



Circular 10 / 08 Zirkularra

KIROL ZEHAZTASUN LIGA

LIGA DE ESPECIFICACIÓN
DEPORTIVA

1. IGERILEKUAK ETA ORDUTEGIAK / PISCINAS Y HORARIOS:

Jardu.	FECHA	Egoitza	Ordua	Egoitza	Ordua	Egoitza	Ordua	Egoitza	Ordua
Jorna.	DATA	SEDE 1	HORA	SEDE 2	HORA	SEDE 3	HORA	SEDE 4	HORA
1	15/11/2008	Bidebieta	16:00	Andoain	16:00	Zarautz	16:00	Azpeitia	16:00
2	24/01/2009	Bidebieta	16:00	Lasarte	10:00	Irun (ART)	16:00	Legazpi	10:00
3	28/02/2009	Benta Berri	16:00	Hernani	16:00	Renteria	16:00	Azkoitia	16:00
4	28/03/2009	Alza	16:00	Ordizia	16:00	Zarautz	16:00	Oñati	15:30
5	09/05/2009	Benta berri	16:00	Tolosa	16:00	Irun (ART)	16:00	Bergara	16:00

2. EGITARAUA / PROGRAMA:

1. Jardunaldia / 1ª Jornada

Proba / Prueba				2000	1999	1998
1	50	LIBRE	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
2	50	LIBRE	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X
3	100	LIBRE	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
4	100	LIBRE	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X
5	200	LIBRE	Gizonezkoak / Masculino		X	X
6	200	LIBRE	Emakumezkoak / Femenino		X	X
7	8 X 25	BIZKAR / ESPALDA	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
8	8 X 25	BIZKAR / ESPALDA	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X

2. Jardunaldia / 2ª Jornada

Proba / Prueba				2000	1999	1998
1	50	BIZKAR / ESPALDA	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
2	50	BIZKAR / ESPALDA	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X
3	100	BIZKAR / ESPALDA	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
4	100	BIZKAR / ESPALDA	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X
5	100	TXIMELETA / MARIPOSA	Gizonezkoak / Masculino		X	X
6	100	TXIMELETA / MARIPOSA	Emakumezkoak / Femenino		X	X
7	200	BULAR / BRAZA	Gizonezkoak / Masculino		X	X
8	200	BULAR / BRAZA	Emakumezkoak / Femenino		X	X
9	8 X 25	BULAR / BRAZA	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
10	8 X 25	BULAR / BRAZA	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X



3. Jardunaldia / 3ª Jornada

Proba / Prueba			2000	1999	1998	
1	50	BULAR / BRAZA	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
2	50	BULAR / BRAZA	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X
3	100	BULAR / BRAZA	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
4	100	BULAR / BRAZA	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X
5	200	BIZKAR / ESPALDA	Gizonezkoak / Masculino		X	X
6	200	BIZKAR / ESPALDA	Emakumezkoak / Femenino		X	X
7	400	LIBRE	Gizonezkoak / Masculino			X
8	400	LIBRE	Emakumezkoak / Femenino			X
9	8 X 25	TXIMELETA / MARIPOSA	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
10	8 X 25	TXIMELETA / MARIPOSA	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X

4. Jardunaldia / 4ª Jornada

Proba / Prueba			2000	1999	1998	
1	50	TXIMELETA / MARIPOSA	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
2	50	TXIMELETA / MARIPOSA	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X
3	100	ESTILOAK / ESTILOS	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
4	100	ESTILOAK / ESTILOS	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X
5	200	ESTILOAK / ESTILOS	Gizonezkoak / Masculino		X	X
6	200	ESTILOAK / ESTILOS	Emakumezkoak / Femenino		X	X
7	8 X 50	LIBRE	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
8	8 X 50	LIBRE	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X

5. Jardunaldia / 5ª Jornada

Proba / Prueba			2000	1999	1998	
1	100	LIBRE	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
2	100	LIBRE	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X
3	200	LIBRE	Gizonezkoak / Masculino	X	X	X
4	200	LIBRE	Emakumezkoak / Femenino	X	X	X
5	400	LIBRE	Gizonezkoak / Masculino			X
6	400	LIBRE	Emakumezkoak / Femenino			X

3. PARTAIDETZA

3.1. KATEGORIAK

Benajminak eta Alebinak, Gizonezko eta Emakumezkoetan
1998, 1999 eta 2000 urtekoak

3.2. Ikasturte honetan igeriketako lizentzia

3. PARTICIPACIÓN:

3.1. CATEGORÍAS:

Benjamín y Alevín. Masculino y Femenino
Años 1998, 1999 y 2000

3.2. Podrán participar exclusivamente los



(GFA) eskolarra eguneratua dutenek bakarrik parte ahal izango dute.

nadadores con licencia escolar en natación (DFG) en vigor para el presente curso escolar.

