se hará en el orden que se quiera.
BASE II	3.00 min.	Una parte de la rutina ha de ser de 3 o menos nadadoras Una parte de la rutina ha de ser de entre 4 a 12 nadadoras

		<p>Una formación en círculo.</p> <p>Realizar la figura <i>Neptuno</i> (ritmo que se quiera) en una de las partes de equipo de 4 a 12.</p> <p>Realizar la figura Pierna de Ballet + bolita en cualquiera de las partes.</p> <p>Una secuencia de eggbeater con combinación de al menos un brazo arriba en cualquiera de las partes.</p> <p>Un Boost sin brazos en cualquiera de las partes.</p> <p>El conjunto de las partes de la rutina se hará en el orden que se quiera.</p>
BASE III	3.15 min.	<p>Una parte de la rutina ha de ser de 3 o menos nadadoras.</p> <p>Una parte de la rutina ha de ser de entre 4 a 12 nadadoras.</p> <p>Una formación en línea en una de las partes de equipo de 4 a 12. Si la parte es de 4 a 6 nadadoras: 1 línea. Si la parte es entre 7 y 12 nadadoras: 2 líneas.</p> <p>Al menos, 1 plataforma, torre o salto.</p> <p>En la parte de equipo de 4 a 12, se realizará un híbrido (figura) que contenga las posiciones básicas de carpa, Helicóptero, Grua y Flamenco rodilla doblada, en el orden que se quiera siempre y cuando LAS POSICIONES BÁSICAS ESTÉN CLARAMENTE DEFINIDAS.</p> <p>Un híbrido (figura) que contenga una Bolita y una Vertical con bajada a tobillos y ejecución de medio giro en el orden que se quiera siempre y cuando LAS POSICIONES Y LOS MOVIMIENTOS ESTÉN CLARAMENTE DEFINIDOS.</p> <p>Una secuencia de eggbeater con combinación de dos brazos arriba en cualquiera de las partes.</p> <p>Un Boost con un brazo arriba en cualquiera de las partes.</p> <p>El conjunto de las partes de la rutina se hará en el orden que se quiera.</p>
BASE IV	3.30 min.	Ídem Base III

A Coruña, 28 de setembro de 2012

Secretaría Xeral FEGAN