



Reciclaje Comité Territorial de Árbitros

20 Octubre 2013



Bienvenidos



Reglamento de NATACIÓN



Modificaciones
Congreso Barcelona 2013



REGLAMENTO DE
NATACIÓN

2013 / 2017

Incluye modificaciones Congreso de Barcelona 2013

0



REGLAS



N.1 ORGANIZACIÓN Y DIRECCIÓN DE LAS COMPETICIONES

N.1.5 En las competiciones ...

La Federación sede de la competición, designará, como mínimo, los siguientes puestos: un cronometrador por calle, dos cronometradores volantes, un Jefe de cronometradores, un ayudante del Juez de Salidas, un Juez de cuerda falsa, un locutor secretario de mesa y, en las pruebas que este reglamentado, inspectores de virajes, al menos 4 en piscina de 8 calles. Dos personas, hombre y mujer, en la precámara de salidas para control de los bañadores.

Para las demás competiciones ...

2009/2013



REGLAS



N.1.- ORGANIZACIÓN Y DIRECCIÓN DE LAS COMPETICIONES

N.1.5 En las competiciones ...

La Federación sede de la competición, designará, como mínimo, los siguientes puestos: un cronometrador por calle, dos cronometradores volantes, un Jefe de cronometradores, un ayudante del Juez de Salidas, ~~un Juez de cuerda falsa~~, un locutor secretario de mesa y, en las pruebas que este reglamentado, inspectores de virajes, al menos 4 (5) en piscina de 8 (10) calles. Dos personas, hombre y mujer, en la precámara de salidas para control de los bañadores.

Para las demás competiciones ...

2013/2017



REGLAS



N.1.- ORGANIZACIÓN Y DIRECCIÓN DE LAS COMPETICIONES

N.1.5 En las competiciones ...

La Federación sede de la competición, designará, como mínimo, los siguientes puestos: un cronometrador por calle, dos cronometradores volantes, un Jefe de cronometradores, un ayudante del Juez de Salidas, un locutor secretario de mesa y, en las pruebas que este reglamentado, inspectores de virajes, al menos 4 (5) en piscina de 8 (10) calles. Dos personas, hombre y mujer, en la precámara de salidas para control de los bañadores.

Para las demás competiciones ...



REGLAS

N.1 ORGANIZACIÓN Y DIRECCIÓN DE LAS COMPETICIONES



N.1.7 Un Jefe de Jueces de Llegadas y Jueces de Llegadas serán necesarios cuando un Equipo Automático y/o tres (3) relojes digitales por línea no son usados.

2009/2013



REGLAS

N.1 ORGANIZACIÓN Y DIRECCIÓN DE LAS COMPETICIONES



N.1.7 Un Jefe de Jueces de Llegadas y Jueces de Llegadas ~~serán necesarios~~ pueden ser utilizados cuando ~~no se utilice~~ un Equipo Automático y/o tres (3) relojes digitales por calle.

2013/2017



REGLAS

N.1.- ORGANIZACIÓN Y DIRECCIÓN DE LAS COMPETICIONES



N.1.7 Un Jefe de Jueces de Llegadas y Jueces de Llegadas pueden ser utilizados cuando no se utilice un Equipo Automático y/o tres (3) relojes digitales por calle.

N.1.9 Cuando una cámara de vídeo subacuática sea utilizada por televisión, el equipo deberá ser manipulado por control remoto y no obstruirá la visión o el camino de los nadadores y no debe cambiar la configuración de la piscina u oscurecer las señales exigidas por F.I.N.A. y la R.F.E.N.

2009/2013



REGLAS



N.1.- ORGANIZACIÓN Y DIRECCIÓN DE LAS COMPETICIONES

N.1.7 Un Jefe de Jueces de Llegadas y Jueces de Llegadas pueden ser utilizados cuando no se utilice un Equipo Automático y/o tres (3) relojes digitales por calle.

N.1.9 Cuando la televisión utilice una cámara de vídeo subacuática ~~sea utilizada por televisión~~, el equipo deberá ser manipulado por control remoto y no obstruirá la visión o la línea de nado ~~el camino~~ de los nadadores y no debe cambiar la configuración de la piscina ni ~~u~~ oscurecer las señales exigidas por F.I.N.A. y la R.F.E.N.

2013/2017



REGLAS



N.1.- ORGANIZACIÓN Y DIRECCIÓN DE LAS COMPETICIONES

N.1.7 Un Jefe de Jueces de Llegadas y Jueces de Llegadas pueden ser utilizados cuando no se utilice un Equipo Automático y/o tres (3) relojes digitales por calle.

