



## IV CIRCUITO POR CLUBES

### PREBENJAMÍN – BENJAMÍN – ALEVÍN

#### 1. Organización:

- La competición será organizada por la delegación provincial correspondiente, con la ayuda de los clubes participantes, respetando en todo momento las pruebas a nadar en cada sesión, marcadas por la dirección técnica de natación.
- Las delegaciones provinciales podrán proponer ajustar jornadas y sesiones por necesidad de adaptación a una realidad de fuerza mayor (COVID 19) sobre el calendario o instalación, así como la realización de una misma jornada en varias sedes, o cualquier otra modificación con el VºBº de la dirección técnica de la F.A.N.
- En el periodo comprendido entre octubre y diciembre las competiciones se realizarán adaptándose a las circunstancias COVID 19 (las delegaciones provinciales junto con los clubes acordarán las fechas e instalaciones donde se realizarán las pruebas dentro del calendario indicado y con el orden de pruebas establecido).
- Asimismo las delegaciones provinciales velarán por el cumplimiento de las ventanas temporales para la realización de las competiciones provinciales del periodo octubre-diciembre.

#### 2. Categorías y edades:

CATEGORÍA	MASCULINO	FEMENINO
ALEVÍN	2007 – 2008	2009 – 2010
BENJAMÍN	2009 – 2010	2011 – 2012
PREBENJAMÍN	2011 – 2012	2013 – 2014

#### 3. Etapas:

- El circuito está constituido por las siguientes **Etapas:**
  - Cuatro Etapas que se celebrarán en las distintas provincias, **dos Fases** y la **final del Circuito.**
  - Las Fases I y II, serán de ámbito zonal para la categoría Alevín y provincial para las categorías Prebenjamín y Benjamín.



#### 4. Programa:

##### Programas de pruebas del circuito:

1ª Etapa			
1	100 Libre Masculino	2010	RFEN
2	100 Libre Femenino	2012	RFEN
3	25 12,5+Aro+12,5 Femenino	2013-2014	
4	25 12,5+Aro+12,5 Masculino	2011-2012	
5	400 Libre Masculino	2007-2008	RFEN
6	200 Libre Masculino	2009	RFEN
7	400 Libre Femenino	2009-2010	RFEN
8	200 Libre Femenino	2011	RFEN
9	25 Esp+Giro Atrás Femenino	2013-2014	
10	25 Esp+Giro Atrás Masculino	2011-2012	
11	4x50 Espalda Masculino	2009-2010	RFEN
12	4x50 Espalda Femenino	2011-2012	RFEN
13	4x25 Pies Crol Masculino	2011-2012	
14	4x25 Pies Crol Femenino	2013-2014	
15	100 Espalda Masculino	2007-2008	RFEN
16	100 Espalda Masculino	2009	RFEN
17	100 Espalda Femenino	2009-2010	RFEN
18	100 Espalda Femenino	2011	RFEN
19	50 Espalda Masculino	2010	RFEN
20	50 Espalda Masculino	2011	
21	50 Espalda Femenino	2012	RFEN
22	50 Espalda Femenino	2013	
23	100 Libre Masculino	2007-2008/2009	RFEN
24	100 Libre Femenino	2009-2010-2011	RFEN
25	50 Libre Masculino	2010	RFEN
26	50 Libre Masculino	2011	
27	50 Libre Femenino	2012	RFEN
28	50 Libre Femenino	2013	
29	4x100 Libre Masculino	2007-2008	RFEN
30	4x100 Libre Femenino	2009-2010	RFEN
31	4x100 Libre Masculino	2009-2010	RFEN

3ª Etapa			
1	25 12,5 Buc+Aro+12,5 Brz Masculino	2011-2012	
2	25 12,5 Buc+Aro+12,5 Brz Femenino	2013-2014	
3	200 Libre Masculino	2007-2008	RFEN
4	200 Libre Femenino	2009-2010	RFEN
5	200 Libre Masculino	2009-2010	RFEN
6	200 Libre Femenino	2011-2012	RFEN
7	25 Braza Masculino	2011-2012	
8	25 Braza Femenino	2013-2014	
9	4x50 Mariposa Masculino	2009-2010	RFEN
10	4x50 Mariposa Femenino	2011-2012	RFEN
11	4x25 Pies Brz Tabl Masculino	2011-2012	
12	4x25 Pies Brz Tabl Femenino	2013-2014	
13	400 Libre Masculino	2009	RFEN
14	400 Libre Femenino	2011	RFEN
15	100 Libre Masculino	2010	RFEN
16	100 Libre Masculino	2011	
17	100 Libre Femenino	2012	RFEN
18	100 Libre Femenino	2013	
19	200 Espalda Masculino	2007-2008	RFEN
20	200 Espalda Masculino	2009	RFEN
21	200 Espalda Femenino	2009-2010	RFEN
22	200 Espalda Femenino	2011	RFEN
23	100 Espalda Masculino	2010	RFEN
24	100 Espalda Masculino	2011	
25	100 Espalda Femenino	2012	RFEN
26	100 Espalda Femenino	2013	
27	400 Estilos Masculino	2007-2008	RFEN
28	400 Estilos Femenino	2009-2010	RFEN
29	200 Estilos Masculino	2009-2010	RFEN
30	200 Estilos Femenino	2011-2012	RFEN
31	4x100 Estilos Masculino	2007-2008	RFEN
32	4x100 Estilos Femenino	2009-2010	RFEN

