

XI CAMPIONATO DE ESPAÑA DE NATACIÓN POR FFAA ALEVÍN

FEDERACIÓN GALEGA DE NATACIÓN (FEGAN)

TEMPADA 2024-25



Índice

Criterios de selección.....	3
Convocatoria.....	3
Análise dos resultados individuais.....	4
Categoría masculina.....	4
Guillermo Simón Garrido CN Liceo 2012.....	4
Hugo González González AD Nautico Narón 2013.....	7
Hugo Lázare López CN Portamiñá 2012.....	10
Martín Mariño Fernández CN Culleredo 2012.....	12
Marcos Ferreiro Terrón CN Rías Baixas 2012.....	15
Pablo Méndez Guerra CN Pabellón Ourense 2012.....	17
Hugo Otero González CN Xove 2012.....	19
Iago Ulla Rodríguez Club Marina Ferrol. 2012.....	22
Hugo Piña Consuegra CN Rías Baixas 2012.....	24
Roque Caneiro Fonticova CN Cedeira 2012.....	26
Categoría feminina.....	28
Rocío del Carmen Ramos Pérez CN Ferrol 2012.....	28
Ada Barros Gómez CN Mos 2012.....	30
Martina Gómez Pedrouzo Club Fluvial de Lugo 2012.....	32
Irati Martínez Quijada CN Ferrol 2012.....	34
Mar Díaz – Pache Cidoncha Sporting Club Casino 2012.....	36
Carla Giance García AD Fogar 2012.....	38
Sara Carreira Fernández CN Culleredo 2012.....	40
Aroa Jiménez Filgueira CN Ferrol 2012.....	43
Patricia López Fernández CN Portamiñá 2012.....	46
Silvia Ortiz Esperza CN Liceo 2012.....	48
Claudia Gerveno Prada Sporting Club Casino 2013.....	50
Resumo dos resultados individuais.....	51
Aspectos nos que incidir para último macrociclo.....	51
Análise dos resultados como colectivo.....	52

INFORME DO XI CAMPIONATO DE ESPAÑA DE NATACIÓN POR FFAA ALEVÍN

Valladolid – 21 ao 23 de febreiro de 2025

Criterios de selección

Os criterios de selección que se seguirán para a convocatoria dos nadadores que participarán no XI Campionato de España de Natación por FFAA en idade escolar que se disputará entre o 21 e o 23 de febreiro do 2025, por orde de prioridade, serán:

Resultados do Campionato Galego Alevín de inverno.

Resultados da Liga Alevín ata o 19 de xaneiro de 2025

Realización de tests e asistencia ás Xornadas GES programadas para categoría Alevín

A Dirección Técnica resérvase o dereito de convocar a nadadores que non cumpran os criterios en beneficio da Selección Galega.

Convocatoria

Nadadores

 Federación Galega de Natación			 XUNTA DE GALICIA  DEPORTE GALEGO			
CATEGORÍA ALEVÍN MASCULINO	ANO	CLUB	Venres 21 de febreiro	Sábado 22 de febreiro		Domingo 23 de febreiro
			1ª Xor 1ª Sesión	2ª Xor -2ª Sesión	2ª Xor- 3ª Sesión	3ª Xor-4ª Sesión
Guillermo Simón Garrido	2012	CN Liceo	800 Libre	200 Bolboreta	400 Estilos	400 Libre
Hugo González González	2013	A.D. Náutico Narón	100 Costas	50 Costas	200 Costas	100 Estilos
Hugo Lázare López	2012	CN Portamiñá	200 Estilos	100 Braza	50 Braza	200 Braza
Martín Mariño Hernández	2012	CN Culleredo		100 Libre	200 Costas	50 Libre- 100 Estilos
Marcos Ferreiro Terrón	2012	CN Rías Baixas	50 Bolboreta	200 Bolboreta	100 Bolboreta	
Pablo Méndez Guerra	2012	CN Pabellón	50 Bolboreta		100 Bolboreta	
Hugo Otero González	2012	CN Xove		100 Libre	200 Libre	400 Libre – 50 Libre
Iago Ulla Rodríguez	2012	C Marina Ferrol	100 Costas	50 Costas	400 Estilos	
Hugo Piña Consuegra	2012	CN Rías Baixas	200 Estilos	100 Braza	50 Braza	200 Braza
Roque Caneiro Fonticova	2012	CN Cedeira	800 Libre		200 Libre	
				4x200 Libre	4 x 100 Libre	4 x 100 Estilos
CATEGORÍA ALEVÍN FEMININA	ANO	CLUB	1ª Xor -1ª Sesión	2ª Xor – 2ª Sesión	2ª Xor- 3ª Sesión	3ª Xor-4ª Sesión
Rocío Del Carmen Ramos Pérez	2012	CN Ferrol	100 Libre		200 Libre	50 Libre – 100 Estilos
Ada Barros Gómez	2012	CN Mos	100 Libre		200 Libre	50 Libre
Martina Gómez Pedrouzo	2012	Club Fluvial de Lugo		100 Braza	50 Braza	200 Braza
Irati Martínez Quijada	2012	CN Ferrol		100 Braza	50 Braza	200 Braza
Mar Díaz – Pache Cidoncha	2012	Sporting Club Casino	100 Costas	50 costas	200 costas	
Carla Giance García	2012	AD Fogar	100 costas			100 Estilos
Sara Carreira Fernández	2012	CN Culleredo	200 Estilos – 50 Bolboreta	200 Bolboreta	100 Bolboreta	
Aroa Jiménez Filgueira	2012	CN Ferrol	200 Estilos- 50 Bolboreta	200 Bolboreta	400 Estilos	
Patricia López Fernández	2012	CN Portamiñá		800 Libre	400 Estilos	400 Libre
Silvia Ortiz Esparza	2012	CN Liceo		800 Libre	100 Bolboreta	400 Libre
Claudia Gerveno Prada	2013	Sporting Club Casino		50 costas	200 costas	
			4x200 Libre		4 x 100 Libre	4 x 100 Estilos

Adestradores

Iván Balboa Blaco – CN Portamiñá.

Nina Rodríguez Rodríguez – CN Rías Baixas.

