

NORMATIVA TEMPORADA 2023/2024

LIGA TERRITORIAL BENJAMIN

FECHAS, HORARIOS Y SEDE DE CELEBRACIÓN:

1ª Jornada:	18/11/23	a las 16:00	en	CTD. Javier Adarraga
2ª Jornada:	02/12/23	a las 10:00	en	CTD. Javier Adarraga
3ª Jornada:	27/01/24	a las 16:00	en	CDM. La Planilla (Calahorra)
4ª Jornada:	02/03/24	a las 16:00	en	CTD. Javier Adarraga
5ª Jornada:	20/04/24	a las 10:30	en	CDT. Fuentelavero (Arnedo)
6ª Jornada:	18/05/24	a las 16:00	en	CTD. Javier Adarraga

FORMULA DE LA COMPETICIÓN

Todas las pruebas se nadarán contrarreloj. La confección de las series se realizará teniendo en cuenta los tiempos acreditados en el programa Leverade de cada nadador.

En las pruebas de 50 pies, dependiendo del volumen de participación, se contemplará la posibilidad de que participen 2 nadadores/as por calle. La salida se realizara desde el agua con una mano apoyada en la pared.

PARTICIPACIÓN

Podrán participar todos aquellos nadadores/as con licencia en vigor de la Temporada 2023/2024, tramitada por la Federación Riojana de Natación, e inscripción en JJDD. Las edades de participación son las siguientes:

CATEGORIA BENJAMIN – Masculino y Femenina: 11 y 10 años (Nacidas en 2013 y 2014)

No habrá limitación en el número de nadadores participantes por club, y cada nadador/a podrá participar como máximo, en 2 pruebas individuales por jornada más la prueba de relevos en el caso de los nadadores/as Masculinos y Femeninos del 2013; en caso de los nadadores/as Masculinos y Femeninas 2014 podrán participar en 2 pruebas individuales más la prueba de 50 pies en las jornadas donde exista esta prueba.

INSCRIPCIONES

Deberán realizarse antes de las 19,00 h. del martes anterior a la celebración de la jornada.

Las inscripciones tanto individuales como de relevos deben realizarse mediante el programa informático de gestión de licencias y competiciones (Leverade), enviando el archivo de inscripción en formato Excel y un teléfono de contacto por si hubiera alguna consulta, al correo secretario@fnatacion.es.

BAJAS

Las bajas deberán comunicarse 30 minutos antes del comienzo de las pruebas de cada jornada. Se multará a cada club con una cantidad de 4€ por “no presentado” y prueba de cada nadador.

PRUEBAS DE PIES

Tanto en los relevos con en la prueba individual de pies, se realizarán de la siguiente manera:

- Pies Crol y Braza con tabla, cedida por la FRN, en la cual se apoyarán los antebrazos para agarrarla por su parte superior y se tendrá que llevar la cabeza fuera del agua.
- Pies Espalda en punta de flecha.
- Ondulatoria Dorsal en punta de flecha.

La salida se realizará desde dentro del agua con un subacuático mínimo de 3 patadas, saliendo a la superficie sin brazada. No se voltará en la pared, se tocará la pared y se hará un empuje en subacuático de como mínimo de 3 patadas, saliendo a la superficie sin brazada.

RELEVOS

Las composiciones definitivas de las pruebas de relevos se deberán comunicar 30 minutos antes del inicio de cada sesión.

Cada club podrá inscribir cuatro equipos de relevos en las pruebas de relevos.

Para las pruebas de relevos de 4x50 pies crol mixto, los nadadores/as saldrán desde el agua con una mano apoyada en la pared. La composición del mismo será con 2 nadadores/as de cada sexo, en el orden que cada equipo decida.

Para las pruebas de relevos de 4x50 pies mixto de cada estilo, los nadadores/as saldrán desde el agua con una mano apoyada en la pared. La composición del mismo será con 2 nadadores/as de cada sexo, en el orden que cada equipo decida.

Para las pruebas de relevos de 4x50 libre mixto y 4x50 estilos mixto, la composición del mismo será con 2 nadadores/as de cada sexo, en el orden que cada equipo decida.

PROGRAMA DE LA COMPETICIÓN

1ª Jornada	2ª Jornada	3ª Jornada
1- 50 Pies Crol Mixto - 2014 2- 100 Espalda - M2013 3- 100 Espalda - F2013 4- 50 Espalda - M2014 5- 50 Espalda - F2014 6- 100 Libre - M2013 7- 100 Libre - F2013 8- 50 Libre - M2014 9- 50 Libre - F2014 10- 4x50 Pies Crol Mixto - 2013	1- 50 Pies Espalda Mixto - 2014 2 - 100 Braza - M2013 3 - 100 Braza - F2013 4 - 50 Braza - M2014 5 - 50 Braza - F2014 6 - 200 Libre - M2013 7- 200 Libre - F2013 8 - 100 Libre - M2014 9 - 100 Libre - F2014 10- 4x50 Pies Espalda Mixto - 2013	1- 50 Pies Braza Mixto - 2014 2- 200 Estilos - M2013 3- 200 Estilos - F2013 4- 100 Estilos - M2014 5- 100 Estilos - F2014 6- 100 Mariposa - M2013 7- 100 Mariposa - F2013 8- 50 Mariposa - M2014 9- 50 Mariposa - F2014 10- 4x50 Pies Braza Mixto – 2013
4ª Jornada	5ª Jornada	6ª Jornada
1- 50 Ondul. Dors. Mix. – 2014 2- 200 Espalda - M2013 3- 200 Espalda - F2013 4- 100 Espalda - M2014 5- 100 Espalda - F2014 6- 200 Libre - M2013 7- 200 Libre - F2013 8- 100 Libre - M2014 9- 100 Libre - F2014 10- 4x50 Ondul. Dors. – Mix.2013	1- 50 Braza. - M2014 2- 50 Braza. - F2014 3- 100 Braza - M2013 4- 100 Braza - F2013 5- 100 Estilos - M2014 6- 100 Estilos - F2014 7- 200 Estilos - M2013 8- 200 Estilos - F2013 9- 4x50 Libre Mix. – M13-14/F13-F14	1- 200 Libre - M2014 2- 200 Libre - F2014 3- 400 Libre - M2013 4- 400 Libre - F2013 5- 50 Libre - M2014 6- 50 Libre - F2014 7- 50 Libre - M2013 8- 50 Libre - F2013 9- 4x50 Estilos Mix.- M13-14/F13-F14