3.3 Ikastetxe bakoitzak nahi adina igerilari aurkez dezake proba bakoitzeko.

3.3 Cada centro escolar podrá presentar cuantos nadadores desee en cada prueba

3.4. Igerilari bakoitzak banakako bi probatan eta errelebu batean parte hartu ahal izango du gehenez ere alebin mailan eta banakako proba baten eta errelebu batean benjamins kasuan. Halaber estilo bereko bi distantzia dauden jardunaldiantan bietako batean bakarrik igeri egin ahal izango da.

3.4. Cada nadador podrá nadar como máximo dos pruebas individuales y un relevo en categoría alevín y una prueba individual y un relevo en categoría benjamin. Así mismo en las jornadas en las que haya dos distancias del mismo estilo solo se podrá nadar en una de las dos

3.5 Klub bakoitzak erreleboetako proba bakoitzeko nahi adina errelebo talde aurkez ditzake, aurrez finkaturiko adinetan oinarrituriko edozein igerilariz osatuak izan daitezkeelarik.

3.5. Cada club podrá presentar cuantos equipos de relevos quiera por prueba, pudiendo estar formados por nadadores/as de cualquier edad de las establecidas

3.6 GIFek serieen behin-behineko zerrenda bat argitaratuko du bere web orrian (<http://www.igeri.net/>) lehiaketa jokatzeko den asteko asteazken orotan. Bertan akatsik antzeman ezker, txapelketan idazkaritzari adieraziko zaio inskripzio orria erakutsiz.

3.6. La FGN publicará un listado provisional de series en su página web (www.igeri.net) el miércoles de la semana de celebración de la competición. Los errores detectados en las mismas se comunicarán a la secretaría de la competición acreditando la hoja de inscripción.

3.7. Eskolarteko taldeen arduradunei eskatzen zaie duintasunez frogak bukatuko ez dituzten igerilariak eta oinarritzko ezaqutza teknikorik ez dutenen izenik ez ematea.

3.7. Se recomienda encarecidamente a los responsables de los equipos escolares, que se abstengan de inscribir a niños que no sean capaces de finalizar dignamente las pruebas y que no posean un mínimo de conocimientos técnicos de la natación.

3.8. GUTXIENEOAK:

3.8. MINIMAS:

3.8.1. 400 libre proban parte hartzeko, taldeetako arduradunei arren eskatzen zaie proba duintasunez beteko ez duten igerilariak entrenamenduetan testatzea.

3.8.1. En la prueba de 400 libre se ruega a todos los responsables de los equipos que aprovechen sus entrenamientos para testar a sus nadadores en dichas distancias, con el objeto de que acudan a la prueba en las mínimas condiciones técnicas y físicas.

4. HELBURUAK:

4. OBJETIVOS:



4.1. Hilean behin atsegingarria izango den lehiaketa bat eskaini, umea igeriketaren mundura erakar dezan, entrenatzera motibatu dezan, lehiaketak esperientzia eman diezaion, kideasuna estimulatu dezan (erreleboak), taldearenganako maitasunaren zentzua...

4.2. Entrenatzaileek ezingo dute "puesta a punto" edo doiketarik egin. Lantzeko modu bat aurkituko da, beti hobekuntza tekniko batekin erlazioan, oinarri aerobiko on bat lortzeko "esprinen" bitartez errekor edo marka pertsonal on bat bilatu gabe.

4.3. Adin hauetan lortutako hobekuntzak ondorengo hauen ondorio logikoa izan behar dute:

a) Oinarrizko kualitate fisikoen hobekuntza (bere adinera egokitua eta etengabea).

b) Lehiaketaren egoerara egokitzapen hobea.

c) Etekin hobea umearen garapen fisikoarengatik.

d) Hobekuntza teknikoa (lau estiloak igeri egiterakoan, irteeretan, biraketetan eta lasterketaren planteamenduan).

4.4. Proba honen helburua ez da lehiaketa baizik eta prestakuntza. Entrenatzaileari aholkatzen zaio izenematearen aurretik bere igerilaria testatua izan dezan distantzia eta estilo berean (ahal bada luzeagoan), uraren gutxienezko jabetza ez duten umei trago txar bat pasaraztea ekiditeko, era egokian bukatu ezin duten proba baten aurrean, jendearen eta kideen aurrean aurkituko direlako, eta honek ziurrenik jarduera honekiko umearen ukapena sortaraziko du.

