

LIGA NACIONAL NATACIÓN MASTER - URUGUAY

CONVOCATORIA

X DESAFIO “60 MINUTOS” de nado

FECHA: domingo 8 setiembre de 2019

SEDE: Club Bohemios

Dirección: **Gabriel Pereira 3025 esq. Libertad**

Ratificaciones: 1230hs.

Inicio 1ª turno 1330 hs.



REGLAMENTO.-

- Actividad para equipos de **integración mixta o por género** que deberán integrarse con cuatro (4) nadadores titulares, y hasta dos (2) suplentes opcionales. Entre los titulares debe haber **un integrante del sexo opuesto** como mínimo en la categoría MIXTA.
- Cada equipo deberá **designar a una persona para realizar el control de los metros nadados a otro equipo.**
- Cada nadador **podrá participar hasta en 2 desafíos**, uno mixto y otro por género.
- Podrán participar nadadores de 15 años inclusive, en adelante.
- Los relevos se harán cada 100 metros, según el orden de nado de los titulares y cuyas distancias se acumularán durante el período de nado.
- La categoría del equipo se determina de acuerdo a la **suma de edades de los titulares.**
- **Suplentes Opcionales:** No podrán nadar más repeticiones que los titulares durante el turno, iniciando sus pasadas a partir de la **segunda participación de los titulares.** Su edad debe ser **mayor o igual al promedio** de edad de los titulares

CATEGORIA mixta	SUMA DE EDADES de los titulares
M 1	60 a 119 AÑOS MÁXIMO
M 2	120 - 159 AÑOS MÁXIMO
M 3	160 – 199 AÑOS MÁXIMO
M 4	200 – 239 AÑOS MÁXIMO
M 5	240 AÑOS O MÁS
CATEGORIA por GENERO	SUMA DE EDADES de los titulares
D 1 o C 1	60 A 119 años
D 2 o C 2	120 A 179 años
D 3 o C 3	180 A 249 años
D 4 o C 4	250 años o más

M = Mixta

D = Damas

C = Caballeros

INSCRIPCIONES.

Las inscripciones serán por la web www.natacionmaster.org.uy hasta las 12.00 hs. del día jueves 5/9/2019 o hasta completar cupos.

ATENCIÓN: Los 32 primeros nadadores inscriptos que abonen la matrícula en ABITAB, recibirán kit de regalo

Para ingresar a vestuario, Club Bohemios exige la presentación del carne de salud o ficha médica

La planilla de competición con el **orden de nado de los integrantes definitivo**, se deberá enviar por email a la LNNM (secretariamaster2016@gmail.com) **antes del 5 de setiembre.**

COSTOS.-

El costo de la inscripción por nadador será

\$ 170.por un desafío o \$300 por 2 desafíos- para afiliados a la LNNM 2019

\$ 350 por un desafío o \$600 por 2 desafíos.- para no afiliados.

Los depósitos deben realizarse en el colectivo NATACION MASTER de **ABITAB N° 98784** y presentarse comprobante de pago en la mesa de ratificaciones.

RATIFICACIONES.-

En la ratificación previa al evento se podrán hacer ajustes al orden de largada enviada previamente y **recibirán la planilla de control de nado.**

Quienes no hayan firmado el deslinde de responsabilidad durante el presente año 2019, deberán entregarlo en la mesa de ratificaciones, así como aquellos a quienes se les haya vencido la ficha médica, presentando la nueva ficha médica o carné de salud deportivo.

El deslinde de responsabilidad de los menores de edad deberá estar firmado por padre, madre, o tutor, especificando la persona responsable del mismo en el evento, en caso que no concurra el firmante.

DESARROLLO DE LA PRUEBA.-

Se distribuirán las series de acuerdo a las categorías y cantidad de equipos inscriptos en los cinco (5) carriles de la piscina

Pudiendo darse el caso de que se distribuyan dos equipos por carril.

Se iniciará el turno 1 con las categorías de edades más avanzadas y organizándose las posteriores en forma decreciente de categorías de edades. Se podrán integrar series con categorías de diferentes edades a efectos de optimizar el máximo de equipos por turno.

Todos los participantes (titulares y suplentes) marcarán numeración de orden de nado en ambos brazos.

Los titulares deben participar haciendo la cantidad de repeticiones de la distancia de 100 metros siguiendo el orden respectivo. Los suplentes podrán ingresar dentro de la formación siempre respetando la integración correlativa sin exceder las repeticiones de los titulares.

Los nadadores podrán saltar desde el borde de la piscina (no desde el cubo), o salir desde el agua, **cuando el participante que llega realice el toque a la pared**. Habrá penalizaciones (se descontarán 25 mts) por no hacerlo según esta reglamentación, pero no habrá descalificación.

Igual penalización para aquellos nadadores que caminen o se tomen de los andariveles para avanzar durante su turno de nado.

Los equipos acumularan **distancia** durante los 60 minutos de su turno, y al transcurrir los mismos, sonará una bocina, por lo cual el participante que este nadando en ese momento, **deberá detenerse** en el lugar que se encuentre, marcándose por los controladores la distancia redondeada al borde de 25 **metros siguiente más cercano**. En caso de empate se premiara al equipo con mayor resultado en la suma de edades **de los titulares**.

CLASIFICACION Y PREMIACIÓN.-

Se entregarán **trofeos** a cada uno de los integrantes de los equipos (titulares y suplentes), ubicados en la primera posición de cada categoría; **y medallas** para los equipos ubicados en 2º y 3º puesto **de cada categoría**.

Como siempre al finalizar la jornada realizaremos el tradicional tercer tiempo.

SUMATE A LA MOVIDA MASTER

SOMOS LA LIGA!!!

SECRETARIA TÉCNICA - LNNM

En página web www.natacionmasteruruguay.com

FORMULARIO DE INSCRIPCION

PLANILLA DE NADO con integración del equipo, para presentarse en la ratificación y enviarse por mail antes del 5 de setiembre

DESLINDE para presentarse en ratificación, quienes aún no lo hayan presentado en 2019 o renovaron su ficha médica