FEDERACIÓN GALEGA DE NATACIÓN
Avenida de Glasgow, 13
CP 15008 - A Coruña
www.fegan.org - info@fegan.org

NORMATIVA XERAL DE NATACIÓN SINCRONIZADA

Tempada 2009 - 2010 - Circular 09-25

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 (non superan ningún nivel). 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, e nivel III no resto de categorías). O seu obxectivo inmediato é competir e, se así o desexan 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.

CONTROIS DE NIVEL.

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 deseña a RFEN (Regulamento de Niveis RFEN 2009-2010, anexo) e réxese pola súa normativa. Unha mesma nena pode ascender de "categoría" dentro da tempada se supera os niveis esixidos, pero non ao revés.

A obtención dunha puntuación inferior á establecida na Normativa de Probas de Control e valoración de Niveis da RFEN en algunha das probas especificadas será causa eliminatoria para a superación do Nivel. Ademáis, unha participante que non supere no propio control algunha das probas, será eliminada da competición, non podendo seguir competindo en dito control.

As probas de natación con tempo cronometrado deberanse superar ben no propio control, ou ben en algunha das competicións oficiais que figuran no calendario de natación da FEGAN, incluídas as tomas de tempos, previas á xornada de control de nivel.

<u>Niveis I e II</u>:

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 envíese 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 arbitraxe, se os houbese, correrán a cargo do club.

<u>Niveis III, IV, V e VI</u>:

Celebraranse tres Xornadas de Control de Niveis, nos meses de decembro, marzo e xuño. En cada xornada, para os niveis III, IV e V a competición comezará polas figuras, seguido da natación. Para o nivel VI a competición comezará pola natación, seguido da rutina técnica.

Cada club que queira presentar ás súas nadadoras a este control de niveis deberá enviar as follas de puntuación, debidamente cumprimentadas, á FEGAN cun 15 días de antelación, sendo responsabilidade do Club

que realiza a inscrición asegurarse de que foi recibida pola FEGAN e indicando claramente se se presenta ao nivel completo ou xa ten superada a proba de natación contra reloxo. Nese caso, deberá especificarse a data, sede e o tempo acreditado, na que se fixo.

Contará cun panel de dous xuíces autonómicos e un nacional (incluiranse 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. Recoméndase que ditas actividades non repitan o formato das competicións oficiais.

Competicións 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 e sedes 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 15 días de antelación.
1.3. Horarios: as xornadas das competicións realizaranse en dúas sesións (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, agás aquelas que previsiblemente, logo de recibidas as inscricións, teñan unha duración superior ás 3 horas, nas que se poderá adiantar a hora de comezo.
1.4. 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.
1.5. 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.

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

1.7. 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.

1.8. Durante a competición, as deportistas deberán estar acompañadas por unha persoa do club responsable do equipo e que posúa a correspondente licenza federativa, xa sexa de técnico ou de directivo. A devandita persoa será a única representante do club durante a competición para todos os efectos. Durante o quecemento, un delegado de cada club confirmará a inscrición das súas nadadoras, comunicando as baixas por escrito (segundo modelo oficial).

2. Categorías de participación de base

Base 1: Nacidas no ano 1998 e posteriores (12 anos e menores)

Base 2: Nacidas no ano 1997 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. Inscricións

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(non esquecer o coeficiente de dificultade das figuras)

- 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 combo mestura nadadoras das dúas categorías, inmediatamente compite na superior, é dicir, en base 2. Un equipo non pode mesturar nadadoras de diferente categoría (base 1 e 2).

3.2 As inscricións deben estar na FEGAN con 15 días de antelación á celebración da competición, como mínimo, sendo responsabilidade do Club que realiza a inscrición asegurarse de que foi recibida pola FEGAN.

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. Composición Musical

As músicas utilizadas (ou fragmentos musicais), estarán supeditadas á normativa específica de cada competición en canto á súa duración, e pódense presentar en formato CD para a súa utilización na competición. Cada club advertirá do formato (CD audio ou Mp3) que vai utilizar, na inscrición.

