



15/16 denboraldia, Igeriketako 1. zirkularra
Temporada 15/16, Circular de natación nº 1

BENJAMINEN TESTA eta KIROL
ZEHAZTASUN LIGA

TEST BENJAMIN y LIGA DE
ESPECIFICACIÓN DEPORTIVA

1. IGERILEKUAK ETA ORDUTEGIAK / PISCINAS Y HORARIOS:

Jardu.	FECHA	1. EGOITZA	ORDUA	2. EGOITZA	ORDUA	3. EGOITZA	ORDUA
Jorna.	DATA	Sede 1	Hora	Sede 2	Hora	Sede 3	Hora
1	15/11/14	BENTABERRI	17:00	USABAL	16:00	EIBAR	15:30
2	16/01/30	BENTABERRI	16:00	LASARTE	16:00	AZKOITIA	15:30
3	16/03/19	ARITZBATALDE	16:00	USABAL	16:00	AZPEITIA	15:30
4	16/04/09	BENTABERRI	16:00	USABAL	16:00	AGORROSIN	15:30
5	16/04/30	OIARTZUN	16:00	MAJORI	16:00	OÑATI	15:30

2. EGITARAU / PROGRAMA:

1. Jardunaldia / 1ª Jornada

Proba / Prueba			Sexua / Sexo	Kat/Cat
1	50	Bizkar / Espalda	Gizonezkoak / Masculino	A
2	50	Bizkar / Espalda	Emakumezkoak / Femenino	A
3	100	Bizkar / Espalda	Gizonezkoak / Masculino	A
4	100	Bizkar / Espalda	Emakumezkoak / Femenino	A
5	50	Bular / Braza	Gizonezkoak / Masculino	B
6	50	Bular / Braza	Emakumezkoak / Femenino	B
7	6 X 25	Libre	Mistoa / Mixto	A
8	100	Bizkar / Espalda	Gizonezkoak / Masculino	B
9	100	Bizkar / Espalda	Emakumezkoak / Femenino	B
10	200	Bizkar / Espalda	Gizonezkoak / Masculino	B
11	200	Bizkar / Espalda	Emakumezkoak / Femenino	B
12	4 X 50	Libre	Gizonezkoak / Masculino	B
13	4 X 50	Libre	Emakumezkoak / Femenino	B

2. Jardunaldia / 2ª Jornada

Proba / Prueba			Sexua / Sexo	Kat/Cat
1	50	Libre	Gizonezkoak / Masculino	A
2	50	Libre	Emakumezkoak / Femenino	A
3	100	Libre	Gizonezkoak / Masculino	A
4	100	Libre	Emakumezkoak / Femenino	A
5	50	Bizkar / Espalda	Gizonezkoak / Masculino	B
6	50	Bizkar / Espalda	Emakumezkoak / Femenino	B
7	6 X 25	Bizkar / Espalda	Mistoa / Mixto	A
8	100	Libre	Gizonezkoak / Masculino	B
9	100	Libre	Emakumezkoak / Femenino	B



10	200	Libre	Gizonezkoak / Masculino	B
11	200	Libre	Emakumezkoak / Femenino	B
12	4 X 50	Tximeleta / Mariposa	Gizonezkoak / Masculino	B
13	4 X 50	Tximeleta / Mariposa	Emakumezkoak / Femenino	B

3. Jardunaldia / 3ª Jornada

Proba / Prueba			Sexua / Sexo	Kat/Cat
1	50	Bular / Braza	Gizonezkoak / Masculino	A
2	50	Bular / Braza	Emakumezkoak / Femenino	A
3	100	Bular / Braza	Gizonezkoak / Masculino	A
4	100	Bular / Braza	Emakumezkoak / Femenino	A
5	50	Libre	Gizonezkoak / Masculino	B
6	50	Libre	Emakumezkoak / Femenino	B
7	6 X 25	Tximeleta / Mariposa	Mistoa / Mixto	A
8	100	Bular / Braza	Gizonezkoak / Masculino	B
9	100	Bular / Braza	Emakumezkoak / Femenino	B
10	200	Bular / Braza	Gizonezkoak / Masculino	B
11	200	Bular / Braza	Emakumezkoak / Femenino	B
12	4 X 50	Bizkar / Espalda	Gizonezkoak / Masculino	B
13	4 X 50	Bizkar / Espalda	Emakumezkoak / Femenino	B