N.1.9 Cuando la televisión utilice una cámara de vídeo subacuática, el equipo deberá ser manipulado por control remoto y no obstruirá la visión o la línea de nado de los nadadores y no debe cambiar la configuración de la piscina ni oscurecer las señales exigidas por F.I.N.A. y la R.F.E.N.



REGLAS



N.2 OFICIALES

N.2.7 JEFE DE CRONOMETRADORES

N.2.7.2 Cuando esté disponible un único (1) cronometrador por calle, se debe asignar un cronometrador adicional para el caso de un mal funcionamiento de un cronómetro. Además, el Jefe de cronometradores debe registrar siempre el tiempo del ganador de cada serie.

2013/2017



REGLAS



N.2 OFICIALES

N.2.7 JEFE DE CRONOMETRADORES

N.2.7.2 Cuando esté disponible un único (1) cronometrador por calle, se debe asignar un cronometrador adicional para el caso de un mal funcionamiento de un cronómetro. Además, el Jefe de cronometradores debe registrar siempre el tiempo del ganador de cada serie.



REGLAS



N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.1 SERIES

N.3.1.1.3 Si hay tres series, el nadador más rápido se colocará en la tercera serie, el siguiente en la segunda, el siguiente en la primera. El cuarto nadador será colocado en la tercera serie, el quinto en la segunda, el sexto en la primera, el séptimo en la tercera, etc.

2009/2013



REGLAS



N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.1 SERIES

N.3.1.1.3 Si hay tres series, **excepto las pruebas de 400, 800 y 1500 metros**, el nadador más rápido se colocará en la tercera serie, el siguiente en la segunda, el siguiente en la primera. El cuarto nadador será colocado en la tercera serie, el quinto en la segunda, el sexto en la primera, el séptimo en la tercera, etc.

2013/2017



REGLAS

N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.1 SERIES

N.3.1.1.3 Si hay tres series, excepto las pruebas de 400, 800 y 1500 metros, el nadador más rápido se colocará en la tercera serie, el siguiente en la segunda, el siguiente en la primera. El cuarto nadador será colocado en la tercera serie, el quinto en la segunda, el sexto en la primera, el séptimo en la tercera, etc.

N.3.1.1.4 Si hay cuatro series o más, las tres últimas series de la prueba se reorganizarán conforme a la N.3.1.1.3. que aparece anteriormente. La serie precedente a las tres últimas, se compondrá de los nadadores siguientes más rápidos; la serie precedente a las cuatro últimas, se compondrá de los siguientes más rápidos, etc. Las calles serán asignadas en orden descendente, según los tiempos indicados en cada serie, de acuerdo al método descrito a continuación en N.3.1.2.

2009/2013



REGLAS

N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.1 SERIES

N.3.1.1.3 Si hay tres series, excepto las pruebas de 400, 800 y 1500 metros, el nadador más rápido se colocará en la tercera serie, el siguiente en la segunda, el siguiente en la primera. El cuarto nadador será colocado en la tercera serie, el quinto en la segunda, el sexto en la primera, el séptimo en la tercera, etc.

N.3.1.1.4 Si hay cuatro series o más, **excepto las pruebas de 400, 800 y 1500 metros**, las tres últimas series de la prueba se reorganizarán conforme a la N.3.1.1.3. que aparece anteriormente. La serie precedente a las tres últimas, se compondrá de los nadadores siguientes más rápidos; la serie precedente a las cuatro últimas, se compondrá de los siguientes más rápidos, etc. Las calles serán asignadas en orden descendente, según los tiempos indicados en cada serie, de acuerdo al método descrito a continuación en N.3.1.2.

2013/2017



REGLAS

N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.1 SERIES

N.3.1.1.3 Si hay tres series, excepto las pruebas de 400, 800 y 1500 metros, el nadador más rápido se colocará en la tercera serie, el siguiente en la segunda, el siguiente en la primera. El cuarto nadador será colocado en la tercera serie, el quinto en la segunda, el sexto en la primera, el séptimo en la tercera, etc.

N.3.1.1.4 Si hay cuatro series o más, excepto las pruebas de 400, 800 y 1500 metros, las tres últimas series de la prueba se reorganizarán conforme a la N.3.1.1.3. que aparece anteriormente. La serie precedente a las tres últimas, se compondrá de los nadadores siguientes más rápidos; la serie precedente a las cuatro últimas, se compondrá de los siguientes más rápidos, etc. Las calles serán asignadas en orden descendente, según los tiempos indicados en cada serie, de acuerdo al método descrito a continuación en N.3.1.2.