2ª Etapa			
1	100 Estilos Masculino	2010	RFEN
2	100 Estilos Femenino	2012	RFEN
3	25 Crol + Giro Femenino	2013-2014	
4	25 Crol + Giro Masculino	2011-2012	
5	200 Estilos Masculino	2007-2008	RFEN
6	200 Estilos Masculino	2009	RFEN
7	200 Estilos Femenino	2009-2010	RFEN
8	200 Estilos Femenino	2011	RFEN
9	25 Pies Mp Dorsal Femenino	2013-2014	
10	25 Pies Mp Dorsal Masculino	2011-2012	
11	4x50 Braza Masculino	2009-2010	RFEN
12	4x50 Braza Femenino	2011-2012	RFEN
13	4x25 Recoje Aro Masculino	2011-2012	
14	4x25 Recoje Aro Femenino	2013-2014	
15	100 Braza Masculino	2007-2008	RFEN
16	100 Braza Masculino	2009	RFEN
17	100 Braza Femenino	2009-2010	RFEN
18	100 Braza Femenino	2011	RFEN
19	50 Braza Masculino	2010	RFEN
20	50 Braza Masculino	2011	
21	50 Braza Femenino	2012	RFEN
22	50 Braza Femenino	2013	
23	100 Mariposa Masculino	2007-2008	RFEN
24	100 Mariposa Femenino	2009-2010	RFEN
25	50 Mariposa Masculino	2009-2010	RFEN
26	50 Mariposa Masculino	2011	
27	50 Mariposa Femenino	2011-2012	RFEN
28	50 Mariposa Femenino	2013	
29	4x200 Libre Masculino	2007-2008	RFEN
30	4x200 Libre Femenino	2009-2010	RFEN
31	4x100 Libre Femenino	2011-2012	RFEN

4ª Etapa			
1	1500 Libre Masculino	2007-2008	RFEN
2	800 Libre Femenino	2009-2010	RFEN
3	200 Braza Masculino	2007-2008	RFEN
4	200 Braza Masculino	2009	RFEN
5	200 Braza Femenino	2009-2010	RFEN
5	200 Braza Femenino	2011	RFEN
7	100 Braza Masculino	2010	RFEN
8	100 Braza Masculino	2011	
9	100 Braza Femenino	2012	RFEN
10	100 Braza Femenino	2013	
11	50 Braza Masculino	2011	
12	50 Braza Femenino	2013	
13	50 Libre Masculino	2012	
14	50 Libre Femenino	2014	
15	200 Mariposa Masculino	2007-2008	RFEN
16	200 Mariposa Femenino	2009-2010	RFEN
17	100 Mariposa Masculino	2009	RFEN
18	100 Mariposa Femenino	2011	RFEN
19	50 Mariposa Masculino	2010	RFEN
20	50 Mariposa Masculino	2011	
21	50 Mariposa Femenino	2012	RFEN
22	50 Mariposa Femenino	2013	
23	25 Mariposa Masculino	2012	
24	25 Mariposa Femenino	2014	
25	4x25 Habilidad.Comb. Masculino	2011-2012	
26	4x25 Habilidad.Comb. Femenino	2013-2014	



### **Descripción Pruebas Categoría Prebenjamín:**

#### **25 (12,5 libre + recoge aro + 12,5 libre)**

Desplazarse de modo libre hasta los 12,5 metros, bucear para coger una anilla sumergible y completar con la anilla de forma libre hasta completar los 25 m.

#### **25 Espalda (con un giro atrás en los 25 m)**

El nadador deberá realizar un giro trasversal atrás aproximadamente en la mitad de la prueba.

#### **4x25 pies crol tabla**

Salida con tabla desde arriba y realizar 25 m piernas de crol. La tabla se usará como testigo que será entregada en mano de un relevista al otro, sin poderse lanzar y no soltándola durante el recorrido.