Análise dos resultados individuais

Categoría masculina

Guillermo Simón Garrido

CN Liceo

2012



GUILLERMO Simón Garrido

400 - 800 Libre / 200 Bolboreta / 400 Estilos

800 libre

MMPPC: 9:28,77

Tempos 100		1:05,79		1:10,55		1:11,87		1:12,95
Tempos 200/300/400				2:16,34		3:28,21		4:41,16
Frecuencias	56,2-54,5	51,6-50,5	51,6-50,3	49,7-49,7	46,3		46,1-45,3	44,5-44,5
Tempos 100		1:13,58		1:14,27		1:13,05		1:09,54
Tempos 500/600/700/800		5:54,74		7:08,91		8:21,96		9:31,50
Frecuencias	45,0	44,5	45,9-44,1	43,3	45,1	47,2 – 46,8	56,0	57,3
Posición: 3º		Puntos: 39,00						+00:02,73 da MMPPC

200 bolboreta

MMPPC: 2:33,13

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:33,72	00:38,87	00:39,76	00:38,99
Tempo: 100-150-200		1:12,56	1:52,32	2:31,31
Frecuencias	52,8 – 51,1	50,3 – 50,3	50,1 – 51,4	51,0 – 50,9
Posición: 7º	Puntos: 34,00			-00:01,82 da MMPPC

400 estilos

MMPPC: 5:19,94

Tempos 50	00:34,53	00:39,53	00:42,51	00:41,39	00:46,82	00:47,82	00:36,58	00:35,84
Tempos 100		1:14,06		1:23,90		1:34,64		1:12,64
Tempos:200-300-400				2:37,96		4:12,60		5:25,02
Frecuencias	-	-	-	-	-	-	-	-
Posición: 7º		Puntos: 34,00						+00:05,08 da MMPPC

400 Libre

MMPPC: 4:38,50

Tempos 50	00:32,18	00:34,88	00:35,49	00:36,39	00:36,07	00:36,17	00:36,13	00:34,64
Tempos 100		1:07,06		1:11,88		1:12,24		1:10,77
Tempos:200-300-400				2:18,94		3:31,18		4:41,95
Frecuencias	54,0 – 50,9	47,4 – 48,0	48,0 – 46,8	47,0 -46,3	46,8	46,6 – 45,7	45	48,4 – 49,0
Posición: 8º		Puntos: 33,00						+00:03,45 da MMPPC

4 x 200 Libre

1ª posta

MMPPC: 2:15,84

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:31,28	00:34,31	00:35,17	00:35,75
Tempo: 100-150-200		1:06,59	1:41,76	2:16,51 (1:10,87)
Frecuencias	58,4 – 53,3	53,5 – 52,4	52,8 – 52,8	51,4 – 53,0
Posición:	Puntos:			+00:00,67 da MMPPC

4 x 100 Libre

2ª posta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:31,84	00:33,81 (+00:01,97)	1:05,65
Frecuencias	55,9 – 52,6	52,6 – 51,9	
Posición: 3º			

4 x 100 Estilos

3ªposta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:33,61	00:38,04 (+00:04,43)	1:11,65
Frecuencias	55,1 – 54,3	54,8 – 53,3	
Posición:	Puntos :		

Hugo González González

AD Nautico Narón

2013



HUGO González González

50 - 100 - 200 Costas / 100 Estilos

100 costas:

MMPPC: 1:09,40

Tempos: 25	00:16,59	00:17,51	00:18,17	00:18,31
Tempos 50/75/100		00:34,10	00:52,27	1:10,58 (00:36,48)
Frecuencias	41,4	37,6	37,2	36,2
Posición: 14º	Puntos : 27,00			+00:01,18 da MMPPC

50 costas:

MMPPC: 00:33,75

Tempo 25	00:16,03	00:15,60 (-00:00,43)
Tempo 50		00:31,63
Frecuencias	45,9	45,9
Posición: 7º	Puntos 34,00	-00:02,12 da MMPPC - MMPPC

200 costas

MMPPC: 2:32,71

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:34,41	00:37,17	00:38,90	00:37,98
Tempo: 100-150-200		1:11,58	1:50,48	2:28,46 (1:16,88)
Frecuencias	35,9	35,3 – 33,1	33,0 – 32,4	32,0 – 34,2
Posición: 7º	Puntos: 34,00	MMPPC	-00:04,25 da MMPPC	

100 estilos

MMPPC: 1:14,73

Tempos: 25	00:14,58	00:17,35	00:22,78	00:17,77
Tempos 50/75/100		00:31,93	00:54,71	1:12,48
Frecuencias	58,2	41,2	49,2 – 46,6	41,7
Posición: 9º	Puntos : 32,00		MMPPC	-00:02,25 da MMPPC

4 x 100 libre

3ª posta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:30,96	00:32,31 (+00:02,35)	1:03,27
Frecuencias	46,8 – 44,4	42,5 – 40,7	
Posición:	Puntos :		

4 x 100 estilos

1ª posta

MMPPC:1:09,40

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:34,32	00:35,15 (+00:00,83)	1:09,47
Frecuencias	42,7 – 37,0	35,9 – 42,7	
Posición:	Puntos :		+00:00,07 da MMPPC

Hugo Lázare López

CN Portamiñá

2012



HUGO Lázare López

50 - 100 - 200 Braza / 200 Estilos

200 Estilos

MMPPC: 2:42,79

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:35,97	00:45,52	00:46,88	00:36,19
Tempo: 100-150-200		1:21,49	2:08,37	2:44,56
Frecuencias	50,7 – 45,0	37,0 – 34,3	43,4 – 41,8	47,2 – 44,8
Posición: 21º	Puntos: 20,00		+ 00:01,77 da MMPPC	

200 Braza

MMPPC: 3:12,27

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:41,34	00:47,07	00:48,38	00:48,09
Tempo: 100-150-200		1:28,41	2:16,79	3:04,98
Frecuencias	50,5 – 45,7	43,7 – 39,6	39,3 – 39,5	41,5 – 42,8
Posición: 19º	Puntos: 22,00		-00:07,71 da MMPPC	

50 Braza

MMPPC: 00:37,60

Tempo 25	00:18,15	00:20,51 (+00:02,36)
Tempo 50		00:38,66
Frecuencias	59,7	62,9
Posición: 26º	Puntos 15,00	+00:01,06

100 Braza

MMPPC: 1:22,75

Tempos: 25	00:18,12	00:21,15	00:22,29	00:22,37
Tempos 50/75/100		00:39,27	1:01,56	1:23,93 (00:44,66)
Frecuencias	57,3	50,3	49,9	48,4
Posición: 20º	Puntos : 21,00		+00:01,18 da MMPPC	