Cada rutina debe levar un CD independente, debidamente identificado (nome do club,tipo de rutina y nome de nadadoras) e ser probado antes da competición.

5. Fórmula de competición

Competicións:

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

Xornada de Figuras.

Cada nadadora deberá realizar catro figuras:

Base 1 – Obrigatorias: figuras esixidas no nivel I (mortal de costas encollido e velero alternativo). Opcionais: calquera dos catro grupos de figuras de la categoría alevín (figuras grupos de idade 2009-2013).

Base 2 – Obrigatorias: figuras esixidas no nivel II (Perna de ballet simple e mortal de fronte en carpa). Opcionais: calquera dos tres grupos opcionais de figuras de la categoría alevín (figuras grupos de idade 2009-2013).

Na xornada de mañá realizaranse as figuras obrigatorias e na xornada de tarde as opcionais.

O resultado desta competición será a suma das puntuacións obtidas en cada figura (aplicando os correspondentes coeficientes de dificultade) (para a figura de velero alternativo considerase unha dificultade de 1.0). Cada club poderá presentar tantas nadadoras como queira, que teñan superado o nivel I. Só se entregarán medallas acreditativas ás tres primeiras de cada categoría.

Celebrarase en xaneiro de 2010. Panel de cinco xuíces (polo menos tres territoriais e dúas poden ser "en prácticas"). Se houbese moitas inscricións podería convocar a cada categoría en horarios diferentes.

Xornada de Rutinas Técnicas de Equipo

Cada club deberá presentar polo menos unha rutina de equipo da mesma categoría (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 oito dos grupos da categoría alevín (indicando na inscrición as figuras elixidas).

Cada club pode presentar máis dun equipo sempre que o primeiro sexa completo (8 nadadoras). Se presenta tres equipos os dous primeiros deben ser completos (8 nadadoras), si presenta catro os tres primeiros deben estar completos e así sucesivamente.

Nesta competición soamente entregaranse medallas acreditativas do posto obtido en cada categoría, a cada unha das compoñentes dos tres primeiros equipos clasificados (equipo base 1 e equipo base 2).

Celebrarase en abril de 2010. Panel de cinco xuíces (polo menos tres territoriais e dous poden ser "en prácticas").

Campionato Galego de Base de Natación Sincronizada.

Disputarase nas datas e sedes que figuran no calendario en dúas xornadas (sábado e domingo). Na primeira xornada realizaranse as figuras (obrigatorias na sesión de mañá e opcionais na sesión de tarde). Na segunda xornada realizaranse as rutinas.

Cada nadadora deberá realizar as dúas figuras obrigatorias da súa categoría (para base 1 as figuras do nivel I; para base 2 as figuras do nivel II) e as dúas correspondentes ao grupo opcional (entre os catro grupos de figuras alevín 2009-2013 para base 1 y entre os tres grupos de figuras opcionais alevín 2009-2013 para base 2) que salga no sorteo (celebrado con 15 días de antelación na sede da FEGAN).

E, ademais, cada club deberá participar, como mínimo, cunha rutina libre 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.

Cada club pode presentar máis dun equipo sempre que o primeiro sexa completo (8 nadadoras) e máis de un combo sempre que o primeiro sexa completo (10 nadadoras). 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 2010. 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, so por o primeiro equipo/combo de cada club, ao longo das tres competicións da tempada nas diferentes

modalidades e categorías. Devandita clasificación darase a coñecer no Campionato Galego.

CLASIFICACIÓN	FIGURAS	R. TECNICA (EQUIPO)	R.LIBRE (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 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.

Competicións de Nivel.

As competicións de Nivel están dirixidas ás nadadoras que superaron, como mínimo, o Nivel II en categoría Alevín e o Nivel III a partir da categoría Infantil.

1.-Organización

1.1. As datas e sedes 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 15 días de antelación.

1.3. Horarios: as xornadas das competicións realizaranse en dúas sesións (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, agás aquelas que previsiblemente, logo de recibidas as inscricións, teñan unha duración superior ás 3 horas, nas que se poderá adiantar a hora de comezo.

1.4. 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.

1.5. 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.

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

1.7. 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.