4. Jardunaldia / 4ª Jornada

Proba / Prueba			Sexua / Sexo	Kat/Cat
1	25	Tximeleta / Mariposa	Gizonezkoak / Masculino	A
2	25	Tximeleta / Mariposa	Emakumezkoak / Femenino	A
3	50	Tximeleta / Mariposa	Gizonezkoak / Masculino	A
4	50	Tximeleta / Mariposa	Emakumezkoak / Femenino	A
5	200	Libre	Gizonezkoak / Masculino	B
6	200	Libre	Emakumezkoak / Femenino	B
7	6 X 25	Bular / Braza	Mistoa / Mixto	A
8	100	Estiloak / Estilos	Gizonezkoak / Masculino	B
9	100	Estiloak / Estilos	Emakumezkoak / Femenino	B
10	400	Libre	Gizonezkoak / Masculino	B
11	400	Libre	Emakumezkoak / Femenino	B
12	4 X 50	Estiloak / Estilos	Gizonezkoak / Masculino	B
13	4 X 50	Estiloak / Estilos	Emakumezkoak / Femenino	B

5. Jardunaldia / 5ª Jornada

Proba / Prueba			Sexua / Sexo	Kat/Cat
1	100	Estiloak / Estilos	Gizonezkoak / Masculino	A
2	100	Estiloak / Estilos	Emakumezkoak / Femenino	A
3	50	Tximeleta / Mariposa	Gizonezkoak / Masculino	B
4	50	Tximeleta / Mariposa	Emakumezkoak / Femenino	B



5	100	Tximeleta / Mariposa	Gizonezkoak / Masculino	B
6	100	Tximeleta / Mariposa	Emakumezkoak / Femenino	B
7	6 X 25	Estiloak / Estilos	Mistoa / Mixto	A
8	200	Estiloak / Estilos	Gizonezkoak / Masculino	B
9	200	Estiloak / Estilos	Emakumezkoak / Femenino	B
10	4 X 50	Bular / Braza	Gizonezkoak / Masculino	B
11	4 X 50	Bular / Braza	Emakumezkoak / Femenino	B

3. PARTAIDETZA

3.1. KATEGORIAK

A kategoria: 2007 – 2006 urteak (gizonezko eta emakumezkoak)

B kategoria: 2005. urtea (gizonezko eta emakumezkoak) eta 2004. urteko gizonezkoak

3.2. Ikasturte honetan igeriketako lizentzia eskolarra (GFA) eguneratua dutenek bakarrik parte ahal izango dute.

3.3. Klub edo ikastetxe bakoitzak nahi adina igerilari aurkez dezake proba bakoitzeko.

3.4. A kategoriako igerilari bakoitzak gehienez banakako proba batean eta errelebu batean parte hartu ahal izango du eta B kategoriakoek banakako bi probatan eta errelebu batean parte hartu ahal izango dute. Halaber, estilo bereko bi distantzia dauden jardunaldietan bietako batean bakarrik igeri egin ahal izango da.

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

3.6. GIFk serieen behin-behineko zerrenda bat argitaratuko du bere web orrian (<http://www.igeri.net/>) lehiaketa jokatzeko den asteko **asteazken** orotan.

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

3.8. GUTXIENEOAK:

3. PARTICIPACIÓN:

3.1. CATEGORÍAS:

Categoría A: años 2007 – 2006 (Masculino y Femenino)

Categoría B: año 2005 (Masculino y Femenino) y año 2004 masculinos

3.2. Podrán participar exclusivamente los nadadores con licencia escolar en natación (DFG) en vigor para el presente curso escolar.