4 x 200 Libre

3ª Posta

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:31,20	00:35,71	00:37,94	00:35,77
Tempo: 100-150-200		1:07,91	1:55,85	2:20,62
Frecuencias	50,5 – 48,6	46,5 – 43,4	42,8 -41,5	44,4 – 44,3
Posición:	Puntos:			

Martín Mariño Fernández

CN Culleredo

2012



MARTIN Mariño Hernández
50 - 100 Libre / 100 Estilos / 200 Costas

100 Libre

MMPPC: 1:02,78

Tempos: 25	00:14,13	00:15,38	00:16,80	00:16,38
Tempos 50/75/100		00:29,51	00:46,31	1:02,69 (00:33,17)
Frecuencias	51,9	48,8	43,7	43,9
Posición: 16º	Puntos : 25,00	MMPPC	-00:00,09 da MMPPC	

200 Espalda

MMPPC: 2:31,02

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:36,13	00:39,13	00:39,85	00:39,37
Tempo: 100-150-200		1:15,26	1:55,11	2:34,48
Frecuencias	52,1	41,5	40,4	41,0
Posición: 14º	Puntos: 27,00		+ 00:03,46 da MMPPC	

50 Libre

MMPPC: 00:29,96

Tempo 25	00:14,40	00:14,57 (+00:00,17)
Tempo 50		00:28,97
Frecuencias	52,6	49,0 – 49,0
Posición: 18º	Puntos 23,00	-00:01,01 da MMPPC - MMPPC

100 Estilos

MMPPC: NT

Tempos: 25	00:15:05	00:17,75	00:21,46	00:16,93
Tempos 50/75/100		00:32,80	00:54,26	1:11,19
Frecuencias	48,2	50,1 – 47,6	49,9 – 45,9	44,6 – 43,7
Posición: 6º	Puntos : 35,00		MMPPC	

4 x 100 Libre

1ª posta

MMPPC: 1:02,69 (Proba 100L do campionato)

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:30,23	00:32,07 (+00:01,84)	1:02,30
Frecuencias	48,6 – 45,6	44,6 – 45,1	
Posición:	Puntos :	MMPPC	-00:00,39 da MMPPC

4 x 200 Libre

posta

Tempo: 1º/2º/3º/4º				
Tempo: 100-150-200				
Frecuencias				
Posición:	Puntos:			

4 x 100 Estilos

4ª posta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:29,74	00:31,83 (+00:02,09)	1:01,57
Frecuencias	48,0 – 46,1	42,4 – 43,7	
Posición:	Puntos :		

Marcos Ferreiro Terrón

CN Rías Baixas

2012



MARCOS Ferreiro Terrón

50 - 100 - 200 Bolboreta

50 Bolboreta

MMPPC: 00:33,77

Tempo 25	00:15,24	00:17,77
Tempo 50		00:33,01
Frecuencias	-	-
Posición: 19º	Puntos 21,50	-00:00,76 da MMPPC - MMPPC

100 Bolboreta

MMPPC: 1:18,75

Tempos: 25	00:16,06	00:19,18	00:19,79	00:20,78
Tempos 50/75/100		00:35,24	00:55,03	1:15,81 (00:40,57)
Frecuencias	41,1	35,8	38,0	38,5 – 37,1
Posición: 21º	Puntos : 20,00	MMPPC	-00:02,96 da MMPPC	

200 Bolboreta

MMPPC: 3:01,80

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:36,52	00:42,94	00:46,21	00:48,17
Tempo: 100-150-200		1:19,46	2:05,67	2:53,84 (1:34,38)
Frecuencias	36,3 - 33,1	33,6 – 34,3	34,9 – 34,3	35,0 – 34,7- 33.6
Posición: 22º	Puntos: 19,00	MMPPC	-00:08,96 da MMPPC	

Pablo Méndez Guerra

CN Pabellón Ourense

2012



PABLO Méndez Guerra

50 - 100 Bolboreta

50 Bolboreta

MMPPC: 00:33,93

Tempo 25	00:15,83	00:18,14 (+00:02,31)
Tempo 50		00:33,97
Frecuencias	-	-
Posición: 24º	Puntos 21,50	+00:00,03 da MMPPC

100 Bolboreta

MMPPC: 1:21,77

Tempos: 25	00:16,87	00:19,74	00:20,22	00:21,89
Tempos 50/75/100		00:36,61	00:56,83	1:18,72 (00:42,11)
Frecuencias	43,6	43,3	50,3	43,9 – 42,8
Posición: 27º	Puntos : 14,00	MMPPC	-00:03,05 da MMPPC	

Hugo Otero González

CN Xove

2012



HUGO Otero González

50 - 100 - 200 - 400 Libre

100 Libre

MMPPC: 1:05,12

Tempos: 25	00:14,64	00:16,45	00:16,69	00:16,52
Tempos 50/75/100		00:31,06	00:47,78	1:04,30 (00:33,24)
Frecuencias	54,8	51,6	49,2	47,2 – 46,3
Posición: 22º	Puntos : 19,00	MMPPC	-00:00,82 da MMPPC	

200 Libre

MMPPC: 2:19,77

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:32,33	00:36,22	00:36,01	00:36,63
Tempo: 100-150-200		1:08,55	1:43,56	2:19,19
Frecuencias	50,3	45,0	49,7 – 46,6	47,6
Posición: 19º	Puntos: 22,00	MMPPC	-00:00,58 da MMPPC	

400 Libre

MMPPC: 4:55,83

Tempos 50	00:33,00	00:36,48	00:37,57	00:38,35	00:38,13	00:38,12	00:37,87	00:36,99
Tempos 100		1:09,48		1:15,92		1:16,25		1:14,86
Tempos:200-300-400				2:25,40		3:41,65		4:56,51
Frecuencias	45,0 – 42	44,1 – 42,7	42,2 – 43,1	42,0 – 43,9	42,7 – 41,7	42,5 – 41,4	43,1-41,8	42,8 – 43,1
Posición: 20º	Puntos: 21,00						+00:00,68 da MMPPC	

50 Libre

MMPPC: 00:30,87M

Tempo 25	00:14,63	00:15,52
Tempo 50		00:30,15
Frecuencias	56,5	50,5 – 50,5
Posición: 29º	Puntos 12,00	-00:00,62 da MMPPC - MMPPC

4 x 100 Libre

4ª Posta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:31,46	00:34,73 (+00:03,27)	1:06,19
Frecuencias	54,5 – 50,1	50,3 – 45,1	
Posición:	Puntos :		

4 x 200 Libre

Posta

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:31,52	00:35,46	00:36,94	00:35,41
Tempo: 100-150-200		1:06,98	1:43,92	2:19,33
Frecuencias	51,1 – 47,4	46,8 -43,7	44,7 – 44,3	46,3 – 47,8
Posición:	Puntos:			

Iago Ulla Rodríguez

Club Marina Ferrol.