1.8. Durante a competición, as deportistas deberán estar acompañadas por unha persoa do club responsable do equipo e que posúa a correspondente licenza federativa, xa sexa de técnico ou de directivo. A devandita persoa será a única representante do club durante a competición para todos os efectos. Durante o quecemento, un delegado de cada club confirmará a inscrición das súas nadadoras, comunicando as baixas por escrito (segundo modelo oficial).

2. Categorías de participación de nivel

- Alevín: 12 anos e menores (nacidas no ano 98 e posteriores)

- Infantil: 13, 14 e 15 anos (nacidas nos anos 97, 96 e 95)

- Xuvenil e maiores: (nacidas nos anos 94 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..(non esquecer o coeficiente de dificultade das figuras)

- 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). Un equipo ou un dúo non pode mesturar nadadoras de categorías diferentes, para que todas as compoñentes dunha mesma rutina fagan o mesmo grupo de figuras (como indica a norma NSGE 4). Un combo sí pode mesturar nadadoras de categorías diferentes, pero si o fai, inmediatamente compite na superior (neste caso as figuras non contan).

3.2 As inscricións deben estar na FEGAN con 15 días de antelación á celebración da competición, como mínimo, sendo responsabilidade do Club que realiza a inscrición asegurarse de que foi recibida pola FEGAN.

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. Composición Musical

As músicas utilizadas (ou fragmentos musicais), estarán supeditadas á normativa específica de cada competición en canto á súa duración, e pódense presentar en formato CD para a súa utilización na competición. Cada club advertirá do formato (CD audio ou Mp3) que vai utilizar, na inscrición.

Cada rutina debe levar un CD independente, debidamente identificado (nome do club,tipo de rutina e nome de nadadoras) e ser probado antes da competición.

5. Fórmula de competición

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

Xornada de figuras.

Cada nadadora deberá realizar catro figuras (FINA Figure Groups 2009-2013), 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.

Na xornada de mañá realizaranse as figuras obrigatorias e na xornada de tarde as opcionais.

Só se entregarán medallas acreditativas do posto obtido en cada categoría.

Celebrarase en febreiro de 2010. Panel de cinco xuíces territoriais.

Xornada de rutinas libres de equipo, combinada ou dúo.

Para confeccionar o equipo ou os dúos non se poden combinar categorías. Para o combo pódense mesturar categorías, pero se competirá na de a nadadora da categoria superior. Non se aceptará a presentación de sos. Cada club pode participar cun máximo de dous dúos por categoría.

Nesta competición entregaríanse medallas acreditativas do posto obtido a cada unha das compoñentes en cada categoría e modalidade.

Celebrarase en maio de 2010. Panel de cinco xuíces (polo menos tres territoriais e dous poden ser "en prácticas")

Campionato Galego de Nivel de Natación Sincronizada

Disputarase nas datas e sedes que figuran no calendario en dúas xornadas (sábado e domingo). Na primeira xornada realizaranse as figuras (obrigatorias na sesión de mañá e opcionais na sesión de tarde). Na segunda xornada realizaranse as rutinas.

Cada nadadora deberá realizar as dúas figuras (FINA Figure Groups 2009-2013) obrigatorias da súa categoría e as dúas correspondentes ao grupo opcional que saia no sorteo que se realizará previo á competición.

Cada club pode presentar un máximo de un equipo, un dúo e un só por categoría. E ademais, deberá participar nunha rutina libre combinada (entre 4 e 10 nadadoras) ou equipo. En caso de clubs con menos de catro nadadoras de nivel sumando todas as categorías, pode non presentar rutina de combo.

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

Celebrarase en xuño de 2010. 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%).

As rutinas deberán cumprir os requisitos de tempo segundo NSGE 6:

	ALEVÍN	INFANTIL	XUVENIL
SOLO	2.00	2.30	3.00
DÚO	2.30	3.00	3.30
EQUIPO	3.00	3.30	4.00
COMBO	3.30	4.00	4.30

Haberá unha marxe de permisividade de quince (15) segundo en máis ou menos sobre o total do tempo.

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/SOLO	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, 19 decembro 2009

Secretaría Xeral FEGAN