4.2. Helburua, proba bakoitzean hautatutako estilo eta distantzia era egoki batean burutzea da eta poliki-poliki umea

4.1. Ofrecer una competición mensual que resulte atractiva, trate de atraer al niño hacia el mundo de la natación, le motive a entrenar, le de experiencia en la competición, estimule el compañerismo (relevos), sentido del cariño al equipo etc. ...

4.2. Los entrenadores deberán de abstenerse de hacer puestas a punto. Se buscara la forma de trabajar para obtener, siempre en relación con la mejora técnica, una buena base aeróbica sin caer en el error de buscar una marca o récord personal a base de "Sprints".

4.3. Las mejoras producidas en estas edades deben ser consecuencia lógica de:

a) Mejora de las cualidades físicas básicas (entrenamiento coherente, adaptado a su edad e ininterrumpido).

b) Mejor adaptación a la situación de la competición.

c) Mejor rendimiento por el desarrollo físico del niño.

d) Mejora de la técnica (nado de los 4 estilos, salida, virajes y planteamiento de la carrera)

4.4. El carácter de esta prueba no es competitivo sino formativo. Se aconseja al entrenador que previamente a la inscripción, haya testado ya a sus nadadores en la misma distancia (preferentemente superior) y estilo para evitar hacer pasar un mal rato a aquellos niños que sin tener un dominio mínimo del agua se tienen que enfrentar delante del publico y de sus compañeros ante una prueba que no pueden finalizar correctamente, lo que seguramente provocara un rechazo del niño hacia esta actividad

4.2. El objetivo es tratar de realizar de forma correcta el estilo y la distancia designada en cada prueba e ir



igeriketaren munduan sartzen joatea. Eginiko denborari baino garrantzi handiagoa emango zaio egiteko moduari, hau da: umeari erakutsi bere esfortzua neurtzen igeriketa uniforme bat ezarritz (luzera bakoitzean abiadura berdinean igeri egin dezala).

introduciendo poco a poco al niño al mundo del deporte de la natación. Se valorara mas que el tiempo realizado la forma de realizarlo, es decir aleccionar al niño a que dosifique su esfuerzo estableciendo un tipo de nado uniforme. (Que nade a la misma velocidad en cada largo).

5. IZEN EMATEAK:

5. INSCRIPCIONES:

5.1 Inskripzioak erlazio nominalak bidaliz egingo dira, bertako atal guztiak betez. "PcJunior" programan egindako inskripzioak ere onartuko direlarik.

5.1. Las inscripciones se realizarán enviando la relación nominal cumplimentando todos sus apartados. Asimismo se aceptarán las inscripciones tramitadas con el programa "PcJunior".

5.2 Klubek banakako erlazio nominaletan(edo PcJunior-eko artxiboetan) erreleboetan bakarrik parte hartuko duten igerilariak gehitu beharko dituzte.

5.2. Los clubes deberán incluir en las relaciones nominales individuales (o archivos de PcJunior) a aquellos nadadores que sólo participen en pruebas de relevos.

5.3 Klub bakoitzak bere inskripzioak (korreo arruntez, e-mailez edo fax-ez) Gipuzkoako igeriketa federakuntzara bidaliko ditu, asteartea baino lehen (lehiaketa jokatzeko deneko astean) goizeko 13:00etan. Ondoren jasotakoak onartuko ez direlarik.

5.3. Cada club enviará (correo ordinario, correo electrónico o fax) sus inscripciones a su a la Federación Gipuzkoana de Natación, quien deberá recibirlas lo más tarde el martes (de la semana en el que se celebre la competición) a las 13.00 de la mañana., no admitiéndose las recibidas con posterioridad.

5.4 "PcJunior" erabiliz inskripzioak egin behar dituzten klubei GIFek alde aurretik lehiaketa duen fitxeroa bidaliko die, klub hauek e-mailez bueltatu beharko dutelarik GIFra.

5.4. La FGN remitirá con anterioridad el fichero de competición del programa "Pcjunior" a los clubs para hacer las inscripciones, que los devolverán por el e-mail a la FGN.