2012



IAGO Ulla Rodríguez

50 - 100 Costas / 400 Estilos

100 costas

MMPPC: 1:12,88

Tempos: 25	00:17,34	00:18,08	00:19,05	00:18,85
Tempos 50/75/100		00:35,42	00:54,47	1:13,32
Frecuencias	54,8	49,9	47,8	44,1 – 41,4
Posición: 19º	Puntos : 22,00		+00:00,44 da MMPPC	

50 costas

MMPPC: 00:33,97

Tempo 25	00:16,77	00:17,32
Tempo 50		00:34,09
Frecuencias	55,6	54,0 – 49,0
Posición: 19º	Puntos 22,00	+00:00,12 da MMPPC

400 estilos

MMPPC: 5:54,86

Tempos 50	00:39,58	00:47,82	00:41,70	00:41,34	00:52,30	00:53,36	00:40,21	00:38,59
Tempos 100		1:26,80		1:23,04		1:45,66		1:18,83
Tempos:200-300-400				2:49,84		4:35,48		5:54,31
Frecuencias	42,0-38,0	37,7 – 35,2	40,0 -36,9	34,7 – 35,4	33,8 – 31,9	33,4 – 31,8		38,0 – 44,6
Posición: 18º	Puntos: 23,00				MMPPC	-00:00,35 da MMPPC		

Hugo Piña Consuegra

CN Rías Baixas

2012



HUGO Piña Consuegra

50 - 100 - 200 Braza/ 200 Estilos

100 Braza

MMPPC: 1:25,98M (parcial 200)

Tempos: 25	00:18,09	00:20,93	00:21,46	00:21,86
Tempos 50/75/100		00:39,02	1:00,48	1:22,34 (00:43,32)
Frecuencias	54,8	53,3	51,4	56,2 – 53,8
Posición: 18º	Puntos : 23,00	MMPPC	-00:03,64 da MMPPC	

200 Braza

MMPPC: 2:58,75

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:40,76	00:45,28	00:45,51	00:45,72
Tempo: 100-150-200		1:26,04	2:11,55	2:57,27
Frecuencias	44,3 – 40,6	40,8 – 39,3	42,7 – 40,9	42,2 – 47,4
Posición: 11º	Puntos: 30,00	MMPPC	-00:01,48 da MMPPC	

50 Braza

MMPPC: 00:37,81

Tempo 25	00:17,85	00:20,27
Tempo 50		00:38,12
Frecuencias	55,9	50,9
Posición: 21º	Puntos: 20,00	+00:00,31 da MMPPC

200 estilos

MMPPC: 2:46,15

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:38,11	00:41,94	00:48,68	00:38,29
Tempo: 100-150-200		1:20,05	2:08,73	2:47,02
Frecuencias	45 – 37,7	36,5 – 32,6	46,5 – 43,3 – 40,4	36,6 – 41,5
Posición: 26º	Puntos: 15,00		+00:00,87 da MMPPC	

4 x 100 estilos

2ªposta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:38,68	00:44,06 (+00:05,38)	1:22,74
Frecuencias	52,0 – 44,4	49,4 – 51,9	
Posición:	Puntos :		

Roque Caneiro Fonticova

CN Cedeira

2012



ROQUE Caneiro Fonticoba

200 - 800 Libre

800 Libre

MMPPC: 10:06,19

Tempos 100	00:33,02	1:10,38		1:16,37		1:17,70		1:18,36
Tempos 200/300/400				2:26,75		3:44,35		5:02,71
Frecuencias	49,7 – 40,8	39,7	38,2	37,9 – 37,7	36,8 – 37,1	36,0 – 37,1	36,9	37,2
Tempos 100		1:18,11		1:18,91		1:18,88		1:17,11
Tempos 500/600/700/800		6:20,82		7:39,71		8:58,63		10:15,74
Frecuencias	36,7	36,7 – 37,1	37,6	37,1	36,9 – 36,7	37,0 – 36,8	37	37,5 – 39,2
Posición: 21º		Puntos: 20,00				+00:09,55 da MMPPC		

200 Libre

MMPPC: 2:23,37M – 2:23,56E

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:33,49	00:36,60	00:36,72	00:36,74
Tempo: 100-150-200		1:10,09	1:46,81	2:23,55
Frecuencias	46,5	41,7 – 39,3	41,1 – 40,8	41,5
Posición: 29º	Puntos: 12,00	MMPPC	-00:00,01 da MMPPC	

Categoría feminina

Rocío del Carmen Ramos Pérez

CN Ferrol

2012



ROCIO DEL CARMEN Ramos Pérez

50 – 100 – 200 Libre / 100 Estilos

100 Libre

MMPPC: 1:03,63

Tempos: 25	00:14,61	00:16,06	00:16,80	00:16,98
Tempos 50/75/100		00:30,67	00:47,77	1:04,45 (00:33,78)
Frecuencias	57,6	53,8	49,7	47,2 – 47,6
Posición: 17º	Puntos : 24,00		+00:00,82 da MMPPC	

200 Libre

MMPPC: 2:18,85M – 2:19,04

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:32,58	00:35,46	00:36,59	00:36,72
Tempo: 100-150-200		1:07,14	1:43,73	2:20,35 (1:13,21)
Frecuencias	48,0 – 41,2	44,1 – 45,5	47,6 – 43,0	43,9 – 43,0
Posición: 14º	Puntos: 27,00		+00:01,31 da MMPPC	

50 Libre

MMPPC: 00:30,02M – 00:30,31E

Tempo 25	00:14,61	00:15,05
Tempo 50		00:29,66
Frecuencias	59,4 – 59,1	58,2
Posición: 13º	Puntos: 28,00	-00:00,65 da MMPPC - MMPPC

100 Estilos

MMPPC: 1:14,62

Tempos: 25	00:16,17	00:19,14	00:23,87	00:17,10
Tempos 50/75/100		00:35,31	00:59,18	1:16,28
Frecuencias	-	49,0	52 – 51,9	52,1
Posición: 15º	Puntos : 26,00		+00:01,34 MMPPC	

