

LIGA GALLEGA PREBENJAMÍN

Temporada 2023/24. Circular 23-09

Se establecen dos fases: las jornadas locales y la «Copa Gallega Pre-benjamín», conforme a las siguientes bases:

Jornadas Locales

1.- Organización, fechas y sedes

1.- Los clubes afiliados a la FEGAN podrán organizar «tomas de tiempos» para los nadadores de los años:

Femenina: nacidas en 2015 y posteriores.

Masculina: nacidos en 2015 y posteriores.

2.- Los clubes interesados en la celebración de las dichas jornadas deberán ponerlo en conocimiento de la Federación.

3.- Los clubes tendrán libertad para hacer otras pruebas complementarias en dichas tomas de tiempos, pero enviarán solo los resultados de las pruebas de referencia en este reglamento.

4.- 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, marzo para la 4ª jornada. La celebración de la 5ª jornada será opcional, no contando para la clasificación final, y sus resultados serán enviados a la FEGAN antes del mes de junio.

2.-Programa de pruebas

Jornada 1		Jornada 2		Jornada 3	
1	25 libre mas.	8	25 espalda fem.	16	25 braza mas.
2	25 libre fem.	9	25 espalda mas.	17	25 braza fem.
3	50 libre mas. 2015	10	50 espalda fem. 2015	18	50 braza mas. 2015
4	50 libre fem. 2015	11	50 espalda mas. 2015	19	50 braza fem. 2015
5	Prueba de habilidad*	12	Prueba de habilidad*	20	Prueba de habilidad*
6	50 (25 crol/25 espalda) mas.	13	50 (25 espalda/25 braza) mas.	21	50 (25 braza/25 mariposa) mas.
7	50 (25 crol/25 espalda) fem.	14	50 (25 espalda/25 braza) fem.	22	50 (25 braza/25 mariposa) fem.
		15	4 x 25 libre mixto		
Jornada 4		Jornada 5			
23	25 mariposa fem.	31	25 espalda mixto		
24	25 mariposa mas.	32	25 braza mixto		
25	50 mariposa fem. 2015	33	25 mariposa mixto		
26	50 mariposa mas. 2015	34	50 espalda mixto 2015		
27	Prueba de habilidad*	35	50 braza mixto 2015		
28	50 libre fem.	36	50 mariposa mixto 2015		
29	50 libre mas.	37	Repesca de habilidades*		
30	6 x 25 libre mixto				

*Pruebas de habilidades:

Las pruebas de habilidades se celebrarán durante las cuatro primeras jornadas. Su distribución dependerá de los clubes que organizan las "tomas de tiempos"

En la 5ª Jornada se podrá celebrar una repesca de habilidades para todos aquellos nadadores que no han superado las pruebas en las anteriores jornadas.

La calificación en dichas pruebas será de APTO o NO APTO. Los nadadores tendrán que ser observados y calificados mediante una valoración objetiva. El técnico de cada club será el encargado de esa valoración.

3.-Participación

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

- Masculina: año 2015
- Masculina: año 2016 y posteriores
- Femenina: año 2015
- Femenina: año 2016 y posteriores

2.- Los nadadores y nadadoras podrán participar como máximo en dos pruebas individuales, la prueba de habilidad y un relevo.

Las pruebas de habilidades serán obligatorias para todos los nadadores, pero no contarán para clasificación general.

3.- En la prueba de relevos mixtos los equipos estarán formados preferiblemente por mitad niños y mitad niñas y no contarán para la clasificación general.

4.- Solo contarán para la clasificación final las cuatro primeras jornadas.

5.- En todas las pruebas se hará una clasificación por categoría, excepto en aquellas que son exclusivas de último año.

4.-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).

5.-Fórmula de competición

1.- Se disputarán todas las pruebas contrarreloj.

1.2 -En las pruebas de habilidades los nadadores podrán distribuirse en todas las calles o de una manera diferente para garantizar una buena valoración por parte de los técnicos.

2.- En dichas jornadas actuarán 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 participen.

5.- La puntuación en todas las pruebas puntuables será: 50, 47, 45, 44, 43, 42, 41, 40, 39, 38, 37, 36, 35, 34, 33, 32, 31, 30, 29, 28, 27, 26, 25, 24, 22, 21, 20, 19, 18, 17, 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.

6.- 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). Se enviará, además de los resultados de cada jornada local, la relación de nadadores y las calificaciones de las habilidades técnicas.

