

NORMATIVA XERAL DE NATACIÓN SINCRONIZADA

Tempada 2008 - 2009 - Circular 08-25

GRUPOS DE DOMINIO DA ESPECIALIDADE

- **Promoción:** nenas e nenos de calquera idade, que empezan a aprender esta modalidade deportiva e aínda non dominan as habilidades específicas. O seu obxectivo inmediato é aprender e gozar do deporte. Para a FEGAN o obxectivo é dar a coñecer a especialidade e aumentar o número de practicantes a través de escolas.

- **Base:** nenas que xa coñecen a especialidade (superaron as probas do nivel I da RFEN) e queren progresar no dominio das habilidades específicas. O seu obxectivo inmediato é mellorar o dominio das técnicas de natación sincronizada e aspirar, as que así o desexen, a superar os niveis que determina a RFEN. Para a FEGAN o obxectivo é aprender a competir na especialidade e desenvolver a actividade dos clubs.

- **Nivel:** nadadoras que teñen un dominio das habilidades específicas da especialidade (superaron as probas de nivel II en categoría alevín, o nivel III no resto de categorías). O seu obxectivo inmediato é competir e, se así o desexen participar en campionatos nacionais (se teñen o nivel esixido pola RFEN para a súa categoría). Para a FEGAN o obxectivo é aprender a adestrar para obter rendemento nas competicións dentro e fóra da Comunidade Autónoma de Galicia, dando proxección nacional aos clubs galegos.

Para poder situar ás nadadoras e practicantes no nivel que lles corresponde a FEGAN utiliza como ferramenta os Controis de Nivel tal e como os diseña a RFEN (publicados na súa páxina web) e réxese pola súa normativa. Unha mesma nena pode ascender de "categoría" dentro da tempada se supera os niveis esixidos, pero non ao revés. Polo tanto:

Niveis I e II:

Para pasar os niveis I e II cada club convocará a tres xuíces ou adestradores (coa licenza en vigor) e realizará as probas correspondentes na data e instalación que considere máis oportunas, previa comunicación á FEGAN (para que se coñeza a actividade por se hai xuíces en prácticas). Unha vez obtidos os resultados enviará as follas das nadadoras que obteñan o APTO para que quede constancia do seu resultado na FEGAN e se envíe a copia correspondente á RFEN.

O calendario de devanditas convocatorias (poden ser máis dunha na tempada) decídeo cada club, pero recomendase que sexa anterior á celebración das xornadas de control de niveis convocadas pola FEGAN. Os custos de arbitraje, se os houberse, correrán a cargo do club.

Probas de Natación dos niveis:

As probas de natación con tempo cronometrado pódense facer o mesmo día ou por separado do resto de probas do nivel. Se se fan nunha competición de natación, deberase presentar un certificado do resultado obtido en calquera competición oficial de natación celebrada durante a presente tempada. Para participar en devanditas probas deberase facer unha solicitude á FEGAN que indicará a que competición se poderá dirixir a nadadora. A normativa das probas de natación será a mesma que para calquera nadador.

1ª Xornada de Control de Niveis (III, IV, V e VI):

Cada club que queira presentar ás súas nadadoras a este control de niveis deberá enviar as follas de puntuación, debidamente cumprimentadas, á FEGAN cunha semana de antelación, indicando claramente se se presenta ao nivel completo ou xa ten superada unha parte (as probas de natación).

Cada nadadora, que xa teña superado o nivel II, deberá realizar as probas que compón o nivel ao que aspira (soamente poderase aspirar a un nivel en cada convocatoria). As probas de natación con tempo cronometrado poderanse realizar con anterioridade ou a posteriori, en competición oficial.

Celebrarase en decembro de 2008 (antes das vacacións de Nadal e dos campionatos nacionais de inverno). Contará cun panel de dous xuíces autonómicos e un nacional (incluíranse dous xuíces máis en prácticas, como mínimo).

2ª Xornada de Control de Niveis (III, IV, V e VI):

Cada club que queira presentar ás súas nadadoras a este control de niveis deberá enviar as follas de puntuación debidamente cumprimentadas á FEGAN cunha semana de antelación indicando claramente se se presenta ao nivel completo ou xa ten superada unha parte (as probas de natación ou as demais probas do nivel). No caso de ser a segunda vez que unha nadadora aspira ao mesmo nivel a súa folla xa estará feita e non haberá que repetila.