4 x 200 Libre

1ª posta

MMPPC: 2:18,85M – 2:19,04

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:32,27	00:36,09	00:37,40	00:38,08
Tempo: 100-150-200		1:08,36	1:45,76	2:23,84 (1:15,48)
Frecuencias	49,9 – 45,3	44,6 – 45,0	43,3 – 42,8	42,7 – 40,8
Posición:	Puntos:		+00:03,80 da MMPPC	

4 x 100 Libre

4ª Posta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:30,84	00:33,87 (+00:03,03)	1:04,71
Frecuencias	56,5 – 53,3	51,4 – 48,6	
Posición:	Puntos :		

Ada Barros Gómez

CN Mos

2012



ADA Barros Gómez

50 - 100 - 200 Libre

100 Libre

MMPPC: 1:04,72

Tempos: 25	00:14,79	00:16,87	00:16,90	00:16,65
Tempos 50/75/100		00:31,66	00:48,56	1:05,21 (00:33,55)
Frecuencias	51,9	48,8	47,6	49,4
Posición: 19º	Puntos : 22,00		+00:00,49 da MMPPC	

50 Libre

MMPPC: 00:29,99

Tempo 25	00:14,76	00:15,78
Tempo 50		00:30,54
Frecuencias	60,3	58,2 – 55,6
Posición: 22º	Puntos: 19,00	+00:00,55 da MMPPC

200 Libre

MMPPC 2:20,93

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:32,80	00:35,60	00:37,32	00:36,55
Tempo: 100-150-200		1:08,40	1:45,72	2:22,27 (1:13,87)
Frecuencias	49,7 – 45,7	42,7 – 42,7	40,1 - 41,5	42,2 – 42,8
Posición: 18º	Puntos: 23,00		+00:01,33 da MMPPC	

4 x 100 Libre

3ª Posta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:31,39	00:34,88 (+00:03,49)	1:06,27
Frecuencias	49,2 – 48,0	45,0 – 45,7	
Posición:	Puntos :		

Martina Gómez Pedrouzo

Club Fluvial de Lugo

2012



MARTINA Gómez Pedrouzo

50 - 100 - 200 Braza

100 Braza

MMPPC: 1:20,93

Tempos: 25	00:17,87	00:20,13	00:20,66	00:20,80
Tempos 50/75/100		00:38,00	00:58,66	1:19,46 (00:41,46)
Frecuencias	40,6	37,4	36,7	36,5
Posición: 8º	Puntos : 33,00	MMPPC	-00:01,47 da MMPPC	

200 Braza

MMPPC: 2:50,53

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:39,16	00:44,02	00:44,47	00:44,30
Tempo: 100-150-200		1:23,18	2:07,65	2:51,95 (1:28,77)
Frecuencias	38,7 – 35,3	33,0 – 31,8	31,4 – 32,8	32,3 – 35,3
Posición: 7º	Puntos: 34,00		+00:01,42 da MMPPC	

50 Braza

MMPPC: 00:37,69

Tempo 25	00:17,66	00:19,93
Tempo 50		00:37,59
Frecuencias	44,3	40,1
Posición: 11º	Puntos: 30,00	-00:00,10 da MMPPC

4 x 100 Estilos

2ª Posta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:37,48	00:42,29 (+00:04,81)	1:19,77
Frecuencias	44,4 – 40,3	36,3 – 36,3	
Posición:	Puntos :		

Irati Martínez Quijada

CN Ferrol

2012



IRATI Martínez Quijada
50 - 100 - 200 Braza

100 Braza

MMPPC: 1:22,57

Tempos: 25	00:18,31	00:20,93	00:21,53	00:22,52
Tempos 50/75/100		00:39,24	1:00,77	1:23,29 (00:44,05)
Frecuencias	52,6	55,1	51,4	51,4
Posición: 18º	Puntos : 23,00		+00:00,73 da MMPPC	

200 Braza

MMPPC: 2:59,05

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:41,77	00:45,18	00:46,54	00:46,66
Tempo: 100-150-200		1:26,95	2:13,59	3:00,25 (1:33,30)
Frecuencias	40,4 – 37,1	39,0 – 40,3	41,1 – 42,0	43,0 – 43,9
Posición: 17º	Puntos: 24,00		+00:01,20 da MMPPC	

50 Braza

MMPPC: 00:37,97

Tempo 25	00:18,13	00:19,73
Tempo 50		00:37,86
Frecuencias	54,8	55,9
Posición: 12º	Puntos: 29,00	-00:00,09 da MMPPC - MMPPC

Mar Díaz – Pache Cidoncha

Sporting Club Casino

2012



MAR Díaz – Pache Cidoncha
50 – 100 – 200 Costas

100 Costas

MMPPC: 1:12,47

Tempos: 25	00:17,41	00:18,54	00:19,21	00:18,82
Tempos 50/75/100		00:35,95	00:55,16	1:13,98 (00:38,03)
Frecuencias	45,3	41,2	38,9	39,0
Posición: 19º	Puntos : 22,00		+00:01,51 da MMPPC	

200 Costas

MMPPC: 2:34,79

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:36,50	00:39,97	00:40,41	00:39,86
Tempo: 100-150-200		1:16,47	1:56,88	2:36,74 (1:20,47)
Frecuencias	40,7 – 38,2	37,1 – 36,3	38,4 – 36,8	36,8
Posición: 18º	Puntos: 23,00		+00:01,95 da MMPPC	

50 Costas

MMPPC: 00:35,41 (Pase 100 costas)

Tempo 25	00:17,38	00:16,93
Tempo 50		00:34,31
Frecuencias	-	-
Posición: 18º	Puntos: 23,00	-00:01,10 da MMPPC



**Federación Galega
de Natación**

FEGAN



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO

Carla Giance García

AD Fogar

2012



Federación Galega de Natación

FEGAN



CARLA Giance García

100 Costas / 100 Estilos

100 Costas

MMPPC: 1:13,28

Tempos: 25	00:17,48	00:18,48	00:19,33	00:18,58
Tempos 50/75/100		00:35,96	00:55,29	1:13,87 (00:37,89)
Frecuencias	40,7	39,3	39,2	40,3 – 39,3
Posición: 18º	Puntos : 23,00		+00:00,59 da MMPPC	

