

|                      |   |
|----------------------|---|
| <b>COMPETICIÓ</b>    | <i>3r CONTROL FEDERATIU, 3ª LLIGA INICIACIÓ, 3ª BENJAMÍ, 3ª ALEVÍ i 3ª MÁSTER</i> |
| <b>DATA</b>          | <i>21/01/2023</i>   |
| <b>HORA</b>          | <i>11:00h escalfament, 12:00h competició</i>                                      |
| <b>LLOC</b>          | <i>PISCINA MUNICIPAL DE MAÓ</i>   |
| <b>CRONOMETRATGE</b> | <i>MANUAL</i>   |

**PROGRAMA DE COMPETICIÓ**

|  |                                     |
|--|-------------------------------------|
| 01.-50 Papallona Masc                              | 32.- 800 Lliures Mixt               |
| 02.-50 Papallona Fem                               | 33.-1500 Lliures Mixt               |
| 03.- 50 Esquena Masc                               | 34.- 400 Estils Masc                |
| 04.- 50 Esquena Fem                                | 35.- 400 Estils Fem                 |
| 05.- 200 Estils M09-M10 Aleví                      | 36.-100 Braça Masc                  |
| 06.- 200 Estils F11-F12 Aleví                      | 37.-100 Braça Fem                   |
| 07.- 100 Lliures Masc (Control + Aleví M09-M10)    | 38- 100 Braza Mixto Máster          |
| 08.-100 Lliures Fem (Control + Aleví F11-F12)      | 39.- 200 Espalda Mixto Máster       |
| 09.-50 Braça (M13 – F15) Iniciació                 | 40.-200 Lliure Masc                 |
| 10.-50 Lliures (M14–F16) Iniciació                 | 41.-200 Lliure Fem                  |
| 11.-200 Estils (M11-F13) Benjamí                   | 42.-100 Esquena Masc                |
| 12.-100 Estils (M12-F14) Benjamí                   | 43.-100 Esquena Fem                 |
| 13.-4x25 Lliures Mixt (M13-M14-F15- F16) Iniciació | 44.-200 Papallona Masc              |
| 14.-200 Braça Masc                                 | 45.-200 Papallona Fem               |
| 15.-200 Braça Fem                                  | 46.- 100 Estils Masc                |
| 16.- 200 Estils Masc                               | 47.- 100 Estils Fem                 |
| 17.- 200 Estils Fem                                | 48.- 50 Papallona (M11-F13) Benjamí |
| 18.- 50 Llibres Mixto Máster                       | 49.- 50 Papallona (M12-F14) Benjamí |
| 19-1500 Llibres Mixto Máster                       | 50.- 4x50 Braça (M11-M12) Benjamí   |
| 20.- 400 Lliures Masc                              | 51.- 4x50 Braça (F13-F14) Benjamí   |
| 21.-400 Lliures Fem                                | 52.- 4x200 Lliures M09-M10 Aleví    |
| 22.-50 Esquena M09-M10 Aleví                       | 53.- 4x200 Lliures F11-F12 Aleví    |
| 23.-50 Esquena F11-F12 Aleví                       | 54.- 4x50 Estilos Masc. Máster      |
| 24.-200 Esquena Masc                               | 55.- 4x50 Estilos Fem. Máster       |
| 25.-200 Esquena Fem                                | 56.- 4x50 Estilos Mixto Máster      |
| 26.-100 Papallona Masc                             | 57.-4x50 Lliures Fem                |
| 27.-100 Papallona Fem                              | 58.-4x50 Llibres Masc               |
| 28.-50 Braça Masc                                  | 59.-4x50 Estils Fem                 |
| 29.-50 Braça Fem                                   | 60.-4x50 Estils Masc                |
| 30.-50 Lliures Masc                                | 61.-4x200 Lliures Fem               |
| 31.-50 Lliures Fem                                 | 62.-4x200 Lliures Masc              |

**Annexa a la Normativa General de Natació 2022-2023**

|   |  |
|---|--|
| <p><i>PARTICIPACIÓ</i><br/>Control Federatiu<br/>Iniciació<br/>Benjamí<br/>Aleví<br/>Máster</p> | <p><i>Masculins: 2008 y ant. Femenins: 2010 y ant.</i><br/><i>Masculins: 2013 i 2014 Femenins: 2015 i 2016</i><br/><i>Masculins: 2011 i 2012 Femenins: 2013 i 2014</i><br/><i>Masculins: 2009 i 2010 Femenins: 2011 i 2012</i><br/><i>Masculins: 2002 i ant. Master Femenins: 2002 i ant. Master</i></p> |
| <p><b>DATA LÍMIT<br/>D'INSCRIPCIÓ</b></p>   | <p><b>Jueves 19 de Enero del 2023 a las 16:00h</b></p>   |

**REGLAMENT**

**1r PARTICIPACIÓ:** Podrà participar tots els nedadors/es, que estiguen en possessió de la Llicència Federativa en vigor amb anterioritat a la data límit d'inscripció, per algun Club de la **RFEN**.

**2n SÈRIES:** Es confeccionaran d'acord amb les marques acreditades a partir de l'1 d'octubre del 2021.

**3r INSCRIPCIONS:** Cada Club podrà inscriure un nombre il·limitat de nedadors/es, podent inscriure's a través del programa informàtic d'inscripcions. Pel que fa al nombre d'inscripcions per nedador, es permetran un màxim de 4 proves individuals. 2 Màxim per sessió

**4t ALTES i BAIXES** abans de la Competició: Les comunicacions de baixes s'hauran de presentar 30 minuts abans de l'inici de la jornada. La FBN es reserva el dret de modificar les sèries en funció de les baixes presentades, comunicant-ho prèviament als Delegats dels Clubs participants. **NO S'ADMETEN ALTES NI MODIFICACIÓ D'INSCRIPCIONS.**

La “no presentació” a una prova impedeix la participació a les proves posteriors (individuals i relleus).

**5è HORARI D'ESCALFAMENT:** La piscina estarà disponible per a l'escalfament des de 1 hora abans i fins a 10 minuts abans de l'inici de la competició.