



CAMPEONATO EUSKAL HERRIA INVIERNO

Pamplona 21_22 de febrero

2026

INSTRUCCIONES CALENTAMIENTO

- La piscina estará a disposición de los participantes 1h,30, antes del inicio de cada sesión.
- UTILIZACIÓN DEL MATERIAL DE ENTRENAMIENTO: Durante los calentamientos en la piscina de competición solo se permite la utilización del siguiente material auxiliar: pull-boy y/o tabla de pies. Por seguridad NO se podrá utilizar aletas, manoplas, gomas de resistencia, ..., ni se permitirá lanzarse al agua de cabeza excepto en las calles habilitadas para sprints en el tiempo establecido en estas instrucciones técnicas.
- Los últimos 25 minutos de calentamiento, la disposición de la piscina será la siguiente:

1	2	3	4	5	6	7	8
SALIDAS ESPALDA	SALIDAS SALTO	RITMO PRUEBA 25-50	NADO EN CÍRCULO (CALENTAMIENTO, SUAVE.....)			RITMO PRUEBA 25-50	SALIDAS SALTO
1	2	3	4	5	6	7	8

- El calentamiento finaliza 15 minutos antes del inicio de la competición.

1. RECLAMACIONES

- Se atenderán las reclamaciones según lo dispuesto en la CIRCULAR 0/2026 TÉCNICA.

2. RELEVOS

- Las fichas de relevos se entregarán en la Secretaría de Competición 30 minutos antes del inicio de cada sesión.
- Tenéis disponibles en la página web las hojas de bajas y relevos, para que podáis llevar- las ya preparadas.
- La ficha de relevos deberá estar debidamente cumplimentada, en especial NOMBRE DE LA PRUEBA, NÚMERO, SERIE Y CALLE.
- Una vez comenzada la sesión no podrá modificarse la composición del relevo bajo ningún concepto.

3. CÁMARA DE SALIDAS

- Los nadadores deberán presentarse en la cámara de salida 10 minutos antes del inicio de su prueba.

4. SALIDAS Y LLEGADAS

- En todas las pruebas, salvo las de espalda y relevos, los nadadores deberán permanecer dentro del agua hasta que se produzca la salida de la siguiente serie.
- Una vez efectuada la salida de la siguiente serie, deberán abandonar la piscina por los laterales a la mayor brevedad posible.
- Los dispositivos de espalda estarán fijos, una vez que el nadador ya está dentro del agua no podrá manipularlo.

5. PRUEBAS DE 800 / 1500

- Se indicará, en el lado opuesto al de salida, el número de largos que quedan por recorrer, los últimos 100 metros se señalarán con una campana.
- Los indicadores de Cuenta Vuelta serán realizados por algún miembro del equipo del nadador.
- Los carteles de Cuenta Vueltas NO se podrán introducir en el agua.

6. RESULTADOS EN EL MARCADOR ELECTRÓNICO

- Debido a toques defectuosos, posibles fallos, descalificaciones, etc., los resultados que aparezcan en el marcador no podrán considerarse, en ningún caso, oficiales hasta que el juez árbitro haya dado el visto bueno.
- Los nadadores evitarán SUBIR POR ENCIMA DE LAS PLACAS, abandonando la piscina por las escaleras laterales.

7. ENTREGA DE MEDALLAS

- Se realizará según lo establecido en el programa de este Campeonato.
- Los delegados deberán estar muy atentos a la llamada por megafonía para enviar a los deportistas premiados al lugar indicado (Cámara de Premiaciones).
- Únicamente se realizará UNA LLAMADA de aviso a los vencedores, y se comenzará la misma aunque falten nadadores en el momento de efectuarla, pudiendo retirar los premios que no se hayan entregado en la mesa de secretaría, una vez celebrada la ceremonia oficial.
- Los nadadores deberán presentarse en el Pódium con la equipación completa de su equipo.
- Estas ceremonias en caso de sufrir variaciones, se indicarán oportunamente.
- En el acto de entrega de Trofeos cada club podrá estar representado como máximo por DOS nadadores en cada clasificación.