100 Estilos

MMPPC: 1:15,15

Tempos: 25	00:16,29	00:19,03	00:23,39	00:17,54
Tempos 50/75/100		00:35,32	00:58,71	1:16,25
Frecuencias	53,8	38,7	37,5	48,4 – 48,2
Posición: 14º	Puntos : 27,00		+00:01,10 da MMPPC	

4 x 100

1ª posta

MMPPC: 1:13,28

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:36,22	00:37,62 (+00:01,40)	1:13,90
Frecuencias	42,0 – 39,5	37,0 -43,1	
Posición:	Puntos :		+00:00,62 da MMPPC

Sara Carreira Fernández

CN Culleredo

2012



SARA Carreira Fernández
50 - 100 - 200 Bolboreta / 200 Estilos

200 Estilos

MMPPC: 2:37,91

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:32,62	00:40,85	00:47,23	00:36,30
Tempo: 100-150-200		1:13,47	2:00,70	2:37,00
Frecuencias	57,6 – 54,0	45,7 – 43,0	44,6 – 44,4	44,8 – 43,9
Posición: 10º	Puntos: 31,00	MMPPC	-00:00,91 da MMPPC	

50 Bolboreta

MMPPC: 00:31,49

Tempo 25	00:15,14	00:16,61
Tempo 50		00:31,75
Frecuencias	-	-
Posición: 13º	Puntos: 28,00	+00:00,26 da MMPPC

200 Bolboreta

MMPPC: 2:27,51

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:33,98	00:37,38	00:39,36	00:40,21
Tempo: 100-150-200		1:11,36	1:50,72	2:30,93 (1:19,57)
Frecuencias	52,1 – 50,5	53,1 – 49,4	52,1 – 50,3	49,7 – 48,4
Posición: 2º	Puntos: 42,00		+00:03,42 da MMPPC	

100 Bolboreta

MMPPC: 1:08,64

Tempos: 25	00:15,36	00:17,13	00:17,72	00:17,77
Tempos 50/75/100		00:32,49	00:50,21	1:07,98 (00:35,49)
Frecuencias	52,8	55,1	57,6	55,9
Posición: 3º	Puntos : 39,00	MMPPC	-00:00,66 da MMPPC	

4 x 200 Libre

2ª posta

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:31,05	00:33,81	00:35,63	00:35,92
Tempo: 100-150-200		1:04,86	1:40,77	2:16,41
Frecuencias	50,7 – 48,4	46,1 – 44,8	45,3 – 45,9	45,7 – 44,6
Posición:	Puntos:			

4 x 100 Libre

1º Posta

MMPPC: 1:05,35

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:31,03	00:31,73 (+00:00,70)	1:02,76
Frecuencias	52,4 – 49,2	54,8 – 52,8	
Posición:	Puntos :	MMPPC	-00:02,59 da MMPPC

4 x 100 Estilos

4ªposta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:30,52	00:31,99	1:02,51
Frecuencias	55,1 – 51,9	51,6 – 51,1	
Posición:	Puntos :		

Aroa Jiménez Filgueira

CN Ferrol

2012



AROA Jiménez Filgueira
50 – 200 Bolboreta / 200 – 400 Estilos

200 Estilos

MMPPC: 2:35,14

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:32,85	00:40,97	00:44,51	00:35,42
Tempo: 100-150-200		1:13,82	1:58,33	2:33,75
Frecuencias	67,4 – 62,9	47,4 – 47,0	40,7 – 42,0	53,0 – 54,5 – 54,3
Posición: 6º	Puntos: 35,00	MMPPC	-00:01,39 da MMPPC	

50 Bolboreta

MMPPC: 00:31,68

Tempo 25	00:14,91	00:17,11
Tempo 50		00:32,02*
Frecuencias	-	-
Posición: 15º	Puntos: 26,00	+00:00,34mda MMPPC

*** dúbidas por parte do cadro técnico no tempo final.**

200 Bolboreta

MMPPC: 2:30,94

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:34,22	00:38,95	00:39,49	00:39,11
Tempo: 100-150-200		1:13,17	1:52,66	2:31,77 (1:18,60)
Frecuencias	60,6 -57,3	56,7 – 53,3	54,0 – 55,1	54,3 – 57,3
Posición: 3º	Puntos: 39,00		+00:00,83 da MMPPC	

400 Estilos

MMPPC: 5:23,26

Tempos 50	00:35,12	00:39,88	00:43,35	00:41,97	00:44,34	00:45,47	00:36,97	00:36,11
Tempos 100		1:15,00		1:25,32		1:29,81		1:13,08
Tempos:200-300-400				2:40,32		4:10,13		5:23,21
Frecuencias	57,6 -54,0	55,6 – 53,0	41,2 -41,1	40,6 – 42,4	37,1 – 36,9	39,2 – 40,1	49,4 -49,9	50,4
Posición: 2º	Puntos: 42,00					-00:00,03 da MMPPC		

4 x 100 Libre

2ª posta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:30,77	00:34,44 (+00:03,67)	1:05,21
Frecuencias	61,3 – 57,3	55,9 – 54,3	
Posición:	Puntos :		

4 x 100 Estilos

posta

Tempos: 1º 50/ 2º 50/ 100	00:32,43	00:37,70 (+00:05,27)	1:10,13
Frecuencias	68,8 – 60,3	61,6 – 58,5	
Posición:	Puntos :		

Patricia López Fernández

CN Portamiñá

2012



PATRICIA López Fernández
400 - 800 Libre / 400 Estilos

800 Libre

MMPPC: 9:47,70

Tempos 100	00:33,13	1:09,18		1:14,67		1:15,88		1:16,33
Tempos 200/300/400				2:23,85		3:39,77		4:56,10
Frecuencias	42,0	38,2	39,7	39,5	39,8	38,2	37,0	38,4
Tempos 100		1:16,98		1:17,18		1:17,55		1:14,12
Tempos 500/600/700/800		6:13,08		7:30,26		8:47,81		10:01,93
Frecuencias	38,1	37,3	38,1	37,7	37,5	37,5	38,5	38,9
Posición: 11º	Puntos: 30,00		+00:14,23 da MMPPC					

400 Estilos

MMPPC: 5:35,61

Tempos 50	00:36,73	00:43,41	00:45,15	00:43,05	00:47,37	00:48,91	00:39,98	00:37,92
Tempos 100		1:21,14		1:28,20		1:36,28		1:17,91
Tempos:200-300-400				2:49,34		4:25,62		5:43,53
Frecuencias	55,9 – 49,0	49,0 – 45,7	36,9 – 38,4	37,9 – 37,7	35,1 – 35,8	35,0 – 36,3	36,8 – 38,1	41,2 – 41,8
Posición: 18º	Puntos: 23,00		+00:07,88 da MMPPC					