REGLAS

N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.1 SERIES



N.3.1.1.5 Para las pruebas de 400, 800 y 1500 metros, las dos últimas series de las pruebas se confeccionarán de acuerdo con la N.3.1.1.2

2013/2017



REGLAS

N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.1 SERIES



N.3.1.1.5 Para las pruebas de 400, 800 y 1500 metros, las dos últimas series de las pruebas se confeccionarán de acuerdo con la N.3.1.1.2.



REGLAS

N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.2 SEMIFINALES Y FINALES



N.3.2.2.1 En el caso de que los nadadores de la misma o diferentes series tengan tiempos iguales registrados en centésimas de segundo para el octavo/décimo o decimosexto/vigésimo lugar, dependiendo de si se utiliza piscina de 8 o 10 calles, deberá haber una prueba de desempate para determinar qué nadador accederá a la final correspondiente. Dicha prueba de desempate, deberá tener lugar, al menos, una hora después de que todos los nadadores implicados hayan realizado su serie; efectuándose la misma al finalizar la jornada o sesión correspondiente.

2009/2013



REGLAS

N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.2 SEMIFINALES Y FINALES



N.3.2.3 En el caso de que los nadadores de la misma o diferentes series tengan tiempos iguales registrados en centésimas de segundo para el octavo/décimo o decimosexto/vigésimo lugar, dependiendo de si se utiliza piscina de 8 o 10 calles , deberá haber una prueba de desempate para determinar qué nadador accederá a la final correspondiente. Dicha prueba de desempate, deberá tener lugar, **al menos, una hora** después de que todos los nadadores implicados hayan realizado su serie; efectuándose la misma **de común acuerdo entre el Director de Competición y los nadadores implicados, realizándose normalmente** al finalizar la jornada o sesión correspondiente. **Si es necesario, y se producen tiempos iguales, se realizará una prueba de desempate para determinar el 1^{er} y 2^o nadador reserva.**

2013/2017



REGLAS

N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.2 SEMIFINALES Y FINALES



N.3.2.3 En el caso de que los nadadores de la misma o diferentes series tengan tiempos iguales registrados en centésimas de segundo para el octavo/décimo o decimosexto/vigésimo lugar, dependiendo de si se utiliza piscina de 8 o 10 calles , deberá haber una prueba de desempate para determinar qué nadador accederá a la final correspondiente. Dicha prueba de desempate, deberá tener lugar, después de que todos los nadadores implicados hayan realizado su serie; efectuándose la misma de común acuerdo entre el Director de Competición y los nadadores implicados, realizándose normalmente al finalizar la jornada o sesión correspondiente. Si es necesario, y se producen tiempos iguales, se realizará una prueba de desempate para determinar el 1^{er} y 2^o nadador reserva.



REGLAS

N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.2 SEMIFINALES Y FINALES



N.3.2.3 Cuando en la normativa de la competición así esté previsto, y uno o más nadadores se den de baja de una semifinal o en una prueba final (final A o B), los reservas serán llamados según orden de clasificación de las series o semi-finales. La prueba o las pruebas deberán ser reordenadas de nuevo, y las hojas modificadas deberán ser repartidas detallando los cambios o sustituciones, según prescribe el artículo N.3.1.2. Si es necesario, al conseguir tiempos iguales, se nadará una prueba de desempate para determinar el 1^o y 2^o nadador reserva.

2009/2013



REGLAS

N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.2 SEMIFINALES Y FINALES



N.3.2.4 Cuando en la normativa de la competición así esté previsto, y uno o más nadadores se den de baja de una semifinal o en una prueba final (final A o B), los reservas serán llamados según orden de clasificación de las series o semi-finales. La prueba o las pruebas deberán ser reordenadas de nuevo, y las hojas modificadas deberán ser repartidas detallando los cambios o sustituciones, según prescribe el artículo N.3.1.2. ~~Si es necesario, al conseguir tiempos iguales, se nadará una prueba de desempate para determinar el 1º y 2º nadador reserva.~~

2013/2017



REGLAS

N.3 SELECCIÓN DE ELIMINATORIAS Y FINALES

N.3.2 SEMIFINALES Y FINALES



N.3.2.4 Cuando en la normativa de la competición así esté previsto, y uno o más nadadores se den de baja de una semifinal o en una prueba final (final A o B), los reservas serán llamados según orden de clasificación de las series o semi-finales. La prueba o las pruebas deberán ser reordenadas de nuevo, y las hojas modificadas deberán ser repartidas detallando los cambios o sustituciones, según prescribe el artículo N.3.1.2.



