



## **CIRCUITO PROVINCIAL DE NATACIÓN DE INVIERNO**

### **Jornadas de Natación de Base (Undécima edición) 2022/2023**

Los Ayuntamientos sedes, organizan una nueva edición de estas jornadas de natación base, con la colaboración de la Delegación de Deportes de la Diputación de Granada. Los Ayuntamientos organizadores son: **Ayuntamiento de Salobreña, Huétor Tajar, La Zubia, Ogíjares, Baza, Las Gabias, Almuñecar, y Armilla.**

El objetivo de este circuito es la promoción de la natación base entre los meses de Diciembre y Mayo donde se realizan concentraciones en piscinas cubiertas, y donde se dan cita nadadores de todas las edades y niveles *no federados*, para medirse desde un punto de vista participativo y lúdico-recreativo.

#### **1. PARTICIPACIÓN**

- El formato de este Circuito consiste en dos cuatrimestres, donde en cada uno de ellos hay una serie de pruebas clasificatorias para una final de dicho cuatrimestre.
- Cada participante podrá nadar en 2 pruebas, más la prueba de relevos, máximo 4 pruebas.
- Para poder optar a la final de cada cuatrimestre, tendrá que participar en al menos **2 sedes**.
- En la prueba de relevos podrán completarse las series, con nadadores/as de una categoría inferior, aunque hayan nadado en el relevo que le corresponda tanto masculino como femenino.
- En los relevos de la categoría Master solo podrán participar nadadores/as de dicha categoría.
- Si en un relevo femenino participa un varón el relevo pasará a relevo masculino directamente.

#### **2. INSCRIPCIÓN**

1. Las inscripciones se realizan a través de la página Web de la empresa de cronometraje: <http://www.global-tempo.com/>
2. La cuota de inscripción para todo el Circuito es de 15 € por nadador/a.
3. La cuota de inscripción para una sola prueba es de 3€ por nadador/a. El plazo de inscripción para una sola prueba será hasta el miércoles anterior a la celebración de cada sede, a las 13:00 horas.



4. El plazo de inscripción para todo el Circuito comenzará el 09 de diciembre a las 12:00 y finaliza para la primera prueba el 15 de diciembre. Se volverá abrir el plazo de inscripción al Circuito, el lunes posterior a cada prueba.
5. La cuota de inscripción para una sede de los nadadores locales, (empadronados en el municipio organizador) será gratuita. Este tipo de inscripción se realizará en el Área de Deportes del Ayuntamiento organizador.

### **Más información:**

Diputación de Granada:

Teléfonos: 958247081 y 959247244 (de 9:00 a 14:00 horas)

Correo electrónico: [jacortes@dipgra.es](mailto:jacortes@dipgra.es) ; [tamarabenitez@dipgra.es](mailto:tamarabenitez@dipgra.es)

## **3. CATEGORÍAS**

### **Las edades de cada categoría corresponden a:**

- Pre Benjamín masculino y femenino; Nacidos en 2015-2016-2017
- Benjamín masculino y femenino; Nacidos en 2014-2013
- Alevín masculino y femenino; Nacidos en 2012-2011
- Infantil masculino y femenino; Nacidos en 2010-2009
- Junior masculino y femenino; Nacidos en 2008-2007
- Absoluto masculino y femenino; Desde 1991 hasta 2006
- Máster A masculino y femenino. Desde en 1975-1991
- Master B masculino y femenino 1974 y anteriores

**Para poder constituir una nueva categoría y optar a premio, será necesario un mínimo de 6 inscritos al Circuito tanto masculino como femenino a partir de los nacidos en el año 1985 y anteriores.**

## **4. SEDES, FECHAS Y PRUEBAS TEMPORADA 2022/ 2023**

El Circuito se compondrá de un cuatrimestre de pruebas “cortas” y otro de pruebas “largas”. El primer cuatrimestre lo compondrán 3 sedes más la final y el segundo cuatrimestre 4 sedes más la final.

**En cada sede se respetará el aforo máximo de público permitido para la instalación.**



<b>FECHA</b>	<b>MUNICIPIO</b>	<b>FECHA TOPE INSCRIPCIONES</b>
17/12/22	SALOBREÑA	INSCRIPCIONES HASTA EL 15/12/2022 A LAS 10:00 H.
21/01/23	HUETOR TAJAR	INSCRIPCIONES HASTA EL 19/01/2023 A LAS 10:00 H.
11/02/23	LA ZUBIA	INSCRIPCIONES HASTA EL 9/02/2023 HASTA LAS 10:00 H.
11/03/23	OGIJARES	FINAL 1º CUATRIMESTRE CONFIRMACION DE ASISTENCIA HASTA EL 9/03/2023
25/03/23	BAZA	INSCRIPCIONES HASTA EL 23/03/2023 A LAS 10:00 H.
01/04/23	LAS GABIAS	INSCRIPCIONES HASTA EL 30/04/2023 A LAS 10:00 H.
15/04/2022	ALMUÑECAR	INSCRIPCIONES HASTA EL 13/04/2023 A LAS 10:00 H.
6/05/23	ARMILLA	INSCRIPCIONES HASTA EL 4/05/2023 A LAS 10:00 H.



