

## XLIX CAMPEONATO de ESPAÑA ABSOLUTO de INVIERNO P25

Piscina: Son Hugo, 50 mts., 10 calles

Palma de Mallorca, 15.16.17.18.Diciembre.2005

### INSTRUCCIONES TÉCNICAS

#### 1.- HORARIOS

	Jueves, 15	Viernes, 16	Sábado, 17	Domingo, 18
Sesión Mañana	09:30 – 12:00	09:30 – 11:53	09:30–11:50 (14:10)	09:30 – 11:26
Sesión Tarde	17:30 – 20:07	17:30 – 19:38	17:30 – 19:43	16:30 – 19:06

#### 2.- CALENTAMIENTOS

**Piscina de competición:** estará abierta 2:00 horas antes del inicio de cada sesión.

Los calentamientos finalizarán **15 minutos** antes del comienzo la sesión correspondiente.

Los últimos **20 minutos** de calentamiento, la disposición de la piscina será la siguiente:

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

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 en las sesiones correspondientes

Al finalizar cada sesión y durante 30 minutos, esta piscina quedará como libre disposición para todos los participantes.

**Piscina anexa-calentamientos:** 25 mts. estará abierta 2:00 horas antes del inicio de cada sesión.

Durante el desarrollo de la competición, quedará como libre disposición para todos los participantes en las zonas asignadas por la organización.

#### 3.- RECLAMACIONES

Según lo dispuesto en el Reglamento General 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 la relación de series.

#### 4.- BAJAS

Las bajas deberán entregarse, como máximo, **UNA HORA ANTES** del inicio de cada sesión.

Para ello, es imprescindible utilizar el impreso facilitado por la organización, y rellenarlo en todos sus puntos, en especial la codificación del nadador ó equipo (Nº de Prueba, Serie y Calle), se hará UNICAMENTE al Director del Campeonato: 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 relevos.

#### **6.- SALIDAS y LLEGADAS**

**Sesiones de mañana** (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 y relevos. Una vez efectuada la salida de la siguiente serie, deberán abandonar la piscina por los laterales a la mayor brevedad posible.

**Sesiones de tarde** (pruebas individuales y relevos): Los/as nadadores/as al finalizar su prueba deberán abandonar la piscina por los laterales a la mayor brevedad posible con el fin de poder dar la salida de la siguiente serie.

#### **7.- PRUEBAS DE 800 Y 1.500 M.**

Se indicarán, en el lado opuesto a la salida, el número de largos que quedan por recorrer. Los últimos 50 m. se señalarán con campana.

#### **8.- PRUEBAS DE RELEVOS (FICHAS)**

**30' ANTES DEL INICIO DE CADA SESION**, se entregarán en la Mesa del Jurado, con el fin de efectuar las comprobaciones necesarias e introducir los datos en el ordenador.

La ficha de relevos deberá estar DEBIDAMENTE CUMPLIMENTADA, en especial EL ORDEN DE NADO, N° DE LICENCIA, NOMBRE-APELLIDOS Y AÑO DE NACIMIENTO.

La R.F.E.N. se reserva el derecho de no publicar los nombres de los nadadores que componen el equipo de relevos, si no se cumplen estas instrucciones.

#### **9.- 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 pileta por las escaleras laterales.

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

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

#### **11.- ENTREGA DE MEDALLAS**

Se realizará según lo establecido en el programa de este Campeonato:

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.

#### **12.- 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, en caso de sufrir variaciones, se indicarán oportunamente.

#### **13.- ENTREGA DE RESULTADOS**

Se harán aproximadamente entre 20' y 30' 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.

#### **14.- CONTROL ANTIDOPING**

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