REGLAS

N.6 ESTILO ESPALDA



N.6.3 Cualquier parte del nadador debe romper la superficie del agua durante toda la carrera. Se le permitirá al nadador estar completamente sumergido durante el viraje, en la llegada y durante una distancia de no más de 15 metros después de la salida y de cada viraje. En ese punto la cabeza debe haber roto la superficie.

2009/2013



REGLAS



N.6 ESTILO ESPALDA

N.6.3 Cualquier parte del nadador debe romper la superficie del agua durante toda la carrera. Se le permitirá al nadador estar completamente sumergido durante el viraje, ~~en la llegada~~ y durante una distancia de no más de 15 metros después de la salida y de cada viraje. En ese punto la cabeza debe haber roto la superficie.

2013/2017



REGLAS



N.6 ESTILO ESPALDA

N.6.3 Cualquier parte del nadador debe romper la superficie del agua durante toda la carrera. Se le permitirá al nadador estar completamente sumergido durante el viraje, y durante una distancia de no más de 15 metros después de la salida y de cada viraje. En ese punto la cabeza debe haber roto la superficie.

N.6.4 Cuando se está ejecutando el viraje el nadador deberá tocar la pared con cualquier parte del cuerpo durante el viraje, los hombros pueden girar sobre la vertical hacia el pecho, después de lo cual un movimiento continuo de un brazo, o un movimiento continuo y simultáneo de los dos brazos pueden ser utilizados para iniciar el giro. El nadador debe haber vuelto a una posición sobre la espalda al abandonar la pared.

2009/2013



REGLAS



N.6 ESTILO ESPALDA

N.6.3 Cualquier parte del nadador debe romper la superficie del agua durante toda la carrera. Se le permitirá al nadador estar completamente sumergido durante el viraje, y durante una distancia de no más de 15 metros después de la salida y de cada viraje. En ese punto la cabeza debe haber roto la superficie.

N.6.4 Cuando se está ejecutando el viraje el nadador deberá tocar la pared con cualquier parte del cuerpo durante el viraje, los hombros pueden girar sobre la vertical hacia el pecho, después de lo cual un **inmediato** movimiento continuo de un brazo, o un **inmediato** movimiento continuo y simultáneo de los dos brazos pueden ser utilizados para iniciar el giro. El nadador debe haber vuelto a una posición sobre la espalda al abandonar la pared.

2013/2017



REGLAS



N.6 ESTILO ESPALDA

N.6.3 Cualquier parte del nadador debe romper la superficie del agua durante toda la carrera. Se le permitirá al nadador estar completamente sumergido durante el viraje, y durante una distancia de no más de 15 metros después de la salida y de cada viraje. En ese punto la cabeza debe haber roto la superficie.

N.6.4 Cuando se está ejecutando el viraje el nadador deberá tocar la pared con cualquier parte del cuerpo durante el viraje, los hombros pueden girar sobre la vertical hacia el pecho, después de lo cual un inmediato movimiento continuo de un brazo, o un inmediato movimiento continuo y simultáneo de los dos brazos pueden ser utilizados para iniciar el giro. El nadador debe haber vuelto a una posición sobre la espalda al abandonar la pared.



REGLAS



N.7 ESTILO BRAZA

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

2009/2013



REGLAS



N.7 ESTILO BRAZA

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, **excepto en el viraje después del toque de la pared donde está permitido girar de cualquier forma, siempre y cuando el cuerpo esté sobre el pecho al salir de la pared.** 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

2013/2017



REGLAS



N.7 ESTILO BRAZA

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, excepto en el viraje después del toque de la pared donde está permitido girar de cualquier forma, siempre y cuando el cuerpo esté sobre el pecho al salir de la pared. 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



REGLAS



N.7 ESTILO BRAZA

N.7.5 Los pies deberán girarse hacia afuera durante la parte propulsiva de la patada. No estarán permitidos movimientos de "tijeras", "aleteo" o patada hacia abajo tipo mariposa excepto como en N 7.1. Está permitido romper la superficie del agua con los pies, siempre que no venga seguido de una patada hacia abajo tipo mariposa.

