

# PROYECTO NORMATIVA CATEGORÍA «PROMESAS»

Temporada 2020/21. Circular 19-09.

Se establecen dos fases: las jornadas locales y el «Festival Gallego PROMESAS», conforme a las siguientes bases:

## Jornadas Locales

### Organización, fechas y sedes

- 1.- Los clubes afiliados a la FEGAN podrán organizar «tomas de tiempos» para los nadadores de los años:
- 2.- Los clubes interesados en la celebración de las dichas jornadas deberán ponerlo en conocimiento de la Federación oportunamente.
- 3.- Las fechas límite para la celebración de cada jornada y envío de resultados a la FEGAN, serán a finales de los meses de noviembre para la 1ª jornada, enero para la 2ª jornada, febrero para la 3ª jornada y abril para la 4ª jornada.

### Programa de pruebas

Jornada 1	Jornada 2
1.- 25 pies crol tabla masculino 2.- 25 pies crol tabla femenino 3.- 25 libre masculino 4.- 25 libre femenino	5.- 25 pies espalda tabla femenino 6.- 25 pies espalda tabla masculino 7.- 25 espalda femenino 8.- 25 espalda masculino
Jornada 3	Jornada 4
9.- 25 pies braza tabla masculino 10.- 25 pies braza tabla femenino 11.- 25 braza masculino 12.- 25 braza femenino 13.- 50 libre masculino 14.- 50 libre femenino	15.- 25 pies mariposa tabla femenino 16.- 25 pies mariposa tabla masculino 17.- 25 mariposa femenino 18.- 25 mariposa masculino 19.- 50 espalda femenino 20.- 50 espalda masculino

## NORMAS DE LAS PRUEBAS DE PIES

- 1.- En las pruebas 1, 2, 9, 10, 15 y 16 el nadador o nadadora deberá sujetar en todo momento la tabla con ambas manos y siempre por delante de la cabeza. En las pruebas 5 y 6 el nadador o nadadora deberá sujetar la tabla con ambas manos encima de las rodillas; para la llegada (los últimos 5 metros) se permitirá que estiren uno de los brazos por encima de la cabeza.
- 2.- Las tablas deberán ser proporcionadas por el club organizador, siendo todas del mismo tamaño y densidad.
- 3.- No está permitida ninguna fase subacuática en toda la prueba.
- 4.- La salida se realizará desde dentro del agua con una mano en la tabla, la otra en la pared y, al menos, un pie en la pared.

## Participación

1.- La presente normativa está destinada a las categorías:

**Femenina: nacidas en 2013 y posteriores.**

**Masculina: nacidos en 2011 y posteriores.**

2.- La participación está abierta a todos los nadadores de las categorías señaladas sin ningún límite.

## Inscripciones

1.- Se realizarán a través del XESDE y el acta de inscripción que el propio programa genera en formato PDF será remitida a la Federación por correo electrónico ([inscripciones@fegan.org](mailto:inscripciones@fegan.org)).

## Fórmula de competición

1.- Se disputarán todas las pruebas contra reloj.

2.- En dichas jornadas podrán actuar como jueces-árbitros los propios técnicos de los clubes participantes, debiendo acreditar la veracidad de los resultados.

3.- La puntuación se realizará en la sede de la FEGAN, a partir de la clasificación general de cada jornada. En esta clasificación no se tendrá en cuenta a conversión de los resultados realizados en piscina de 50 metros.

4.- A efectos de puntuación, solo se tendrán en cuenta como máximo cuatro nadadores por club en cada prueba con independencia de los que participaran.

5.- La puntuación será: 39, 36, 34, 33, 32, 31, 30, 29, 28, 27, 26, 25, 24, 23, 22, 21, 20, 19, 18, 17, 16, 15, 14, 13, 12, 11, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1.

6.- En el supuesto de que un club tenga clasificados más de cuatro nadadores en la misma prueba solo puntuarán los cuatro primeros. Los clasificados a continuación, no serán puntuados, adjudicándose su puntuación al siguiente de la clasificación que no sea de ese mismo club.

## Clasificaciones y resultados

1.- Se establecerá una clasificación individual por cada categoría (masculina y femenina) una vez reunidos todos los resultados de cada sede y una clasificación total sumando las dos anteriores.

2.- Las clasificaciones serán realizadas por la FEGAN, para lo cual los clubes organizadores deberán remitir los resultados de cada sede a la FEGAN a la mayor brevedad posible, como máximo deberán encontrarse en la Federación a finales del mes previsto en la presente normativa para cada jornada.

3.- Los resultados se remitirán a la FEGAN a través de correo electrónico ([resultados@fegan.org](mailto:resultados@fegan.org)).

## FESTIVAL GALLEGO «PROMESAS»

### Organización, fecha y sede

- 1.- En el Festival Gallego "PROMESAS" podrán participar los dieciséis mejores clubes clasificados en las jornadas locales de la clasificación conjunta.
- 2.- El Festival se celebrarán en la fecha y sede establecida en el calendario de natación para la presente temporada.
- 3.- La competición se celebrará en una sola sesión que dará comienzo a las 17.00 horas.