400 Libre

MMPPC: 4:51,63 (Parcial 800 Libre)

Tempos 50	00:33,29	00:36,34	00:37,65	00:37,60	00:37,84	00:38,01	00:37,92	00:36,62
Tempos 100		1:09,63		1:15,25		1:15,81		1:14,55
Tempos:200-300-400				2:24,88		3:40,73		4:55,27
Frecuencias	46,1 – 41,2	39,8 – 38,5	39,8 – 38,5	37,6 – 38,1	38,1 – 37,1	38,9 – 39,8	38,4 – 38,6	40,1 – 38,8
Posición: 18º	Puntos: 23,00		+00:03,64 da MMPPC					

4 x 200 Libre

4ª posta

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:31,17	00:34,90	00:36,48	00:36,31
Tempo: 100-150-200		1:06,07	1:42,55	2:18,86 (1:12,79)
Frecuencias	44,4 – 43,0	43,1 – 41,5	40,7 – 39,7	40,1 – 42,4
Posición:	Puntos:			

Silvia Ortiz Esperza

CN Liceo

2012



SILVIA Ortiz Esperza
400 - 800 Libre / 100 Bolboreta

800 Libre

MMPPC: 9:55,39

Tempos 100	00:32,92	1:10,23		1:14,69		1:15,26		1:15,69
Tempos 200/300/400				2:24,92		3:40,18		4:55,97
Frecuencias	49,2	45,0	43,7	43,7	43,4	43,9	44,3	45,0
Tempos 100		1:16,51		1:16,80		1:17,59		1:13,94
Tempos 500/600/700/800		6:12,48		7:29,28		8:46,87		10:00,81
Frecuencias	44,4	43,6	44,6	-	42,8	44,8	44,6	48,6
Posición: 9º		Puntos: 32,00				+00:05,42 da MMPPC		

400 Libre

MMPPC: 4:54,48 (Parcial 800 metros)

Tempos 50	00:33,19	00:36,69	00:37,19	00:36,91	00:36,61	00:36,77	00:36,70	00:34,61
Tempos 100		1:09,98		1:14,10		1:13,39		1:12,31
Tempos:200-300-400				2:24,08		3:37,47		4:48,78
Frecuencias	53,9 – 47,4	43,7 – 44,1	45,9 – 44,1	45,3 – 43,7	47,0 – 45,3	45,7 – 44,3	44,8 – 43,9	47,8 – 49,4
Posición: 7º		Puntos: 34,00		MMPPC		-00:05,80 da MMPPC		

100 Bolboreta

MMPPC: 1:11,55

Tempos: 25	00:15,50	00:17,81	00:18,58	00:18,62
Tempos 50/75/100		00:33,31	00:51,89	1:10,51
Frecuencias	57,9	55,1 – 53,8	53,3	53,3 – 54,3
Posición: 10º	Puntos : 31,00	MMPPC	-00:01,04 da MMPPC	

4 x 200 Libre

3ª posta

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:32,37	00:35,93	00:36,36	00:35,01
Tempo: 100-150-200		1:08,30	1:44,66	2:19,67 (1:11,37)
Frecuencias	52,1 – 48,6	47,2 – 45,7	46,1 – 46,5	49,2 – 47,6
Posición:	Puntos:			

Claudia Gerveno Prada

Sporting Club Casino

2013



CLAUDIA Gerveno Prada

50 – 200 Costas

50 Costas

MMPPC: 00:35,35

Tempo 25	00:17,64	00:17,21
Tempo 50		00:34,85
Frecuencias	-	-
Posición: 23º	Puntos: 18,00	-00:00,50 da MMPPC - MMPPC

200 Costas

MMPPC: 2:37,97

Tempo: 1º/2º/3º/4º	00:36,87	00:40,17	00:40,12	00:39,60
Tempo: 100-150-200		1:17,04	1:57,16	2:36,76 (1:19,72)
Frecuencias	45,5 – 42,2	40,7 – 40,0	42,7 – 40,1	40,7 – 40,5
Posición: 19º	Puntos: 22,00	MMPPC	-00:01,21 da MMPPC	

Resumo dos resultados individuais

Nº de probas individuais nadadas en categoría total: 68

Nº de probas individuais nadadas en categoría masculina: 34

Nº de probas individuais nadadas en categoría feminina: 34

Mellores marcas persoais en piscina curta (MMPPC) total: 33

Mellores marcas persoais en piscina curta (MMPPC) masculino: 20

Mellores marcas persoais en piscina curta (MMPPC) feminino: 13

% de mellores marcas persoais total: **48,53%**

% de mellores marcas persoais masculino: **58,82%**

% de mellores marcas persoais feminino: **38,23%**

Aspectos nos que incidir para último macrociclo.

- Seguir insistindo no quecemento pre-sesión. Incluso cun pequeno circuíto de autocarga e mobilidade.
- Insistir no post-quecemento na auga. ¿Que facer durante o tempo que nos queda para competir? Vestirse, ¿quedar co mesmo bañador do quecemento durante un tempo e despois cambiarse?
- Acostumarse a facer un timing de horarios. Hoxe en día ca información que hay na web dos campionatos e moi doado facer un timing para aproveitar mellor o tempo e cadrar todo o que podemos controlar. Por exemplo, ¿cando hay que por o bañador de competición? ¿Segundo quecemento/activación si a instalación ou os horarios o permiten?
- Insistir es que os pes teñen que estar cubertos. Non valen chanclas. Polos pés perdemos calor, tamén polas mans, pero e máis complicado poñer remedio a menos que se usen luvas. Pero poñer as zapatillas despois do quecemento non debería ser un inconveniente, mais ven debería ser unha obriga. Neste campionato observei que moitos nadadores están descalzos durante a competición. Insistir, isto non pode ser.
- Nadar suave despois das probas. Hoxe en día facer un protocolo de recuperación despois de cada proba nun campionato nacional de 4 días con dúas sesións cada xornada é necesario. Sempre que a instalación permita sería positivo comezar a facelo. Polo menos coller o hábito pouco a pouco.
- Seguir traballando nun programa orientado a adestrar os catro (cinco) estilos. De gran importancia que queremos garantir unha formación integral e completa para os nosos deportistas
- Adestrar rápido. Importante se queremos nadar rápido en competición. Pode parecer unha obviedade,

pero nesta natación actual e fundamental.