2009/2013



REGLAS



N.7 ESTILO BRAZA

N.7.5 Los pies deberán girarse hacia afuera durante la parte propulsiva de la patada. No estarán permitidos los movimientos ~~de "tijeras", "aleteo"~~ **alternativos o de patadas de mariposa** hacia abajo ~~tipo mariposa~~ excepto los de la regla N 7.1. Está permitido romper la superficie del agua con los pies, siempre que no venga seguido de una patada **de mariposa hacia abajo tipo mariposa**.

2013/2017



REGLAS



N.7 ESTILO BRAZA

N.7.5 Los pies deberán girarse hacia afuera durante la parte propulsiva de la patada. No estarán permitidos los movimientos alternativos o de patadas de mariposa hacia abajo excepto los de la regla N 7.1. Está permitido romper la superficie del agua con los pies, siempre que no venga seguido de una patada de mariposa hacia abajo.

N.7.6 En cada viraje, y al finalizar la carrera, el toque deberá hacerse con ambos manos simultáneamente, ya sea en, por encima o por debajo de la superficie del agua. La cabeza puede sumergirse después de la última brazada anterior al toque, teniendo en cuenta que rompa la superficie del agua en cualquier punto durante el último ciclo completo o incompleto anterior al toque.

2009/2013



REGLAS



N.7 ESTILO BRAZA

N.7.5 Los pies deberán girarse hacia afuera durante la parte propulsiva de la patada. No estarán permitidos los movimientos alternativos o de patadas de mariposa hacia abajo excepto los de la regla N 7.1. Está permitido romper la superficie del agua con los pies, siempre que no venga seguido de una patada de mariposa hacia abajo.

N.7.6 En cada viraje, y al finalizar la carrera, el toque deberá hacerse con ambos manos **separadas y** simultáneamente, ya sea en, por encima o por debajo de la superficie del agua. **En el último ciclo del estilo anterior al viraje y a la llegada se permite una brazada no seguida de una patada.** La cabeza puede sumergirse después de la última brazada anterior al toque, teniendo en cuenta que rompa la superficie del agua en cualquier punto durante el último ciclo completo o incompleto anterior al toque.

2013/2017



REGLAS



N.7 ESTILO BRAZA

N.7.5 Los pies deberán girarse hacia afuera durante la parte propulsiva de la patada. No estarán permitidos los movimientos alternativos o de patadas de mariposa hacia abajo excepto los de la regla N 7.1. Está permitido romper la superficie del agua con los pies, siempre que no venga seguido de una patada de mariposa hacia abajo.

N.7.6 En cada viraje, y al finalizar la carrera, el toque deberá hacerse con ambos manos separadas y simultáneamente, ya sea en, por encima o por debajo de la superficie del agua. En el último ciclo del estilo anterior al viraje y a la llegada se permite una brazada no seguida de una patada. La cabeza puede sumergirse después de la última brazada anterior al toque, teniendo en cuenta que rompa la superficie del agua en cualquier punto durante el último ciclo completo o incompleto anterior al toque.



REGLAS



N.8 ESTILO MARIPOSA

N.8.1 Desde el comienzo de la primera brazada después de la salida y después de cada viraje el cuerpo deberá mantenerse sobre el pecho. La patada hacia los lados bajo el agua está permitida. No está permitido girar sobre la espalda en ningún momento.

2009/2013



REGLAS



N.8 ESTILO MARIPOSA

N.8.1 Desde el comienzo de la primera brazada después de la salida y después de cada viraje el cuerpo deberá mantenerse sobre el pecho. La patada hacia los lados bajo el agua está permitida. No está permitido girar sobre la espalda en ningún momento, **excepto en el viraje después del toque de la pared donde está permitido girar de cualquier forma, siempre y cuando el cuerpo esté sobre el pecho al salir de la pared.**

2013/2017



REGLAS



N.8 ESTILO MARIPOSA

N.8.1 Desde el comienzo de la primera brazada después de la salida y después de cada viraje el cuerpo deberá mantenerse sobre el pecho. La patada hacia los lados bajo el agua está permitida. No está permitido girar sobre la espalda en ningún momento, excepto en el viraje después del toque de la pared donde está permitido girar de cualquier forma, siempre y cuando el cuerpo esté sobre el pecho al salir de la pared.

N.8.2 Ambos brazos deberán ser proyectados a la vez hacia adelante, por encima de la superficie el agua, y llevarse hacia atrás simultáneamente durante toda la carrera, sujeto a la N.8.5.