### Programa de pruebas

1.- <del>8x25 ESTILOS MIXTO</del>	7.- 50 BRAZA FEMENINO
2.- 50 LIBRE MASCULINO	8.- 50 MARIPOSA MASCULINO
3.- 50 LIBRE FEMENINO	9.- 50 MARIPOSA FEMENINO
4.- 50 ESPALDA MASCULINO	10.- 50 PIES CROL EN POSICIÓN DE FLECHA MASCULINO
5.- 50 ESPALDA FEMENINO	11.- 50 PIES CROL EN POSICIÓN DE FLECHA FEMENINO
6.- 50 BRAZA MASCULINO	12.- <del>8x25 LIBRE MIXTO</del>

### NORMAS DE LAS PRUEBAS DE PIES EN POSICIÓN DE FLECHA

- 1.- En las pruebas 10 y 11 el nadador o nadadora deberá adoptar la posición de flecha, tal y como se ilustra en la imagen. En ningún caso podrán separar las manos.
- 2.- Para realizar el viraje, el nadador o nadadora deberá tocar la pared con ambas manos a la vez en posición prona.
- 3.- Se permitirá una fase subacuática máxima de 10 metros siempre que se efectúe al estilo correspondiente de cada prueba y en la misma posición de flecha.
- 4.- La salida se realizará desde dentro del agua con una mano y, al menos, un pie en la pared.



*Posición de flecha*

### Participación

- 1.- La presente normativa está destinada a las categorías:  
**Femenina: nacidas en 2013 y posteriores.**  
**Masculina: nacidos en 2011 y posteriores.**
- 2.- La participación está abierta a todos los nadadores de las categorías señaladas y que pertenezcan a los

clubes con derecho a participación.

3.- Cada nadador podrá participar como máximo en una prueba individual ~~y en los dos relevos.~~

4.- Cada club podrá inscribir un máximo de tres nadadores en cada prueba ~~y dos equipos de relevos. Los equipos de relevos estarán formados por 4 niñas y 4 niños.~~

5.- Se aceptarán cambios de nadadores hasta 45 minutos antes del inicio de la competición, previa solicitud de baja de un nadador del mismo club inscrito en la prueba.

6.- Los clubes con derecho a participación, deberán confirmarla en el plazo que se indique oportunamente. En caso de que alguno no participara, su puesto podría ser cubierto por el siguiente club clasificado.

## Inscripciones

1.- Se realizarán a través del XESDE y el acta de inscripción que el propio programa genera en formato PDF será remitida a la Federación por correo electrónico (inscripciones@fegan.org). Junto con el dicho archivo se remitirá, en el mismo correo, el comprobante del pago de la inscripción.

2.- Las inscripciones deberán hallarse en poder de la FEGAN como límite, el martes anterior a la fecha de celebración que figura en el calendario de natación para la presente temporada, siendo responsabilidad del club que realiza la inscripción asegurarse de que fue recibida.

3.- Deberán inscribirse también los nadadores ~~que participen solo en relevos y~~ para cambios, remitiendo el impreso junto con el acta de preinscripción generada.

~~4. Junto con la inscripción se incluirán en el correo las composiciones de relevos de las pruebas de relevos. El día de la competición se permitirá hacer cambios debidos a bajas.~~

## Fórmula de competición

1.- Se disputarán todas las pruebas contra reloj.

2.- Puntuarán los 16 primeros clasificados de cada prueba individual y el relevo mejor clasificado de cada club. En el supuesto de que un mismo club tenga clasificados los dos relevos entre los 16 primeros solo puntuará el primero. El clasificado a continuación, no será puntuado, adjudicándose su puntuación al siguiente en la clasificación.

3.- La puntuación en las pruebas individuales será: 19, 16, 14, 13, 12, 11, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1.

~~4.- La puntuación en las pruebas de relevos será: 38, 32, 28, 26, 24, 22, 20, 18, 16, 14, 12, 10, 8, 6, 4, 2.~~

## Clasificaciones

1.- Se harán las siguientes clasificaciones:

a) Clasificación masculina. Total puntos conseguidos en pruebas individuales ~~y relevos masculinos.~~

b) Clasificación femenina. Total puntos conseguidos en pruebas individuales ~~y relevos femeninos.~~

c) Clasificación total. Total de puntos de la suma de la clasificación masculina, femenina y más los puntos de las pruebas mixtas (en caso de que haya).

## Títulos y premios

1.- Se entregará un trofeo al club clasificado en primer lugar en la clasificación general conjunta como Campeón Gallego del Festival.

2.- Se entregarán medallas a todos los componentes de los tres primeros equipos clasificados.

3.- Se entregará medalla conmemorativa a todos los participantes.