



# X TROFEO DE NATACIÓN "CIUDAD DE DON BENITO"

Piscina de verano de Don Benito  
Cronometraje Electrónico 8 calles 50m  
17 de junio de 2017



## INSTRUCCIONES TÉCNICAS

### 1.- HORARIOS

	Sábado, 17 de Junio
<b>Sesión Mañana</b>	Reunión de Delegados 09:00 09:30 – 13:32
<b>Sesión Tarde</b>	17:00 – 20:28

### 2.- CALENTAMIENTOS

Los calentamientos tendrán una duración de 1 hora y cuarto antes del comienzo de cada sesión, aunque a las 8,00 h y 15,30 h estará abierta la instalación para la entidad que desee comenzar antes su Calentamiento.

Los calentamientos finalizarán **15 minutos** antes de iniciarse la sesión correspondiente.

Los últimos **20 minutos** de calentamiento, la disposición de la piscina será la siguiente:

- Calles 1 y 8, solo sprints
- Calles 2 y 7 series de 50
- Calles 3, 4, 5 y 6 suave-entreno-etc...

Los nadadores evitarán agarrarse a las placas y corcheras.

Rogamos la máxima colaboración para que la piscina se utilice como CALENTAMIENTO de los nadadores que participen en la misma.

### 3.- BAJAS y RECLAMACIONES

Los delegados deberán indicar lo antes posible los errores que puedan detectar en la lista de salida.

Las bajas deberán presentarse como máximo 45 minutos antes del comienzo de la Competición.

**Los cambios no están permitidos en la competición.**

**Las posibles reclamaciones deberán presentarse al Director de competición, no en Secretaria.**

### 4.- PRUEBAS DE RELEVOS (FICHAS)

Entregar en Secretaria de Competición- **30' ANTES DEL INICIO DE CADA SESION**, con el fin de efectuar las comprobaciones necesarias e introducir los datos en el ordenador.

La ficha de relevos deberá estar DEBIDAMENTE CUMPLIMENTADA, en especial EL ORDEN DE NADO, Nº DE LICENCIA, NOMBRE-APELLIDOS Y AÑO DE NACIMIENTO.

### 5.- CAMARA DE SALIDA

Los nadadores deberán presentarse en la cámara de salidas 3 series antes para las pruebas de 100 y 200, 4 series antes para las pruebas de 50, y 2 series antes para las pruebas de relevos.

## 6.- RESULTADOS EN EL MARCADOR ELECTRONICO

Debido a toques defectuosos, posibles fallos, descalificaciones, etc. los resultados que aparezcan en el marcador, no podrán considerarse en ningún caso oficiales, hasta que el Juez Arbitro haya dado el visto bueno.

Los nadadores evitarán SUBIR POR ENCIMA DE LAS PLACAS, abandonando la pileta por las escaleras laterales.

## 7.- SALIDAS Y LLEGADAS

Una vez finalizada cada prueba, los/as nadadores/as deberán permanecer dentro del agua hasta que se realice la salida de la siguiente serie, con excepción en las pruebas de espalda o a indicaciones del Juez Árbitro. Una vez efectuada la salida de la siguiente serie, los/as nadadores/as deberán abandonar la piscina por los laterales a la mayor brevedad posible.

## 8.- RECORDS Y MEJORES MARCAS

Se anunciarán por megafonía en el momento de producirse las Mínimas Nacionales, Mejores Marcas de Edad o Récor ds de Extremadura. Siendo responsabilidad de los delegados de cada club comunicarlos al Director de Competición.

## 9.- NORMAS SOBRE UTILIZACIÓN DE BAÑADORES

Se regulará atendiendo los acuerdos publicados por F.I.N.A. y R.F.E.N. (GR.5, FINA Swimwear rules).

[http://www.fina.org/H2O/index.php?option=com\\_content&view=category&id=304&Itemid=1006](http://www.fina.org/H2O/index.php?option=com_content&view=category&id=304&Itemid=1006) Valid for the period from **01 January 2015 to 31 December 2015** (the List of FINA Approved swimwear for 2016 will be published before December 31, 2015).

## 10.- ENTREGA DE RESULTADOS

Se colgaran en la web de la Federación Extremeña de natación, [www.fexnatacion.org](http://www.fexnatacion.org), aproximadamente media hora después de finalizar cada sesión.

## 11.- PRESENTACION EN EL PODIUM Y ENTREGA DE TROFEOS

Los nadadores deberán presentarse debidamente uniformados.

Los delegados deberán estar muy atentos a la llamada por megafonía para enviar a los nadadores premiados a la cámara de recompensas para agilizar así lo máximo posible la Competición.

## 12.- NORMAS BÁSICAS DE LA INSTALACIÓN

- EL USO DEL GORRO ES OBLIGATORIO DENTRO DEL AGUA.
- ESTÁ TOTALMENTE PROHIBIDO **FUMAR** EN TODO EL ESPACIO DE LA PISCINA.
- POR EL RIESGO QUE PUEDA DERIVARSE, NO SE PERMITE LA ENTRADA DE ENVASES DE VÍDRIO.
- EN TODO MOMENTO DEBEN MANTENER LAS INSTALACIONES LIMPIAS, ASÍ COMO ASEGURAR EL ORDEN, SIGUIENDO EN TODO MOMENTO LAS INDICACIONES DEL PERSONAL DE PISCINA (MANTENIMIENTO, SOCORRISTAS, GUARDAS...)

## 13.- DIRECCIÓN Y CONTROL DE LA COMPETICIÓN

- Directora de Competición: **Dña Amalia Cabanillas Ruiz**
- Programa de competición RFEN: **D. José Antonio Martínez Corchuelo**