2009/2013



REGLAS



N.8 ESTILO MARIPOSA

N.8.1 Desde el comienzo de la primera brazada después de la salida y después de cada viraje el cuerpo deberá mantenerse sobre el pecho. La patada hacia los lados bajo el agua está permitida. No está permitido girar sobre la espalda en ningún momento, excepto en el viraje después del toque de la pared donde está permitido girar de cualquier forma, siempre y cuando el cuerpo esté sobre el pecho al salir de la pared.

N.8.2 Ambos brazos deberán ser proyectados ~~a la vez~~ **simultáneamente** hacia adelante, por encima de la superficie el agua, y llevarse hacia atrás simultáneamente **por debajo del agua** durante toda la carrera, sujeto a la N.8.5.

2013/2017



REGLAS



N.8 ESTILO MARIPOSA

N.8.1 Desde el comienzo de la primera brazada después de la salida y después de cada viraje el cuerpo deberá mantenerse sobre el pecho. La patada hacia los lados bajo el agua está permitida. No está permitido girar sobre la espalda en ningún momento, excepto en el viraje después del toque de la pared donde está permitido girar de cualquier forma, siempre y cuando el cuerpo esté sobre el pecho al salir de la pared.

N.8.2 Ambos brazos deberán ser proyectados simultáneamente hacia adelante, por encima de la superficie el agua, y llevarse hacia atrás simultáneamente por debajo del agua durante toda la carrera, sujeto a la N.8.5.

N.8.4 En cada viraje y al finalizar la carrera, el toque deberá hacerse con ambas manos simultáneamente, ya sea a nivel del agua, por encima o por debajo.

2009/2013



REGLAS



N.8 ESTILO MARIPOSA

N.8.1 Desde el comienzo de la primera brazada después de la salida y después de cada viraje el cuerpo deberá mantenerse sobre el pecho. La patada hacia los lados bajo el agua está permitida. No está permitido girar sobre la espalda en ningún momento, excepto en el viraje después del toque de la pared donde está permitido girar de cualquier forma, siempre y cuando el cuerpo esté sobre el pecho al salir de la pared.

N.8.2 Ambos brazos deberán ser proyectados simultáneamente hacia adelante, por encima de la superficie el agua, y llevarse hacia atrás simultáneamente por debajo del agua durante toda la carrera, sujeto a la N.8.5.

N.8.4 En cada viraje y al finalizar la carrera, el toque deberá hacerse con ambas manos **separadas y** simultáneamente, ya sea a nivel del agua, por encima o por debajo.

2013/2017



REGLAS



N.8 ESTILO MARIPOSA

N.8.1 Desde el comienzo de la primera brazada después de la salida y después de cada viraje el cuerpo deberá mantenerse sobre el pecho. La patada hacia los lados bajo el agua está permitida. No está permitido girar sobre la espalda en ningún momento, excepto en el viraje después del toque de la pared donde está permitido girar de cualquier forma, siempre y cuando el cuerpo esté sobre el pecho al salir de la pared.

N.8.2 Ambos brazos deberán ser proyectados simultáneamente hacia adelante, por encima de la superficie del agua, y llevarse hacia atrás simultáneamente por debajo del agua durante toda la carrera, sujeto a la N.8.5.

N.8.4 En cada viraje y al finalizar la carrera, el toque deberá hacerse con ambas manos separadas y simultáneamente, ya sea a nivel del agua, por encima o por debajo.



REGLAS



N.10 LA CARRERA

N.10.8 Ningún nadador está autorizado a utilizar o llevar ningún sistema o bañador que haga aumentar su velocidad, flotabilidad o resistencia durante una competición (Ej.: manoplas, aletas, etc.). Sí podrá llevar gafas protectoras. Cualquier tipo de cinta adhesiva sobre el cuerpo no está permitido, salvo que sea aprobada por un órgano médico de la RFEN.

2009/2013



REGLAS



N.10 LA CARRERA

N.10.8 Ningún nadador está autorizado a utilizar o llevar ningún sistema o bañador que haga aumentar su velocidad, flotabilidad o resistencia durante una competición (Ej.: manoplas, aletas, **pulseras de fuerza, o sustancias adhesivas**, etc.). Sí podrá llevar gafas protectoras. Cualquier tipo de cinta adhesiva sobre el cuerpo no está permitido, salvo que sea aprobada por un órgano médico de la RFEN.