Cada nadadora, que xa teña superado o nivel II, deberá realizar as probas que compón o nivel ao que aspira (soamente poderase aspirar a un nivel en cada convocatoria). As probas de natación con tempo cronometrado poderanse realizar con anterioridade ou a posteriori, en competición oficial.

Celebrarase en marzo de 2009 (antes dos campionatos galegos e os campionatos nacionais de verán). Contará cun panel de dous xuíces autonómicos e un nacional (incluíranse dous xuíces máis en prácticas, como mínimo).

3ª Xornada de Control de Niveis (III, IV, V e VI):

Cada club que queira presentar ás súas nadadoras a este control de niveis deberá enviar as follas de puntuación debidamente cumprimentadas á FEGAN cunha semana de antelación indicando claramente se se presenta ao nivel completo ou xa ten superada unha parte (as probas de natación ou as demais probas do nivel). No caso de ser a segunda vez que unha nadadora aspira ao mesmo nivel a súa folla xa estará feita e non haberá que repetila.

Cada nadadora, que xa teña superado o nivel II, deberá realizar as probas que compón o nivel ao que aspira (soamente poderase aspirar a un nivel en cada convocatoria). As probas de natación con tempo cronometrado poderanse realizar con anterioridade ou a posteriori, en competición oficial.

Celebrarase en xuño de 2009. Contará cun panel de dous xuíces autonómicos e un nacional (incluíranse dous xuíces máis en prácticas, como mínimo).

ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN

Inclúen todo tipo de Trofeos, Exhibicións, Encontros... que cada club/escola queira organizar ao longo da tempada, sendo este responsable de toda a xestión e organización, así como correndo cos gastos que se deriven da mesma. Estas actividades non poderán coincidir con probas do calendario oficial da FEGAN. Recomendase que ditas actividades non repitan o formato das competicións oficiais.

COMPETICIÓN DE BASE

As competicións de base están dirixidas ás nadadoras que comezan a practicar a Sincro de xeito regular nun club, e que xa superaron o nivel I (segundo a normativa da RFEN).

1.- Organización

1.1. As datas serán as que figuran no calendario.

1.2. As inscricións das nadadoras participantes, nos formularios oficiais debidamente cubertos por cada club, deberán estar na sede da FEGAN con 10 días de antelación.

1.3. As sedes deberán ser solicitadas polos clubs interesados e aprobadas na Asemblea Xeral da FEGAN.

1.4. Horarios: as competicións realizaranse en dúas xornadas (mañá e tarde), preferentemente en sábado. O horario de comezo da competición será ás 11.00 horas pola mañá e ás 17.00 horas pola tarde.

1.5. Unha hora antes do inicio da sesión a piscina deberá estar a disposición das nadadoras para realizar o quecemento. Dez minutos antes do inicio da competición as participantes e adestradores deberán abandonar o vaso e a praia da piscina.

1.6. O Comité Galego de Árbitros disporá o Xurado da Competición (formado por cinco xuíces, un secretario de mesa e un xuíz árbitro, máis tres xuíces en prácticas se os houbera). A entidade organizadora disporá o persoal necesario para axudar no desenvolvemento da competición.

1.7. Na sede da FEGAN realizarase o sorteo dos grupos de figuras optativas, cando corresponda, con 15 días de antelación.

1.8. Na sede da FEGAN, unha vez finalizado o prazo de inscrición, realizarase o sorteo da orde de participación 48 horas antes do inicio da competición.

1.9. Durante o quecemento, un delegado de cada club confirmará a inscrición das súas nadadoras, comunicando as baixas por escrito (segundo modelo oficial).

2. Categorias de participación de base

Base 1: Nacidas no ano 1997 e posteriores (12 anos e menores)

Base 2: Nacidas no ano 1996 e anteriores (maiores de 12 anos).

O único requisito para participar nesta competición é ter a licenza federativa e ter superado as probas de Nivel I

3. Inscripcións

3.1 Segundo modelos oficiais:

- Relacións nominais:

- Cubrirase unha relación nominal por categoría (base 1 ou base 2), indicando a categoría con claridade.

- Cubriranse debidamente os diferentes campos.

- Deberán remitirse á FEDGAN no prazo correspondente, asinadas e seladas.

- Fichas individuais:

- Incluiranse con todos os datos completamente cubertos.