#### **25 Crol (con un giro adelante en los 25 m)**

El nadador deberá realizar un giro trasversal adelante aproximadamente en la mitad de la prueba).

#### **25 Pies Mariposa dorsal**

Batido ondulatorio de mariposa, en posición dorsal. Los brazos podrán llevarse pegados al cuerpo o en flecha pero no podrán moverse durante la prueba.

#### **4x25 recoge el aro**

Zambullida libre, desplazarse de modo libre hasta los 12,5 metros, bucear para coger una anilla sumergible y completar con la anilla de forma libre hasta completar los 25 m. El siguiente relevista saldrá cuando el compañero toque la pared.(los aros serán facilitados por la Delegación provincial y se colocarán en colaboración con un voluntario del club).

#### **25 (12,5 buceo + recoge aro + 12,5 braza)**

12,5 m. BUCEO para recoger anilla + 12,5 m. braza.

#### **4X25 pies braza con tabla**

Salida con tabla desde arriba y realizar 25 m piernas de braza. La tabla se usará como testigo que será entregada en mano de un relevista al otro, sin poderse lanzar y no soltándola durante el recorrido.

#### **50 Libre (min 5 m subacuático)**

En la salida será obligatorio cubrir mínimo 5 mts de piernas subacuático bajo el agua. No alcanzar estas distancias será motivo de descalificación.

#### **4X25 pies mariposa (max distancia subacuático)**

Pies de delfín flecha subacuático máxima distancia posible (palo en manos) . El palo se usará como testigo que se entregará en mano de un relevista a otro.

#### **50 (25 MP-25 E)**

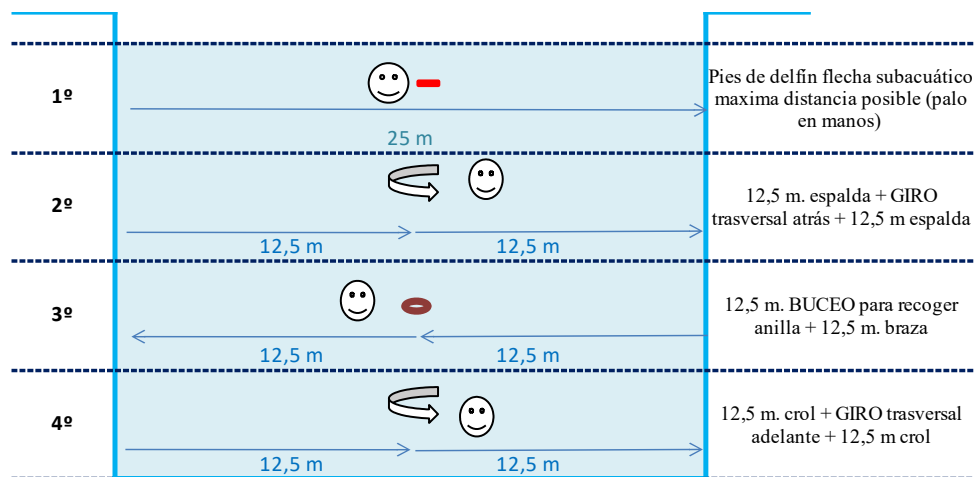
50 ( Mp-Esp): Se cubrirán 25 mts a Mariposa y 25 Mts a Espalda, el cambio de estilos se ajustará a las normas del reglamento de las pruebas de estilos.

#### **50 (25 BR-25 CR)**

50 ( Brz-Cr): Se cubrirán 25 mts a Braza y 25 mts a Crol, el cambio de estilos y la salida de Braza se ajustará a las normas del reglamento de las pruebas de estilos.