2013/2017



REGLAS



N.10 LA CARRERA

N.10.8 Ningún nadador está autorizado a utilizar o llevar ningún sistema o bañador que haga aumentar su velocidad, flotabilidad o resistencia durante una competición (Ej.: manoplas, aletas, pulseras de fuerza, o sustancias adhesivas, etc.). Sí podrá llevar gafas protectoras. Cualquier tipo de cinta adhesiva sobre el cuerpo no está permitido, salvo que sea aprobada por un órgano médico de la RFEN.

N.10.10 Cada equipo de relevos deberá estar compuesto por cuatro nadadores.

2009/2013



REGLAS



N.10 LA CARRERA

N.10.8 Ningún nadador está autorizado a utilizar o llevar ningún sistema o bañador que haga aumentar su velocidad, flotabilidad o resistencia durante una competición (Ej.: manoplas, aletas, pulseras de fuerza, o sustancias adhesivas, etc.). Sí podrá llevar gafas protectoras. Cualquier tipo de cinta adhesiva sobre el cuerpo no está permitido, salvo que sea aprobada por un órgano médico de la RFEN.

N.10.10 Cada equipo de relevos deberá estar compuesto por cuatro nadadores. **Podrán nadarse relevos mixtos. Los cuales estarán compuestos por dos (2) hombres y dos (2) mujeres. Los tiempos parciales obtenidos en estas pruebas no pueden ser usados para records y/o propósitos de inscripción.**

2013/2017



REGLAS



N.10 LA CARRERA

N.10.8 Ningún nadador está autorizado a utilizar o llevar ningún sistema o bañador que haga aumentar su velocidad, flotabilidad o resistencia durante una competición (Ej.: manoplas, aletas, pulseras de fuerza, o sustancias adhesivas, etc.). Sí podrá llevar gafas protectoras. Cualquier tipo de cinta adhesiva sobre el cuerpo no está permitido, salvo que sea aprobada por un órgano médico de la RFEN.

N.10.10 Cada equipo de relevos deberá estar compuesto por cuatro nadadores. Podrán nadarse relevos mixtos. Los cuales estarán compuestos por dos (2) hombres y dos (2) mujeres. Los tiempos parciales obtenidos en estas pruebas no pueden ser usados para records y/o propósitos de inscripción.



REGLAS

N.12 RÉCORDS Y MEJORES MARCAS NACIONALES



N.12.1 Para los Récords de España y Mejores Marcas Nacionales de 50 metros, las distancias y los estilos siguientes serán reconocidos para ambos sexos:

RÉCORDS:

ESTILO LIBRE:	50, 100, 200, 400, 800 y 1.500 metros.
ESPALDA:	50, 100 y 200 metros.
BRAZA:	50, 100 y 200 metros.
MARIPOSA:	50, 100 y 200 metros.
ESTILOS INDIVIDUAL:	200 y 400 metros.
RELEVOS DE LIBRE:	4x50, 4x100 y 4x200 metros. (Absolutos y Clubes).
RELEVO DE ESTILOS:	4x50 y 4x100 metros. (Absolutos y Clubes).

2009/2013



REGLAS

N.12 RÉCORDS Y MEJORES MARCAS NACIONALES



N.12.1 Para los Récords de España y Mejores Marcas Nacionales de 50 metros, las distancias y los estilos siguientes serán reconocidos para ambos sexos:

RÉCORDS:

ESTILO LIBRE:	50, 100, 200, 400, 800 y 1.500 metros.
ESPALDA:	50, 100 y 200 metros.
BRAZA:	50, 100 y 200 metros.
MARIPOSA:	50, 100 y 200 metros.
ESTILOS INDIVIDUAL:	200 y 400 metros.
RELEVOS DE LIBRE:	4x50, 4x100 y 4x200 metros. (Absolutos y Clubes).
RELEVO DE ESTILOS:	4x50 y 4x100 metros. (Absolutos y Clubes).