É responsabilidade de cada club cubrir os formularios correspondentes, indicando claramente cada modalidade de participación (figuras, equipos ou combos) e cada categoría (base 1 ou base 2). Se un equipo ou un combo mestura nadadoras das dúas categorías, inmediatamente compite na superior, é dicir, en base 2. Neste caso a nadadora de base 1 executará as figuras que corresponden á súa categoría, pero competirá nas rutinas na categoría de base 2.

3.2 As inscricións deben estar na FEDGAN con dez días de antelación á celebración da competición, como mínimo.

3.3 As participantes, os seus adestradores e delegados de club deberán estar en posesión da licenza federativa en vigor para a presente tempada.

3.4 Excepcionalmente, as escolas ou agrupacións de recente creación poderán participar sen ter a licenza de club. Esta medida só se poderá aplicar o primeiro ano de participación, pero non evita que cada nadadora participante teña a súa licenza persoal en vigor.

4. Fórmula de competición

Competicións:

As tres competicións, que son independentes, terán o seguinte formato:

4.1 Xornada de figuras: cada nadadora deberá realizar as dúas figuras obrigatorias da súa categoría:

Base 1 – Figuras obrigatorias da categoría alevín.

Base 2 – Figuras obrigatorias da categoría infantil.

O resultado desta competición será a suma das puntuacións obtidas en cada figura (aplicando os correspondentes coeficientes de dificultade). Cada club poderá presentar tantas nadadoras como queira, que teñan superado o nivel I. Só se entregarán diplomas acreditativos ás tres primeiras de cada categoría.

Celebrarase en xaneiro de 2009. Panel de cinco xuíces (polo menos tres territoriais e dúas poden ser “en prácticas”). Se houberse moitas inscricións podería convocar a cada categoría en horarios diferentes.

4.2 Xornada de rutinas técnicas de equipo: cada club poderá presentar polo menos unha rutina de equipo (mínimo 4 nadadoras e máximo 8, con penalización de 0,5 por cada nadadora de menos das 8) que deberá realizar unha rutina que inclúa:

- un percorrido mínimo dun longo de piscina (25 m)

- unha duración de dous minutos (con 15 segundos de marxe de máis ou de menos), e cumprindo a norma NS14

- tres formacións diferentes.

- unha acción de brazos en “cadencia” (movementos idénticos realizados secuencialmente un a un por todos os membros do equipo).

- dúas figuras escollidas entre as seis dos grupos opcionais das categorías alevín, se o equipo é de base 1, ou infantil, se é de base 2 (indicando na inscrición as figuras elixidas).

Nesta competición soamente se entregaran diplomas acreditativos do posto obtido en cada categoría (equipo base 1 e equipo base 2).

Celebrarase en abril de 2008. Panel de cinco xuíces (polo menos tres territoriais e dous poden ser “en prácticas”).

4.3 Campionato Galego de Base de Natación Sincronizada:

Cada nadadora deberá realizar as dúas figuras obrigatorias da súa categoría e as dúas correspondentes ao grupo opcional que saia no sorteo (celebrado con 15 días de antelación na sede da FEDGAN).

E, ademais, cada club deberá participar, como mínimo, cunha rutina de equipo (entre catro e oito nadadoras, con

penalización de 0,5 por cada nadadora de menos das 8) ou unha combinada (a partir de catro nadadoras e sen límite superior).

Non se contempla a presentación de sos nin de dúos. Recoméndase, no caso de ter nadadoras de diferente nivel, que se prepare un bo combo coas partes correspondentes de dúos e sos. A duración das rutinas terá como referencia o indicado no regulamento, cumprindo a norma NS14.

Límites de tempo máximo para as rutinas:

	BASE 1	BASE 2
EQUIPO	2.30	3.00
COMBO	3.00	4.00

Celebrarase en xuño de 2009. Panel de cinco xuíces territoriais como mínimo e un Xuíz árbitro, podendo haber xuíces en prácticas

5. Puntuacións e clasificacións

5.1. As tres competicións son independentes. Cada nadadora pode participar nunha, dúas ou as tres ao longo da tempada.

5.2. No Campionato Galego de Base haberá unha clasificación final por categorías e modalidade (sumando os resultados das puntuacións de figuras 50% e rutina 50%, salvo o combo que é o 100%). É dicir: Equipo de Base 1, Combo de Base 1 ou Equipo de Base 2, Combo de Base 2.

5.3 Para os clubs farase unha clasificación final establecida de acordo coa suma total dos postos obtidos ao longo das tres competicións da tempada nas diferentes modalidades e categorías. Devandita clasificación darase a coñecer no Campionato Galego.