6. LEHIAKETAREN FORMULA

6. FÓRMULA DE COMPETICIÓN

6.1 Serieak marka bidez osatuko dira, aiotze data kontutan izan gabe.

6.1. Las series se compondrán por marcas, sin tener en cuenta el año de nacimiento.

6.2. Erlojuz kontrako sistema erabiliko da igeriketarako.

6.2. Se nadará por el sistema de contra el reloj.

6.3. Proba bakoitzaren arautegiari dagokionez (estiloa, distantzia, etab.) proba guztietan RFENek lehiaketarako

6.3. En cuanto al reglamento de cada prueba (estilo, distancia etc...) todas las pruebas se regirán de acuerdo con las



duen arautegia jarraituko da. **Arautegi hau beteten ez dutenak deskalifikatuak izango dira.**

normativas que establece el reglamento de la R.F.E.N.. **Habrá descalificaciones de los que no cumplan dicho reglamento.**

6.4. Lehiaketa honetan **bi irteeratako** arautegia erabiliko da.

6.4. La competición se hará con la normativa de **dos salidas.**

7. ANTOLAKETA:

7. ORGANIZACIÓN:

7.1. Jardunaldiaren antolaketa eskatzen duen taldearen esku egongo da eta horretarako GIFeko Epaileen Batzordearen laguntza izango du. Talde antolatzailea GIFekin harremanetan jarri beharko da bete beharrekoak jakin eta proba baliozkotzat jo ondoren diru laguntza jasotzeko.

7.1. La organización de la misma correrá a cargo del club solicitante de la misma con el apoyo del Colegio de árbitros de la F.G.N.. Los clubs organizadores se deberán poner en contacto con la F.G.N. donde se le dictaran las normas a cumplir para dar validez a la prueba y posteriormente obtener la subvención

8. BAJAK

8. BAJAS

8.1- Bajak idatziz eta inprimaki ofizialaren bidez osatu behar dira. Hauek lehiaketako idazkaritzara eramango dira, lehiaketa hasi baina ordu erdi lehenago beranduenera.

8.1.- Las bajas se comunicarán por escrito y en el impreso oficial. Las bajas se entregarán en la secretaría de la competición hasta media hora antes del inicio de la competición.

8.2- Bajak taldeko entrenatzaile edo delegatuak eramango ditu (pertsonek hau lehiaketa hortarako baimendua egon behar da), serieak, igerilariak eta kaleak azalduz.

8.2.- Las bajas serán entregadas por el delegado o entrenador del equipo (que deberán estar acreditados para esta competición), especificando el número de serie, nombre del nadador/a y calle

8.3.- Igerilari bat igeri egitera azaltzen ez bada, eta bajarik eman ez bazaio, aurreko atalean azaldutako eran, igerilari honek ihardunaldi osoan ezingo du igeri egin (erreleboetako probetan ere ez) eta ezin izango da ordezkatu

8.3.- La no presentación de un nadador a la prueba en la que está inscrito, sin haber sido dado de baja de la forma descrita en el punto anterior, implicará que dicho nadador no podrá tomar parte en ninguna otra prueba durante el resto de la jornada (incluidas las de relevos) y no será sustituido.

9. SAILKAPENA

9. CLASIFICACIONES

9.1. Bakarkako sailkapen bat burutuko da (edo erreleboetan taldekakoa) proba bakoitzeko.

9.1. Se realizará una clasificación individual (o por equipos de relevos) por cada prueba.



10. ZIGOR eta AZKEN AIPAMENA

10.1. GIF-k edozein zigor jarri ahal izango du frogaturiko edozein irregulartasunen aurrean, bai minimen inguruan zein beste edozein arlotan.

10.2. GIF-k lehiaketa honetarako lehiaketa zuzendari bat izendatuko du, bertako aginte nagusia izango dena lehiaketaren antolaketan eta lehenengo epaileari ez dagozkion beste eginkizunetan.

10.3. Erreglamentu honetan aurreikusten ez dena GIFko lehiaketetako normatiban azaltzen denarenarekin beteko da, eta honekin nahikoa izango ez balitz R.F.E.N.ren lehiaketei buruzko erreglamendua erabiliko litzateke.

10. SANCIONES y NOTA FINAL

10.1. Las FGN podrá imponer las sanciones oportunas ante cualquier falseamiento demostrado de marcas mínimas u otro requisito exigido.

10.2. Las FGN nombrará para esta competición, un Director de Competición, que será la máxima autoridad, en la organización del campeonato así como en la resolución de reclamaciones que no interfieran a la autoridad del Juez Arbitro de la competición.

10.3. Todo lo no previsto en este reglamento, se regirá por la normativa de competiciones de la Federación Gipuzkoana de Natación en su caso por el reglamento general de competiciones de la R.F.E.N.

Donostia 2008-10-27