### 4X25 habilidades combinadas



### Programas de Pruebas Fases Prebenjamín - Benjamín

Fase I Benjamín-Prebenjamín			
1	8x50 Libre Mixto	09-10 M/11-12F	RFEN
2	100 Libre Masculino	2009	RFEN
3	100 Libre Femenino	2011	RFEN
4	50 Libre Masculino	2010	RFEN
5	50 Libre Masculino	2011-2012	
6	50 Libre Femenino	2012	RFEN
7	50 Libre Femenino	2013-2014	
8	100 Espalda Masculino	2009	RFEN
9	100 Espalda Femenino	2011	RFEN
10	50 Espalda Masculino	2010	RFEN
11	50 Espalda Masculino	2011-2012	
12	50 Espalda Femenino	2012	RFEN
13	50 Espalda Femenino	2013-2014	
14	200 Libre Masculino	2009	RFEN
15	200 Libre Femenino	2011	RFEN
16	4x25 Pies Mp Max Dist Sub Masc	2011-2012	
17	4x25 Pies Mp Max Dist Sub Fem	2013-2014	
18	100 Libre Masculino	2010	RFEN
19	100 Libre Femenino	2012	RFEN
20	100 Braza Masculino	2009	RFEN
21	100 Braza Femenino	2011	RFEN
22	50 Braza Masculino	2010	RFEN
23	50 Braza Masculino	2011-2012	
24	50 Braza Femenino	2012	RFEN
25	50 Braza Femenino	2013-2014	
26	50 Mariposa Masculino	2009-2010	RFEN
27	50 Mariposa Femenino	2011-2012	RFEN
28	50 Mariposa Masculino	2011-2012	
29	50 Mariposa Femenino	2013-2014	
30	200 Estilos Masculino	2009	RFEN
31	200 Estilos Femenino	2011	RFEN
32	100 Estilos Masculino	2010	RFEN
33	100 Estilos Masculino	2011-2012	
34	100 Estilos Femenino	2012	RFEN
35	100 Estilos Femenino	2013-2014	
36	8x50 Estilos Mixto	09-10 M/11-12 F	RFEN

Fase II Benjamín-Prebenjamín			
1	50 25 Mp-25 Esp Masculino	2011-2012	
2	50 25 Mp-25 Esp Femenino	2013-2014	
3	200 Estilos Masculino	2009-2010	RFEN
4	200 Estilos Femenino	2011-2012	RFEN
5	50 Mariposa Masculino	2010	RFEN
6	50 Mariposa Masculino	2011-2012	
7	50 Mariposa Femenino	2012	RFEN
8	50 Mariposa Femenino	2013-2014	
9	100 Libre Masculino	2010	RFEN
10	100 Libre Masculino	2011-2012	
11	100 Libre Femenino	2012	RFEN
12	100 Libre Femenino	2013-2014	
13	200 Braza Masculino	2009	RFEN
14	200 Braza Femenino	2011	RFEN
15	100 Espalda Masculino	2010	RFEN
16	100 Espalda Masculino	2011-2012	
17	100 Espalda Femenino	2012	RFEN
18	100 Espalda Femenino	2013-2014	
19	50 25 Brz-25 Crol Masculino	2011-2012	
20	50 25 Brz-25 Crol Femenino	2013-2014	
21	400 Libre Masculino	2009	RFEN
22	200 Libre Masculino	2010	RFEN
23	400 Libre Femenino	2011	RFEN
24	200 Libre Femenino	2012	RFEN
25	200 Espalda Masculino	2009	RFEN
26	200 Espalda Femenino	2011	RFEN
27	100 Mariposa Masculino	2009	RFEN
28	100 Mariposa Femenino	2011	RFEN
29	200 Libre Masculino	2009	RFEN
30	200 Libre Femenino	2011	RFEN
31	100 Braza Masculino	2010	RFEN
32	100 Braza Masculino	2011-2012	
33	100 Braza Femenino	2012	RFEN
34	100 Braza Femenino	2013-2014	

### **Programas de pruebas Fases zonales Alevines:**

- Consultar circular específica.

### **5. Participación:**

- Cada nadador solo podrá participar en las pruebas programadas para su año de nacimiento y en las pruebas de relevos indicadas.
- En las Etapas Prebenjamín - Benjamín - Alevín y en las Fases Benjamín - Prebenjamín cada nadador podrá inscribirse en un total de **dos pruebas individuales**.
- En las pruebas de 1500 y 800 se celebrarán como máximo dos series en cada sede. Excepcionalmente en función del tipo de piscina y del número de clubes, podrá ampliarse a tres series. En el caso que se superen las inscripciones previstas se eliminarán las que excedan en función del porcentaje obtenido entre inscritos de cada club y el espacio disponible. En cualquier caso el tope máximo de nadadores por Club será de 6, pudiéndose ampliar en caso de existencia de puestos vacantes en las series establecidas, y todos al menos tendrán derecho a 1 nadador/a.
- En los relevos de espalda, todos los nadadores saldrán desde dentro del agua, debiendo advertir a los participantes que lleguen lateralmente en su calle (con excepción del último), para permitir una correcta salida del próximo nadador.

### **6. Ranking:**

- Los resultados de las pruebas correspondientes a las Fases I y II de la RFEN, tanto los de las Etapas como los de las propias Fases, serán enviados por la FAN a la RFEN, con el fin de que sean contabilizados para las ligas nacionales y los rankings nacionales que dan acceso a los Campus organizados por la RFEN.

### **7. Inscripciones:**

- Para las Etapas y Fase I y II (Prebenjamín y Benjamín) las inscripciones deberán estar confirmadas en la plataforma Leverade con fecha tope **a las 10:00 horas del jueves** de la semana en que se celebre la jornada.