CLASIFICACIÓN	FIGURAS	R. TÉCNICA	EQUIPO	COMBO
1ª clasificada	24	24	36	72
2ª clasificada	22	22	33	66
3ª clasificada	20	20	30	60
4ª clasificada	18	18	27	54
5ª clasificada	16	16	24	48
6ª clasificada	14	14	21	42
7ª clasificada	12	12	18	36
8ª clasificada	10	10	15	30
9ª clasificada	8	8	12	24
10ª clasificada	6	6	9	18
11ª clasificada	4	4	6	12
12ª clasificada	2	2	3	6

6. Medallas e Trofeos

6.1. Entregaranse medallas ás tres primeiras na clasificación final por categorías e modalidades do campionato Galego de Base. É dicir: Equipo de Base 1 (ouro, prata, bronce), Combo de Base 1 (ouro, prata, bronce), Equipo de Base 2 (ouro, prata, bronce), Combo de Base 2 (ouro, prata, bronce).

6.2. Entregarase un trofeo ao club clasificado en primeiro lugar na categoría de Base.

COMPETICIÓN DE NIVEL

As competicións de Nivel están dirixidas ás nadadoras que superaron, como mínimo, o Nivel II na categoría Alevín e o Nivel III

a partir da categoría Infantil.

1.- Organización

1.1. As datas serán as que figuran no calendario.

1.2. As inscricións das nadadoras participantes, nos formularios oficiais debidamente cubertos por cada club, deberán estar na sede da FEGAN con 10 días de antelación.

1.3. As sedes deberán ser solicitadas polos clubs interesados e aprobadas na Asemblea Xeral da FEGAN.

1.4. Horarios: as competicións realizaranse en dúas xornadas (mañá e tarde), preferentemente en sábado. O horario de comezo da competición será ás 11.00 horas pola mañá e ás 17.00 horas pola tarde.

1.5. Unha hora antes do inicio da sesión a piscina deberá estar a disposición das nadadoras para realizar o quecemento. Dez (10) minutos antes do inicio da competición as participantes e adestradores deberán abandonar o vaso e a praia da piscina.

1.6. O Comité Galego de Árbitros disporá o Xurado da Competición (formado por cinco xuíces, un secretario de mesa e un xuíz árbitro, máis tres xuíces en prácticas se os houbera). A entidade organizadora disporá o persoal necesario para axudar no desenvolvemento da competición.

1.7. Na sede da FEGAN realizarase o sorteo dos grupos de figuras optativas, cando corresponda, con 15 días de antelación.

1.8. Na sede da FEGAN, unha vez finalizado o prazo de inscrición, realizarase o sorteo da orde de participación 48 horas antes do inicio da competición.

1.9. Durante o quecemento, un delegado de cada club confirmará a inscrición das súas nadadoras, comunicando as baixas por escrito (segundo modelo oficial).

2. Categorias de participación de nivel

- Alevín: 12 anos e menores (nadas no ano 97 e posteriores)

- Infantil: 13, 14 e 15 anos (nadas nos anos 96, 95 e 94)

- Xuvenil: 16, 17 e 18 anos (nadas nos anos 93, 92 e 91)

- Absoluta: maiores de idade (nadas nos anos 90 e anteriores)

Para participar nesta "subcategoría" esíxese ter, como mínimo, o nivel II (en alevín) ou nivel III (demais categorías) antes da primeira competición.

3. Inscricións

3.1 Segundo modelos oficiais:

- Relacións nominais:

- Cubrirase unha relación nominal por categoría, indicando a categoría con claridade.

- Cubriranse debidamente os diferentes campos..

- Deberán remitirse á FEGAN no prazo correspondente, asinadas e seladas.

- Fichas individuais:

- Incluiranse con todos os datos completamente cubertos.

É responsabilidade de cada club cubrir os formularios correspondentes, indicando claramente cada modalidade de participación (figuras, sos, dúos equipos ou combos) e cada categoría (alevín, infantil, xuvenil e absoluta). Se un dúo, equipo ou un combo mestura nadadoras das categorías, inmediatamente compite na superior. Neste caso a nadadora de menor categoría executará as figuras que corresponden á súa categoría, pero competirá nas rutinas na categoría da nadadora de máis idade.

