



# Manual del Árbitro

Reciclaje 2013-2017

ORGANIZACION Y DIRECCION



# Eliminatorias y Finales

**N.3.1.1.3.** Si hay tres series, **excepto las pruebas de 400, 800 y 1500 metros**, el nadador más rápido se colocará en la tercera serie, el siguiente en la segunda, el siguiente en la primera. El cuarto nadador será colocado en la tercera serie, el quinto en la segunda, el sexto en la primera, el séptimo en la tercera, etc.

**N.3.1.1.4.** Si hay cuatro series o más, **excepto las pruebas de 400, 800 y 1500 metros**, las tres últimas series de la prueba se reorganizarán conforme a la **N.3.1.1.3.** que aparece anteriormente. La serie precedente a las tres últimas, se compondrá de los nadadores siguientes más rápidos; la serie precedente a las cuatro últimas, se compondrá de los siguientes más rápidos, etc. Las calles serán asignadas en orden descendente, según los tiempos indicados en cada serie, de acuerdo al método descrito a continuación en **N.3.1.2.**

**N.3.1.1.5.** **Para las pruebas de 400, 800 y 1500 metros, las dos últimas series de las pruebas se confeccionarán de acuerdo con la N.3.1.1.2**

**N.3.1.1.2.** Si hay dos series, el nadador más rápido será colocado en la segunda serie, el siguiente más rápido en la primera, el siguiente en la segunda, el siguiente en la primera, etc.



# Eliminatorias y Finales

N.3.2.3. En el caso de que los nadadores de la misma o diferentes series tengan tiempos iguales registrados en centésimas de segundo para el octavo/décimo o decimosexto/vigésimo lugar, dependiendo de si se utiliza piscina de 8 o 10 calles, deberá haber una prueba de desempate para determinar qué nadador accederá a la final correspondiente. Dicha prueba de desempate, deberá tener lugar, ~~al menos, una hora~~ después de que todos los nadadores implicados hayan realizado su serie; efectuándose la misma ~~de común acuerdo entre el Director de Competición y los nadadores implicados, realizándose normalmente al finalizar la jornada o sesión correspondiente.~~ **Si es necesario, y se producen tiempos iguales, se realizará una prueba de desempate para determinar el 1<sup>er</sup> y 2<sup>o</sup> nadador reserva.**

N.3.2.4. Cuando en la normativa de la competición así esté previsto, y uno o más nadadores se den de baja de una semifinal ó en una prueba final (final A o B), los reservas serán llamados según orden de clasificación de las series o semi-finales. La prueba o las pruebas deberán ser reordenadas de nuevo, y las hojas modificadas deberán ser repartidas detallando los cambios o sustituciones, según prescribe el artículo N.3.1.2. ~~Si es necesario, al conseguir tiempos iguales, se nadará una prueba de desempate para determinar el 1<sup>o</sup> y 2<sup>o</sup> nadador reserva.~~



# Estilo Espalda

**N.6.3.** Cualquier parte del nadador debe romper la superficie del agua durante toda la carrera. 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. En ese punto la cabeza debe haber roto la superficie.

No puede estar sumergido en la llegada

**N.6.4.** Cuando se está ejecutando el viraje el nadador deberá tocar la pared con cualquier parte del cuerpo. Durante el viraje, los hombros pueden girar sobre la vertical hacia el pecho, después de lo cual un **inmediato** movimiento continuo de un brazo, o un **inmediato** movimiento continuo y simultáneo de los dos brazos pueden ser utilizados para iniciar el giro. El nadador debe haber vuelto a una posición sobre la espalda al abandonar la pared.

**Inmediato:** si tras girarse no mueve el brazo o brazos, ya no podrá a posterior porque no llega, ayudarse de los mismos para llegar a la pared



# Estilo Braza

N.7.2. 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, **excepto en el viraje después del toque de la pared donde está permitido girar de cualquier forma, siempre y cuando el cuerpo esté sobre el pecho al salir de la pared.** Desde la salida y durante toda la carrera el ciclo del estilo debe ser una brazada y una patada en ese orden.