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

3.4. Cada nadador/a podrá nadar como máximo una prueba individual y un relevo en categoría A y dos pruebas individuales y un relevo en la categoría B. Asimismo, en las jornadas en las que haya dos distancias del mismo estilo solo se podrá nadar en una de las dos.

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

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.

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

3.8. MINIMAS:



3.8.1. 400 metro libre proban parte hartzeko, taldeetako arduradunei arren eskatzen zaie entrenamenduak erabiltzea beren igerilariak distantzia honetan testatzea, baldintza tekniko eta fisiko egokietan joan daitezen probetara.

4. HELBURUAK:

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

4.2. Entrenatzaileek ezingo dute “puesta a punto” edo doikuntzarik egin. Oinarri tekniko on bat, hobekuntza teknikoaren lotuta joango dena, lortzeko lan egiteko modua aurkituko da, esprinten bitartez errekor edo marka pertsonal on bat bilatu gabe.

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

- a) Oinarritzko gaitasun fisikoen hobekuntza (bere adinera egokitua eta etengabea).
- b) Lehiaketaren egoerara egokitzapen hobe.
- c) Etekin hobe 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 umeei trago txar bat pasaztea ekiditeko, era egokian bukatu ezin duten proba baten aurrean, jendearen eta kideen aurrean aurkituko direlako, eta honek ziurrenik jarduera honekiko umearen ukapena sortaraziko du.

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

4. OBJETIVOS:

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...

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

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 (en el nado de los 4 estilos, en la salida, en los virajes y en el planteamiento de la prueba)

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 público y de sus compañeros ante una prueba que no pueden finalizar correctamente, lo que seguramente provocará un rechazo del niño hacia esta actividad



4.5. Helburua, proba bakoitzean hautatutako estilo eta distantzia era egoki batean burutzea da eta poliki-poliki umea igeriketaren munduan sartzen joatea. Eginiko denborari baino garrantzi handiagoa emango zaio egiteko moduari, hau da: umeari erakutsi bere esfortzua neurtzen igeriketa uniforme bat ezarri (luzera bakoitzean abiadura berdinean igeri egin dezala).

5. EGOITZAK ETA KLUBAK

5.1. Lehenengo egoitzan talde hauetako igerilariak parte hartuko dute: Easo, Fortuna, Atletico SS, Zarautz, Oarsoaldea eta Bidasoa.

5.2. Bigarren egoitzan talde hauetako igerilariak parte hartuko dute: Hernani, Buruntzaldea, Tolosaldea, Ordizia, Igartza eta Udarregi.

5.3. Hirugarren egoitzan talde eta ikastetxe hauetako igerilariak parte hartuko dute: Legazpi, Bergara, Aloñamendi, Ubat, Zubiaurre, Izarraitz, Elgoibar H.I., San Bartolome, San José Ikastola, Santa Teresa, Almen Ikastola, Arimazuri, Arizmendi K.E., Arrasate H.E., Gazteluondo eta Kurtzebarri H.E.

6. IZEN EMATEAK:

6.1. Izen emateak ISIS sistema bidez egingo dira. Izen-emate epea lehiaketa burutuko den asteko **astearteko 12:00etan** bukatuko da.

Nahitaezkoa izango da gif@igeri.net helbidera ondorengo dokumentazioa igortzea izen-emate epea amaitu baino lehen:

- Izen-emateen informea PDF formatuan (ISISetik eskura daiteke).
- Erreleboetan bakarrik parte hartuko duten igerilarien erlazioa (izen-abizenak eta lizentzia zenbakia).