3.2 As inscricións deben estar na FEGAN con dez días de antelación á celebración da competición, como mínimo.

3.3 As participantes, os seus adestradores e delegados de club deberán estar en posesión da licenza federativa en vigor para a presente tempada.

4. Fórmula de competición

As tres competicións, que son independentes, terán o seguinte formato:

4.1 Xornada de figuras: cada nadadora deberá realizar catro figuras, as dúas obrigatorias e as outras dúas dun dos tres grupos opcionais (a sorteo celebrado con 15 días de antelación na FEGAN) correspondentes á súa categoría.

Só se entregarán diplomas acreditativos do posto obtido en cada categoría.

Celebrarase en febreiro de 2009. Panel de cinco xuíces territoriais.

4.2 Xornada de rutinas libres de equipo (a partir de tres nadadoras), combinada ou dúo: para confeccionar o equipo pódense combinar categorías, pero todo o equipo será considerado da categoría máis alta. Para os dúos seguirase a mesma norma.

Non se aceptará a presentación de sos.

Nesta competición entregaríanse unicamente diplomas acreditativos do posto obtido en cada categoría e modalidade.

Celebrarase en maio de 2009. Panel de cinco xuíces (polo menos tres territoriais e dous poden ser "en prácticas")

4.3 Campionato Galego de Nivel de Natación Sincronizada: cada nadadora deberá realizar as dúas figuras obrigatorias da súa categoría e as dúas correspondentes ao grupo opcional que saia no sorteo que se realizará previo á competición. E ademais, deberá participar nunha rutina libre de equipo (a partir de tres nadadoras e máximo de 8) ou combo (entre 4 e 10 nadadoras). Nesta categoría (Nivel) non se admitirán nadadoras de máis. A maiores, pódense presentar dúos libres e sos libres, pero nesa orde, e dicir, para poder facer un so debe terse presentado un dúo e un equipo (inda que sexa de so tres nadadoras), ata un máximo de dous dúos e dous sos por club.

Para participar neste campionato as nadadoras deberán ter superado, como mínimo, o nivel II se son alevíns e o III se son infantís, xuvenís ou absolutas (en caso de non dar o nivel poderíase participar de prenadadora (preswimmer)).

Celebrarase en xuño de 2009. Panel de cinco xuíces, catro territoriais e un nacional. Con entrega de medallas para as tres primeiras de cada categoría e modalidade (sumando os resultados das puntuacións de figuras 50% e rutinas 50%, salvo o combo que é o 100%).

Nesta competición cada club pode participar nas modalidades de equipo ou combo, dúo ou so (pero nesa orde). No caso dos dúos e equipos/combo terase en conta a categoría da nadadora de maior idade. As rutinas deberán cumprir os requisitos de tempo segundo NSGE 6:

	ALEVÍN	INFANTIL	XUVENIL
SO	2.00	2.30	3.00
DÚO	2.30	3.00	3.30
EQUIPO	3.00	3.30	4.00
COMBO	5.00	5.00	5.00

5. Puntuacións e clasificacións

5.1 As tres competicións son independentes. Cada nadadora que cumpra cos niveis esixidos pode participar nunha, dúas ou as tres ao longo da tempada.

5.2 No Campionato Galego de nivel haberá unha clasificación final individual por categorías e modalidades (sumando os resultados das puntuacións de figuras 50% e rutinas 50%, salvo o combo que é o 100%), .

5.3 Para os clubs farase unha clasificación final establecida segundo a suma total dos postos obtidos ao longo das dúas competicións da tempada nas diferentes modalidades e categorías. Dita clasificación darase a coñecer no Campionato Galego.

CLASIFICACIÓN	FIGURAS/SO	DÚO	EQUIPO/COMBO
1ª clasificada	24	36	72
2ª clasificada	22	33	66
3ª clasificada	20	30	60
4ª clasificada	18	27	54
5ª clasificada	16	24	48
6ª clasificada	14	21	42
7ª clasificada	12	18	36
8ª clasificada	10	15	30
9ª clasificada	8	12	24
10ª clasificada	6	9	18
11ª clasificada	4	6	12
12ª clasificada	2	3	6

6. Medallas e trofeos

6.1. Entregaranse medallas ás tres primeiras na clasificación final individual por categorías e modalidades do campionato Galego de Nivel.

6.2. Entregarase un trofeo ao club clasificado no primeiro lugar na categoría de Nivel.

A Coruña, 15 de Febreiro de 2009
Secretaría Xeral FEGAN