- Insistir moito nas posicións frecha. Non só nos adestramentos, tamén nas competicións. Esa transferencia da posición frecha e subacuático dos adestramentos á competición estanos a custar moito, insístide por favor, e fundamental.
- Traballar de maneira específica saídas, aproximacións, xiros, saltos..., en definitiva, todas as accións acíclicas. Non podemos facer xiros sobre os eixes dunha maneira incorrecta. Unha aproximación e un xiro deficientes pode provocar perder varias décimas por viraxe. Olo con isto, seguíde insistindo.
- Durante os campionatos onde se pernoita, controlade todo o que son os almorzos, comidas e ceas. Son pequenos, pero hay que comezar pouco a pouco a crear uns hábitos alimenticios básicos durante as competicións.

Análise dos resultados como colectivo.

Tempada 2023-24

Cto. de España por Selecciones Autonómicas - Natación Inclusiva Los Barrios (Cádiz), 8 – 10/3/2024		
Fem., Edad Escolar	Masc., Edad Escolar	Todos, Edad Escolar
1. ANDALUCIA F0101 1.455,50	1. CASTILLA-LA MANCHA F0108 1.369,00	1. ANDALUCIA F0101 2.749,50
2. MADRID F0112 1.359,50	2. ANDALUCIA F0101 1.294,00	2. MADRID F0112 2.592,50
3. CATALUÑA F0107 1.310,50	3. CATALUÑA F0107 1.252,50	3. CATALUÑA F0107 2.563,00
4. CASTILLA-LA MANCHA F0108 1.126,50	4. MADRID F0112 1.233,00	4. CASTILLA-LA MANCHA F0108 2.495,50
5. COMUNIDAD VALENCIANA F0116 1.110,00	5. COMUNIDAD VALENCIANA F0116 1.224,50	5. COMUNIDAD VALENCIANA F0116 2.334,50
6. GALICIA F0111 1.054,50	6. CANARIAS F0105 1.189,50	6. REGION DE MURCIA F0113 2.126,00
7. REGION DE MURCIA F0113 1.032,00	7. ISLAS BALEARES F0104 1.095,00	7. ISLAS BALEARES F0104 2.117,00
8. ISLAS BALEARES F0104 1.022,00	8. REGION DE MURCIA F0113 1.094,00	8. CANARIAS F0105 2.083,00
9. CASTILLA Y LEON F0109 970,50	9. GALICIA F0111 1.027,50	9. GALICIA F0111 2.082,00
10. EUSKADI F0117 938,00	10. EUSKADI F0117 787,50	10. EUSKADI F0117 1.725,50
11. ASTURIAS F0103 908,50	11. ARAGON F0102 786,50	11. ARAGON F0102 1.589,50
12. CANARIAS F0105 893,50	12. ASTURIAS F0103 671,50	12. ASTURIAS F0103 1.580,00
13. ARAGON F0102 803,00	13. CASTILLA Y LEON F0109 575,00	13. CASTILLA Y LEON F0109 1.545,50
14. NAVARRA F0114 529,00	14. NAVARRA F0114 551,50	14. NAVARRA F0114 1.080,50
15. LA RIOJA F0115 522,00	15. CANTABRIA F0106 530,00	15. EXTREMADURA F0110 996,00
16. EXTREMADURA F0110 478,00	16. EXTREMADURA F0110 518,00	16. LA RIOJA F0115 978,00
17. CANTABRIA F0106 447,50	17. LA RIOJA F0115 456,00	17. CANTABRIA F0106 977,50
18. MELILLA F0118 254,50	18. MELILLA F0118 229,00	18. MELILLA F0118 483,50

Tempada 2024-2025

Cto. de España por Federaciones Autonómicas - Natación Inclusiva / CSD Valladolid, 21 - 23/2/2025

Fem., Edad Escolar	Masc., Edad Escolar	Todos, Edad Escolar
1. Andalucía F0101 1.512,00	1. Cataluña F0107 1.447,00	1. Andalucía F0101 2.950,00
2. Cataluña F0107 1.485,00	2. Andalucía F0101 1.438,00	2. Cataluña F0107 2.932,00
3. Madrid F0112 1.375,00	3. Madrid F0112 1.253,50	3. Madrid F0112 2.628,50
4. Comunidad Valenciana F0116 1.250,00	4. Castilla La Mancha F0108 1.168,50	4. Comunidad Valenciana F0116 2.333,00
5. Galicia F0111 1.167,00 (↑1)	5. Canarias F0105 1.132,00	5. Islas Baleares F0104 2.205,00
6. Islas Baleares F0104 1.152,00	6. Euskadi F0117 1.130,00	6. Galicia F0111 2.154,50 (↑3)
7. Aragón F0102 1.115,50	7. Comunidad Valenciana F0116 1.083,00	7. Euskadi F0117 2.126,00
8. Asturias F0103 1.040,00	8. Región de Murcia F0113 1.069,50	8. Canarias F0105 2.118,00
9. Euskadi F0117 996,00	9. Islas Baleares F0104 1.053,00	9. Castilla La Mancha F0108 2.015,50
10. Canarias F0105 986,00	10. Galicia F0111 987,50 (↓1)	10. Aragón F0102 1.779,00
11. Castilla La Mancha F0108 847,00	11. Navarra F0114 736,00	11. Asturias F0103 1.760,00
12. Castilla y León F0109 716,00	12. Asturias F0103 720,00	12. Región de Murcia F0113 1.754,50
13. Región de Murcia F0113 685,00	13. Castilla y León F0109 719,00	13. Castilla y León F0109 1.435,00
14. Navarra F0114 679,50	14. Cantabria F0106 694,50	14. Navarra F0114 1.415,50
15. Extremadura F0110 666,00	15. Aragón F0102 663,50	15. Extremadura F0110 1.312,00
16. La Rioja F0115 622,00	16. Extremadura F0110 646,00	16. La Rioja F0115 1.186,00
17. Cantabria F0106 483,00	17. La Rioja F0115 564,00	17. Cantabria F0106 1.177,50
18. Melilla F0118 71,00	18. Melilla F0118 154,00	18. Melilla F0118 225,00

Daniel Toro Varela
Director Técnico Federación Galega Natación