



# NORMATIVA NATACIÓN

## FEXDDI



FEXDDI



## CATEGORÍAS

- COMPETICIÓN MASCULINO (+21 y -21)
- COMPETICIÓN FEMENINO (+21 y -21)
- ADAPTADA MASCULINO (+21, -21, +50)
- ADAPTADA FEMENINO (+21, -21, +50)

## NORMAS DE PARTICIPACIÓN

- Para poder disputarse una prueba y clasificarse para la convivencia final JEDES, debe haber un mínimo de 3 deportistas de 2 clubes diferentes, en categoría adaptada.
- Habrá un máximo de 5 nadadores de un mismo club por prueba
- Un nadador podrá competir en un máximo 2 pruebas más los relevos.
- No podrá haber más de 2 equipos de relevos de un mismo club en la misma categoría.
- Los nadadores deberán estar en cámara de llamada al menos 15 minutos antes de su prueba y/o atentos a la megafonía de la organización.
- Se dará 3 llamamientos a cámara de llamada, una vez dado los diferentes avisos, la cámara de llamada se cerrará y los deportistas que no estén en ella, no podrán disputar la prueba.
- El nadador deberá competir con ropa adecuada (bañador, gorro, gafas de bucear y chanclas).
- En caso de ser necesaria la realización de señales visuales para la salida (banderín rojo) el club debe indicar en la reunión de delegados si el nadador necesita esa señal visual o alguna otra atención específica.
- Cuando uno o más deportistas, de categoría -21, no puedan disputar una prueba por falta de quórum, estos serán inscritos en la misma prueba en categoría +21, debiendo acreditar marca mínima establecida para poder clasificar y poder optar a medalla.
- Un deportista que no se presente a una prueba en la que estaba inscrito en un campeonato sin haber justificado su ausencia, la organización podrá optar por la no participación en ninguna otra prueba durante la celebración de ese campeonato.
- Por el bien de la competición y por el respeto a los deportistas, es obligatorio inscribir a cada deportista en el nivel que le corresponda, en caso de no cumplir con las máximas y las mínimas, el deportista no podrá optar a medalla o la participación en las finales de la convivencia final JEDES.
- Se confía en la ética de los entrenadores a la hora de dar las indicaciones pertinentes a sus deportistas para que compitan al máximo nivel de sus posibilidades. En caso de observar infracción en este sentido se podrá sancionar al entrenador con la no participación en próximos campeonatos.



## COMPETICIÓN (+21, -21)

- En las pruebas en las que se disputen varias series, las finales se formarán con los mejores tiempos totales.
- En las pruebas en las que no haya al menos 3 deportistas de 2 clubes diferentes, la prueba se realizará para obtener marcas que les permita participar en Campeonatos de España, pero no serán clasificables para la convivencia final de JEDES.
- Una salida nula supondrá una advertencia al nadador o nadadora que la cometa, siendo descalificado si cometiera una segunda salida nula.
- Serán descalificados los nadadores que no naden en el estilo que corresponda a la prueba o que cambien de estilo a mitad de la misma (excepto en estilo libre).
- Los relevos de 4x50 pueden ser mixtos, tanto para +21, como -21. En la prueba de 4x50 para +21 puede haber un nadador o nadadora de -21.

### **MÍNIMAS:**

- **NADADORES +21 y -21**

<b>PRUEBA</b>	<b>MASCULINO</b>	<b>FEMENINO</b>
50M LIBRES	00'50"00	01'15"00
50M ESPALDA	1'10"00	1'30"00
50M BRAZA	1'05"00	1'25"00
50M MARIPOSA	1'15"00	1'35"00
100M LIBRES	1'55"00	2'10"00
100M ESPALDA	2'15"00	2'30"00
100M BRAZA	2'15"00	2'30"00
100M MARIPOSA	1'55"00	2'25"00
4X50M LIBRE MIXTO	ABIERTO	



## ADAPTADA (+21, -21, +50)

- En las pruebas en las que se disputen varias series, las finales se formarán con los mejores tiempos totales.
- Para poder disputarse una prueba y clasificarse para la convivencia final JEDES, debe haber un mínimo de 3 deportistas de 2 clubes diferentes, en categoría adaptada.
- Se podrá descalificar a los nadadores que no naden el estilo en el que se han inscrito o cambien de estilo a mitad de la prueba (excepto en estilo libre).
- Los nadadores que obtengan una mejor marca que las reflejadas en el apartado de máximas de cada prueba, serán descalificados y no podrán clasificarse para la convivencia final de los JEDES.
- Los nadadores que obtengan una mejor marca que las reflejadas en el apartado de máximas de cada prueba, deberán ascender a la categoría de competición la temporada siguiente, debiendo mantenerse en dicha categoría salvo que no quede entre las cinco mejores marcas en la próxima temporada.

### **MÁXIMAS:**

- **NADADORES +21 y -21**

<b>PRUEBA</b>	<b>MASCULINO</b>	<b>FEMENINO</b>
25M LIBRE	00'25"00	00'32"00
25M BRAZA	00'40"00	00'45"00
25M ESPALDA	00'35"00	00'40"00
50M LIBRES	00'50"00	01'15"00
50M ESPALDA	01'10"00	01'30"00
4X25 MIXTO	ABIERTO	

- **NADADORES +50**

<b>PRUEBA</b>	<b>MASCULINO</b>	<b>FEMENINO</b>
25M LIBRE	ABIERTO	ABIERTO
25M BRAZA	ABIERTO	ABIERTO
25M ESPALDA	ABIERTO	ABIERTO



## ASPECTOS IMPORTANTES A RECORDAR

### RELEVOS:

- El nadador o nadadora debe esperar en la salida hasta que su compañero de equipo toque la pared de llegada, quedando el equipo descalificado en caso salir antes de dicho momento.
- El último relevista deberá permanecer en el agua hasta que finalice la prueba completamente, con la llegada del último nadador o nadadora inscrito.

### ESPALDA:

- Los nadadores se alinearán en el agua de cara a la salida con las dos manos colocadas en los agarraderos de salida.
- Está prohibido colocar los pies en el rebosadero, o encorvar los dedos sobre el mismo.
- A la señal de salida y después de los virajes, el nadador o nadadora se impulsará desde la pared, y nadará sobre la espalda, durante todo el recorrido. El nadador o nadadora deberá estar de espalda en todo momento, excepto cuando ejecute el viraje.
- Al final del recorrido, el nadador deberá tocar la pared mientras esté de espaldas.
- En la llegada, una parte del cuerpo debe romper la superficie del agua.

### BRAZA:

- Los brazos han de ir en forma de brazada de pecho y las piernas en patada de braza.
- El movimiento de las piernas debe ser simultáneo, sin movimientos alternativos.
- En los virajes y llegadas, las dos manos han de tocar la pared simultáneamente.

### TOMA DE TIEMPOS:

- Se podrá solicitar la toma de tiempos en pruebas que no estén reflejadas en esta normativa bajo petición del club a FEXDDI, antes de finalizar el plazo de inscripción de la competición, con una justificación y explicando el motivo de la necesidad de obtener dicha marca.