Todos los movimientos de los brazos serán simultáneos y en el mismo plano horizontal sin movimientos alternativos

N.7.5. Los pies deberán girarse hacia afuera durante la parte propulsiva de la patada. No están permitidos los movimientos **de "tijeras", "aleteo" alternativos o de patadas de mariposa** hacia abajo **tipo-mariposa** excepto los de la regla N 7.1. Está permitido romper la superficie del agua con los pies, siempre que no venga seguido de una patada **de mariposa hacia abajo. tipo-mariposa**

N.7.6. En cada viraje, y al finalizar la carrera, el toque deberá hacerse con ambos manos **separadas y simultáneamente**, ya sea en, por encima o por debajo de la superficie del agua. **En el último ciclo del estilo anterior al viraje y a la llegada se permite una brazada no seguida de una patada.** La cabeza puede sumergirse después de la última brazada anterior al toque, teniendo en cuenta que rompa la superficie del agua en cualquier punto durante el último ciclo completo o incompleto anterior al toque.

Separadas: pueden justarse los dedos gordos de la mano.

Distinto nivel?



# Estilo Mariposa

N.8.1. Desde el comienzo de la primera brazada después de la salida y después de cada viraje el cuerpo deberá mantenerse sobre el pecho. La patada hacia los lados bajo el agua está permitida. No está permitido girar sobre la espalda en ningún momento, **excepto en el viraje después del toque de la pared donde está permitido girar de cualquier forma, siempre y cuando el cuerpo esté sobre el pecho al salir de la pared.**

N.8.2. Ambos brazos deberán ser proyectados **a la vez simultáneamente** hacia adelante, por encima de la superficie el agua, y llevarse hacia atrás **simultáneamente por debajo del agua** durante toda la carrera, sujeto a la N.8.5.

N.8.5. A la salida y en los virajes, el nadador está autorizado a hacer uno o varios movimientos de piernas y una tracción de brazos bajo el agua, lo que le permitirá salir a la superficie. Se le permitirá a un nadador estar completamente sumergido en una distancia no superior a 15 metros después de la salida y después de cada viraje. En este punto la cabeza debe haber roto la superficie del agua. El nadador debe permanecer sobre la superficie del agua hasta el siguiente viraje o la llegada.

N.8.4. En cada viraje y al finalizar la carrera, el toque deberá hacerse con ambas manos **separadas y simultáneamente**, ya sea a nivel del agua, por encima o por debajo.

Separadas: pueden justarse los dedos gordos de la mano.  
Distinto nivel? Si se puede.



# Dudas

**Si toca el suelo de la pileta en el viraje?. Descalificado por N.?**

**N.10.4.** En todas las pruebas, el nadador que efectúe un viraje, deberá tener contacto físico con el extremo de la piscina. El viraje deberá efectuarse desde el muro de la pileta, y no está permitido dar una zancada o paso sobre el fondo de la misma.

**N.10.5.** Un nadador no debe ser descalificado por ponerse de pie en el fondo de la pileta durante las pruebas de estilo libre o durante el tramo de estilo libre de las pruebas de estilos, pero le está prohibido andar.



# Carrera

N.10.8. Ningún nadador está autorizado a utilizar o llevar ningún sistema o bañador que haga aumentar su velocidad, flotabilidad o resistencia durante una competición (Ej.: manoplas, aletas, **pulseras de fuerza, ó sustancias adhesivas**, etc.). Sí podrá llevar gafas protectoras. Cualquier tipo de cinta adhesiva sobre el cuerpo no está permitido, salvo que sea aprobada por un órgano médico de la RFEN.

N.10.10. Cada equipo de relevos deberá estar compuesto por cuatro nadadores. **Podrán nadarse relevos mixtos. Los cuales estarán compuestos por dos (2) hombres y dos (2) mujeres. Los tiempos parciales obtenidos en estas pruebas no pueden ser usados para records y/o propósitos de inscripción.**

## RÉCORDS:

**RELEVOS MIXTOS: 4X100 Libres – 4X100 Estilos**

N.12.11. El primer nadador de un relevo, **salvo en los relevos mixtos**, puede pedir la homologación de un **Récord del España**. Si el primer nadador de un equipo de relevos recorre su distancia en un tiempo récord, conforme a las disposiciones de esta subsección, su actuación no será anulada por descalificación posterior de su equipo de relevos por faltas ocurridas después de que él haya realizado su carrera.