## PRUEBAS Y ESTILOS

	SEDE	ESTILOS
1	<b>SALOBREÑA</b>	<b>Pre benjamín-Benjamin; 25 LIBRES -25 ESPALDA- 4X25 LIBRES</b> <b>Alevín- Master- 50 LIBRES – 50 ESPALDA – 4X50 LIBRES</b>
2	<b>HUETOR TAJAR</b>	<b>Pre benjamín-Benjamin; 25 BRAZA -25 LIBRES- 4X25 ESTILOS</b> <b>Alevín- Master ; 50 BRAZA – 50 LIBRES– 4X50 ESTILOS</b>
3	<b>LA ZUBIA</b>	<b>Pre benjamín-Benjamin; 25 LIBRES -25 MARIPOSA- 4X25 LIBRES</b> <b>Alevín- Master; 50 MARIPOSA –100 ESTILOS – 4X50 LIBRES</b>
4	<b>OGIJARES FINAL 1º CUATRIMESTRE</b>	8 MEJORES TIEMPOS POR ESTILOS DE CADA CATEGORÍA 8 MEJORES TIEMPOS 4X 50 LIBRES DE CADA CATEGORIA
5	<b>BAZA</b>	<b>Pre benjamín-Benjamin 25 ESPALDA - 50 LIBRES- 4X25 ESTILOS</b> <b>Alevín- Master; 50 ESPALDA -100 LIBRES- 4X50 ESTILOS</b>
6	<b>LAS GABIAS</b>	<b>Pre benjamín-Benjamin 25 LIBRES 50 BRAZA -- 4X25 LIBRES</b> <b>Alevín- Master; 50 BRAZA- 100 ESTILOS-4X50 LIBRES</b>
7	<b>ALMUÑECAR</b>	<b>Pre benjamín-Benjamin 50 LIBRES -25 MARIPOSA- 4X25 ESTILOS</b> <b>Alevín- Master ;50 LIBRES -50 MARIPOSA- 4X50 ESTILOS</b>
8	<b>ARMILLA FINAL 2º CUATRIMESTRE</b>	8 MEJORES TIEMPOS POR ESTILOS DE CADA CATEGORÍA 8 MEJORES TIEMPOS 4X 50 ESTILOS DE CADA CATEGORIA



### HORARIO TIPO:

HORA	PRUEBA
09:30	<b>RECEPCIÓN NADADORES</b> PREBENJAMÍN – BENJAMÍN – ALEVÍN
09:45	<b>CALENTAMIENTO</b>
10:00	<b>INICIO COMPETICIÓN</b>
	25 LIBRE
	25 ESPALDA
	4 x 25 LIBRE
	50 LIBRE
	50 ESPALDA
	4 x 50 LIBRE
11:30	<b>RECEPCIÓN NADADORES</b> INFANTIL -JUNIOR – ABSOLUTO Y MÁSTER
11:45	<b>CALENTAMIENTO</b>
12:00	<b>INICIO COMPETICIÓN</b>
	50 LIBRE
	50 ESPALDA
	4 x 50 LIBRE

- *Este es un horario orientativo y puede sufrir modificaciones en función del número de inscritos y del desarrollo de las pruebas.*



## 5. PREMIOS

- Habrá premios en la final de cada cuatrimestre para el 1º, 2º y 3º de cada categoría.
- Existirá un premio para el club/ escuela que a lo largo de las pruebas clasificatorias hayan sumado más puntos. **PREMIO A LA PARTICIPACIÓN**, para los tres primeros.
  1. Trofeo
  2. Trofeo
  3. Trofeo
- Existirá un premio único para el club/ escuela que más puntos consiga en la final. **PREMIO A LA CALIDAD**. Solo para el primero.
  1. Trofeo
- **Los premios no son acumulativos.**
- **Se entregará un obsequio a todo nadador/a que se inscriba a todo el Circuito.**

## 6. NORMATIVA DEL CIRCUITO

- En la primera final se nadarán las pruebas convocadas en las sedes clasificatorias más el relevo 4x50m libres en la categoría Alevín en adelante y 4x25m libres para pre benjamines y benjamines. En el segundo cuatrimestre se hará del mismo modo incluyendo en este caso para la segunda final el relevo 4x50m estilos para las categorías de Alevines en adelante, de 4x25m estilos para pre benjamines y benjamines.
- En la final se podrá nadar un máximo de 2 pruebas + relevos. En la prueba de relevos podrán completarse las series, con nadadores/as de una categoría inferior, aunque hayan nadado en el relevo que le corresponda tanto masculino como femenino.
- Las decisiones de la organización se deberán respetar en todo momento.
- Las reclamaciones deberán formularse en la mesa de arbitraje, hasta 15 minutos después de haber publicado las clasificaciones de cada prueba y siempre antes del comienzo de la entrega de premios.
- Para realizar alguna modificación o reclamación se deberá comunicar a la organización con respeto y educación.
- Todas las pruebas individuales se realizarán por el sistema contrarreloj.