6.2. GIF zirkular honekin erabat ados ez dauden izen emateak baliogabetuko ditu, nahiz eta ISIS sistemak izen ematea egiten utzi. Klubei eta ikastetxeei ez zaie adieraziko izen emateren bat araudi honetan azaltzen diren partaidetza baldintzei ez dela egokitzen, klubaren edota

4.5. El objetivo es tratar de realizar de forma adecuada el estilo y la distancia designada en cada prueba e ir introduciendo poco a poco al niño al mundo del deporte de la natación. Se valorará más que el tiempo realizado la forma de realizarlo, es decir, educar al niño a que dosifique su esfuerzo estableciendo un tipo de nado uniforme (que nade a la misma velocidad en cada largo).

5. SEDES Y CLUBES

5.1. En la sede 1 competirán los/as nadadores/as de los siguientes clubes: Easo, Fortuna, Atletico SS, Zarautz, Oarsoaldea y Bidasoa.

5.2. En la sede 2 competirán los/as nadadores/as de los siguientes clubes: Hernani, Buruntzaldea, Tolosaldea, Ordizia, Igartza y Udarregi.

5.3. En la sede 3 competirán los/as nadadores/as de los siguientes clubes y centros escolares: Legazpi, Bergara, Aloñamendi, Ubat, Zubiaurre, Izarraitz, Elgoibar H.I., San Bartolome, San José Ikastola, Santa Teresa, Almen Ikastola, Arimazuri, Arizmendi K.E., Arrasate H.E., Gazteluondo y Kurtzebarri H.E.

6. INSCRIPCIONES:

6.1. Las inscripciones se realizarán mediante el sistema ISIS. El plazo de inscripción finalizará a las **12:00 del martes** de la semana en el que se celebre la competición.

Será **imprescindible** enviar a gif@igeri.net antes de que finalice el plazo de inscripción la documentación siguiente:

- Informe del acta de preinscripciones en formato PDF (suministrado por el ISIS).
- Relación de nadadores/as que solo participarán en las pruebas de relevos (nombre, apellidos y número de licencia).

6.2. La FGN anulará todas las inscripciones que no estén en total consonancia con esta circular, aún cuando el sistema ISIS permita la inscripción. Los clubes y centros escolares no serán avisados si alguna inscripción no se ajusta a las condiciones de participación reflejadas en esta



ikastetxearena izango da igerilari edota errelebo horren parte-hartze eza. GIFk ez ditu bere gain hartuko ez betetze honek eragin ditzakeen gastuak.

presente normativa, siendo de su exclusiva responsabilidad la no participación del nadador/a y/o del relevo. La FGN no se hace responsable de los gastos que pueda originar este incumplimiento.

7. LEHIAKETAREN FORMULA

7. FÓRMULA DE COMPETICIÓN

7.1. Serieak marka bidez osatuko dira, jaiotze urtea kontutan izan gabe.

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

7.2. Erlojuz kontrako sistema erabiliko da igeriketarako.

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

7.3. Lehiaketa honetan **bi irteeratako** arautegia erabiliko da **A** kategoriako igerilariarentzat eta **irteera bakarreko** arautegia **B** kategoriako igerilariarentzat.

7.3. La competición se hará con la normativa de **dos salidas** para la categoría **A**, y de **una salida** para la categoría **B**.

7.4. **A** kategoriako probei dagokionez, zirkular honetako 7.3. puntuaz azaldutakoaren baitan soilik deskalifikatuko dira igerilariak. Gainontzeko deskalifikazio posibleetan, Juez Arbitroak, edo berak izendatzen duen Juezak, adieraziko dio igerilariari eginiko arau haustea eta arau hauste hau benjamin test lehiaketetatik at eginez gero deskalifikatua izango dela.

7.4. En las pruebas correspondientes a la categoría **A**, solo se descalificará a los/as nadadores/as en base al punto 7.3. de esta circular. En el resto de las posibles descalificaciones, el Juez Árbitro, o Juez en quien delegue, comunicará al nadador/a la infracción cometida indicándole que en el caso de que cometa esa infracción en aquellas competiciones que no correspondan a estos test de categoría benjamín será descalificado/a.