4.- No se entregará ningún título de liga gallega de categoría Pre-Benjamín, ni se proclamará ningún Club como Campeón de la misma.

PRUEBA DE HABILIDADES

1. Salida desde el poyete, entrada en el agua, posición flecha y deslizamiento
Se valorará:
 - a) El conocimiento de los pitidos reglamentarios durante la salida
 - b) Que los pies estén juntos y separados si se hace la "salida tradicional", o uno atrás y otro adelante si se hace la "salida americana".
 - c) Realizar un salto, no dejarse caer
 - d) Entrada en el agua con los brazos estirados y juntos
 - e) Posición flecha durante el deslizamiento.

2. Salida desde el poyete de espalda, entrada en el agua, posición flecha y deslizamiento.
Se valorará:
 - a) El conocimiento de los pitidos reglamentarios durante la salida
 - b) Que los pies/dedos estén bien colocados y apoyados en la pared
 - c) Realizar o tener intención de realizar un salto, echando la cabeza y los brazos hacia atrás.
 - d) Entrada en el agua con los brazos estirados.
 - e) Posición flecha durante el deslizamiento.

3. Empuje en la pared en posición de cúbito supino, cambio de posición del cuerpo a cúbito prono durante el deslizamiento, nado a crol hasta los 15 metros y finalizamos con un giro sobre el eje transversal de 360°.

Se valorará:

- a) El cambio de posición en el agua sobre el eje horizontal. Bien estirados y sin perder la posición flecha.
- b) Que el giro sobre el eje transversal sea completo (360°) y que el cuerpo esté bien agrupado.

4. Empuje en la pared, deslizamiento y nado subacuático (+5 metros /+8 metros).

Se valorará:

- a) Posición flecha durante el deslizamiento y el nado subacuático.
- b) Ejecución del nado subacuático con las dos piernas simultáneas

COPA GALLEGA «PRE-BENJAMÍN»

1.- Organización, fecha y sede

- 1.- En la Copa Gallega “Pre-Benjamín” podrán participar los dieciséis mejores clubes clasificados en las jornadas locales de la clasificación conjunta.
- 2.- La Copa Gallega Pre-Benjamín, 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.- 4x25 ESTILOS MIXTO
- 2.- 50 LIBRE MASCULINO
- 3.- 50 LIBRE FEMENINO
- 4.- 100 LIBRE MASCULINO
- 5.- 100 LIBRE FEMENINO
- 6.- 50 ESPALDA MASCULINO
- 7.- 50 ESPALDA FEMENINO
- 8.- 50 BRAZA MASCULINO
- 9.- 50 BRAZA FEMENINO
- 10.- 100 ESTILOS MASCULINO
- 11.- 100 ESTILOS FEMENINO
- 12.- 50 MARIPOSA MASCULINO
- 13.- 50 MARIPOSA FEMENINO
- 14.- 4x25 LIBRE MIXTO

2.- Participación

- 1.- La presente normativa está destinada a las categorías:
 - Masculina: año 2015 y posteriores
 - Femenina: año 2015 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 y nadadora podrá participar como máximo en una prueba individual y en un relevo.
- 4.- Cada club podrá inscribir un máximo de tres nadadores en cada prueba, pero solo puntuarán los dos primeros. No habrá límite en cuanto al número de relevos por club, pero solo puntuarán los dos primeros equipos en cada prueba.
- 5.- Se aceptarán cambios de nadadores hasta 30 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.

3.- 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 para cambios a través del Xesde, remitiendo el acta de inscripción generada.

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

4.- Fórmula de competición

1.- Se disputarán todas las pruebas contrarreloj.

2.- Puntuarán los 16 primeros clasificados de cada prueba individual y relevos. Solo puntuarán dos nadadores por club y dos relevos por club, 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, 34, 28, 26, 24, 22, 20, 18, 16, 14, 12, 10, 8, 6, 4, 2.

5.- Clasificaciones

1.- Se harán las siguientes clasificaciones:

a) Clasificación masculina. Total puntos conseguidos en pruebas individuales.

b) Clasificación femenina. Total puntos conseguidos en pruebas individuales.

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).

6.- Títulos y premios

1.- Se entregará un trofeo al club clasificado en primer lugar en la clasificación general conjunta como Campeón de la Copa Gallega Pre-Benjamín.

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

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