- La organización se reserva la posibilidad de modificar o agrupar series para favorecer el desarrollo de la competición.
- Los niños/as que no estén en la cámara de llamada en su momento no podrán nadar en su serie ni en ninguna otra salvo casos mayores.
- La implicación de los monitores debe ser máxima para la buena armonía de la prueba.
- Las inscripciones se deben realizar dentro de los plazos estipulados por la organización; a partir de ahí no se aceptarán nuevas altas.
- Las modificaciones, errores, bajas se deben realizar dentro de los plazos estipulados por la organización; a partir de esa fecha no se aceptarán cambios.
- La competición siempre comenzará con la prueba de pre-benjamín masculino.
- Los 8 mejores tiempos de cada estilo y categoría darán acceso a la final.
- En las categorías pre-benjamín y benjamín seremos flexibles en la realización de los estilos.
- A partir de la categoría de alevín se deben cumplir las normas de estilo.

#### **ESTILO LIBRE**

- Estilo libre significa que, en una prueba así llamada, el nadador puede nadar cualquier estilo, excepto en las pruebas de estilos individuales o por equipos, en las que estilo libre significa cualquier estilo que no sea espalda, braza o mariposa.
- En los virajes y a la llegada, el nadador debe tocar la pared con cualquier parte de su cuerpo.
- En los virajes el nadador podrá permanecer completamente sumergido en una distancia de no más de 15 metros después de la salida y después de cada viraje.

#### **ESTILO ESPALDA**

- Antes de la señal de salida los nadadores se alinearán en el agua de cara a la salida con las manos colocadas en los agarraderos de salida. Está prohibido colocar los pies en o encima del rebosadero, o encorvar los dedos sobre el mismo.
- A la señal de salida y después de los virajes el nadador se impulsará y nadará sobre su espalda durante todo el recorrido, excepto cuando ejecuta un viraje. La posición de la cabeza es indiferente.
- 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.
- Cuando se está ejecutando el viraje el nadador deberá tocar la pared con cualquier parte del cuerpo.
- Al final de la carrera, el nadador debe tocar la pared mientras esté de espalda.



### **ESTILO BRAZA**

- Después de la salida y después de cada viraje, el nadador puede dar una brazada completa atrás hacia las piernas durante el cual el nadador puede estar sumergido.
- Se permite una única patada de mariposa durante la primera brazada, seguida de una patada de braza.
- 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.
- Los nadadores deberán tocar la pared con las dos manos en la llegada.

### **ESTILO MARIPOSA**

- El movimiento de brazos será simultáneo y el recobro o recuperación de estos se realizará por fuera del agua.
- El movimiento de piernas o patada serán simultáneos aunque no es necesario que sea al mismo nivel.
- En los volteos y en la llegada se deberá tocar la pared con ambas manos simultáneamente, bien sobre la superficie del agua o por debajo de ella.
- En el volteo y en la llegada se podrá dar una o más patadas, pero sólo una brazada subacuática que lleve a la superficie al nadador.
- Está permitido que el nadador realice una distancia no superior a los 15 metros por debajo del agua, en las salidas y en los virajes.

### **LLEGADAS Y VIRAJES**

- En braza y mariposa se efectuará la llegada con dos manos, en el caso de hacerlo con una sola se penalizará con 2 seg a partir de alevines.
- En espalda, llegada con una mano en posición dorsal, si esta se realizara ventralmente se penalizará con 2 seg a partir de alevines.
- En crol la llegada será en posición ventral con una mano, en caso de efectuarla de manera incorrecta la penalización será de 2 seg.
- En relevos la llegada se efectúa según normativa, como se ha mencionado anteriormente, sin que el compañero salga hasta que el que está en el agua tome contacto con la pared. En el caso de hacerlo la penalización será de 4 seg.
- Los virajes no serán sancionados ya que consideramos que una incorrecta ejecución perjudica al nadador y además supone un gesto técnico complejo. Sólo se penalizará con 1 seg a los que al realizar el viraje de espalda no salgan del mismo en posición dorsal. Esta penalización se aplicará a partir de alevines.





## NADO

- Se penalizará con 4 seg a los que superen los 15 metros en subacuático, tanto en salidas como tras los virajes.
- Cuando se produzcan cambios de estilo a lo largo de la prueba la penalización será de 4 seg y se procederá a su descalificación si son varios metros los que realiza a diferente estilo.
- Agarrarse a la corchera y traccionar de la misma también estará penalizado con 4 seg.

## SALIDAS

- Si se tira antes de la señal acústica del Juez de salida, se penalizará con 4 seg tanto en individual como en relevos.
- No se penalizará la técnica de salida ya que consideramos que una ejecución incorrecta supondrá una pérdida de tiempo para ese nadador.

Más información:

Teléfonos: 958 247081 y 958 247244 (de 9 a 14 horas)

[www.dipgra.es/deportes](http://www.dipgra.es/deportes)