7.5. Proba bakoitzaren arautegiari dagokionez (estiloa, distantzia, etab.) proba guztietan zirkular honetan jaso gabe dauden ataletan RFENek lehiaketarako duen arautegia jarraituko da. **Arautegi hau betetzen ez dutenak deskalifikatuak izango dira.**

7.5. En cuanto al reglamento de cada prueba de la categoría (estilo, distancia, etc...) todas las pruebas se regirán en aquellos apartados no contemplados en esta circular de acuerdo con las normativas que establece el reglamento de la RFEN. **Habrá descalificaciones de los que no cumplan dicho reglamento.**

7.6. 6 x 25 eta 4 x 50 bizkar erreleboetan 2. errelebularitik aurrera irteera poietetik egin ahal izango da, eta bizkarreko posiziora ur azpian egonik pasa.

7.6. En los relevos de 6 x 25 y 4 x 50 espalda, la salida a partir del segundo relevista podrá realizarse desde el poyete y pasar a la posición dorsal en el deslizamiento subacuático.

7.7. 6 x 25 estiloetako erreleboetan, horrela igeri egingo da: tximeleta-krol-bizkar-krol-bular-krol

7.7. Los relevos de 6 x 25 estilos se nadarán de la siguiente manera: mariposa-crol-espalda-crol-braza-crol

7.8. **A** kategoriako errelebo mistoetan erreleboaren konposaketa egokia izango da, neska edo mutilen kopurua ezberdina baldin bada ere

7.8. En los relevos mixtos de categoría **A**, la composición de los relevos es válida independientemente del número de chicas y chicos participantes.



8. ANTOLAKETA:

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

9. BAJAK

9.1. Bajak idatziz eta inprimaki ofizialaren bidez osatu behar dira. Hauek lehiaketako idazkaritzara eramango dira, **lehiaketa hasi baina ordu erdi lehenago beranduenera. Epe horretan bajak entregatzen ez dituzten klubek ezingo dute egun horretako lehiaketan parte hartu.**

9.2. Bajak taldeko entrenatzaile edo delegatuak eramango ditu (pertsona hau lehiaketa horretarako baimendua egon behar da), proba eta igerilaria dagokion zenbakia azalduz.

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

10. SAILKAPENA

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

11. ZIGOR eta AZKEN AIPAMENA

11.1. GIFk edozein zigor jarri ahal izango du frogaturiko edozein irregulartasunen aurrean, bai gutxieneko marken inguruan zein beste edozein arlotan.

11.2. GIFk lehiaketa honetarako lehiaketa zuzendari bat izendatuko du, bertako aginte nagusia izango dena lehiaketaren antolaketan eta lehenengo epaileari ez dagozkion beste

8. ORGANIZACIÓN:

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

9. BAJAS

9.1. 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. Los clubs que no entreguen las bajas en dicho plazo no podrán participar en la competición de ese mismo día.**

9.2. Las bajas serán entregadas por el delegado o entrenador del equipo (que deberán estar acreditados para esta competición), especificando la prueba y el número que corresponda al nadador/a.

9.3. La no presentación de un nadador/a 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.

10. CLASIFICACIONES

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

11. SANCIONES y NOTA FINAL

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

11.2. La 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



eginkizunetan.

no interfieran a la autoridad del Juez Árbitro de la competición.

11.3. Erregelamendu honetan aurreikusten ez dena GIFko lehiaketetako araudian azaltzen denarenarekin beteko da, eta honekin nahikoa izango ez balitz RFENren lehiaketei buruzko erregelamendu orokorra erabiliko litzateke.

11.3. Todo lo no previsto en este reglamento, se regirá por la normativa de competiciones de la FGN en su caso por el reglamento general de competiciones de la RFEN.

Donostia, 2015-11-26