RELEVOS MIXTOS: 4x100 Libres y 4x100 Estilos

2013/2017



REGLAS

N.12 RÉCORDS Y MEJORES MARCAS NACIONALES



N.12.1 Para los Récords de España y Mejores Marcas Nacionales de 50 metros, las distancias y los estilos siguientes serán reconocidos para ambos sexos:

RÉCORDS:

ESTILO LIBRE:	50, 100, 200, 400, 800 y 1.500 metros.
ESPALDA:	50, 100 y 200 metros.
BRAZA:	50, 100 y 200 metros.
MARIPOSA:	50, 100 y 200 metros.
ESTILOS INDIVIDUAL:	200 y 400 metros.
RELEVOS DE LIBRE:	4x50, 4x100 y 4x200 metros. (Absolutos y Clubes).
RELEVO DE ESTILOS:	4x50 y 4x100 metros. (Absolutos y Clubes).
RELEVOS MIXTOS:	4x100 Libres y 4x100 Estilos



REGLAS

N.12 RÉCORDS Y MEJORES MARCAS NACIONALES



N.12.2 Para los Récords de España y Mejores Marcas Nacionales de 25 metros, las distancias y los estilos siguientes serán reconocidos para ambos sexos:

RÉCORDS:

ESTILO LIBRE:	50, 100, 200, 400, 800 y 1.500 metros.
ESPALDA:	50, 100 y 200 metros.
BRAZA:	50, 100 y 200 metros.
MARIPOSA:	50, 100 y 200 metros.
ESTILOS INDIVIDUAL:	100, 200 y 400 metros.
RELEVOS DE LIBRE:	4x50, 4x100 y 4x200 metros. (Absolutos y Clubes).
RELEVO DE ESTILOS:	4x50 y 4x100 metros. (Absolutos y Clubes).

2009/2013



REGLAS

N.12 RÉCORDS Y MEJORES MARCAS NACIONALES



N.12.2 Para los Récords de España y Mejores Marcas Nacionales de 25 metros, las distancias y los estilos siguientes serán reconocidos para ambos sexos:

RÉCORDS:

ESTILO LIBRE:	50, 100, 200, 400, 800 y 1.500 metros.
ESPALDA:	50, 100 y 200 metros.
BRAZA:	50, 100 y 200 metros.
MARIPOSA:	50, 100 y 200 metros.
ESTILOS INDIVIDUAL:	100, 200 y 400 metros.
RELEVOS DE LIBRE:	4x50, 4x100 y 4x200 metros. (Absolutos y Clubes).
RELEVO DE ESTILOS:	4x50 y 4x100 metros. (Absolutos y Clubes).

RELEVOS MIXTOS: 4x50 Libres y 4x50 Estilos

2013/2017



REGLAS

N.12 RÉCORDS Y MEJORES MARCAS NACIONALES



N.12.2 Para los Récords de España y Mejores Marcas Nacionales de 25 metros, las distancias y los estilos siguientes serán reconocidos para ambos sexos:

RÉCORDS:

ESTILO LIBRE:	50, 100, 200, 400, 800 y 1.500 metros.
ESPALDA:	50, 100 y 200 metros.
BRAZA:	50, 100 y 200 metros.
MARIPOSA:	50, 100 y 200 metros.
ESTILOS INDIVIDUAL:	100, 200 y 400 metros.
RELEVOS DE LIBRE:	4x50, 4x100 y 4x200 metros. (Absolutos y Clubes).
RELEVO DE ESTILOS:	4x50 y 4x100 metros. (Absolutos y Clubes).
RELEVOS MIXTOS:	4x50 Libres y 4x50 Estilos



REGLAS

N.12 RÉCORDS Y MEJORES MARCAS NACIONALES



N.12.11 El primer nadador de un relevo puede pedir la homologación de un Récord del España. Si el primer nadador de un equipo de relevos recorre su distancia en un tiempo récord, conforme a las disposiciones de esta subsección, su actuación no será anulada por descalificación posterior de su equipo de relevos por faltas ocurridas después de que él haya realizado su carrera.

2009/2013



REGLAS

N.12 RÉCORDS Y MEJORES MARCAS NACIONALES



N.12.11 El primer nadador de un relevo, **salvo en los relevos mixtos**, puede pedir la homologación de un Récord del España. Si el primer nadador de un equipo de relevos recorre su distancia en un tiempo récord, conforme a las disposiciones de esta subsección, su actuación no será anulada por descalificación posterior de su equipo de relevos por faltas ocurridas después de que él haya realizado su carrera.

2013/2017



REGLAS

N.12 RÉCORDS Y MEJORES MARCAS NACIONALES



N.12.11 El primer nadador de un relevo, salvo en los relevos mixtos, puede pedir la homologación de un Récord del España. Si el primer nadador de un equipo de relevos recorre su distancia en un tiempo récord, conforme a las disposiciones de esta subsección, su actuación no será anulada por descalificación posterior de su equipo de relevos por faltas ocurridas después de que él haya realizado su carrera.





¿ P r e g u n t a s ?

