

NOMBRE:

Programa Somos Deporte 3-18

PROVINCIA DE TOLEDO

CATEGORÍAS:

- **PREBENJAMIN:** CHICOS NACIDOS EN EL 2013 Y MENORES Y CHICAS NACIDAS EN EL 2015 Y MENORES
- **BENJAMIN:** CHICOS NACIDOS EN EL 2011 Y 2012 Y CHICAS NACIDAS EN EL 2013 Y 2014
- **ALEVIN:** CHICOS NACIDOS 2009-2010 Y CHICAS NACIDAS EN 2011-2012
- **INFANTIL:** CHICOS NACIDOS EN EL 2007 Y 2008 Y CHICAS NACIDAS EN EL 2008-2009 Y 2010
- **JUNIOR:** CHICOS NACIDOS EN EL 2005 Y EN EL 2006 Y CHICAS NACIDAS EN EL 2006-2007
- **ABSOLUTO:** CHICAS NACIDAS 2005

SEDES:

- **JORNADA 1:** 5-6 noviembre 2022
 - Zona Talavera: Talavera (sábado mañana)
 - Zona Toledo: Toledo (sábado tarde)
 - Zona 3: Quintanar (domingo mañana)
- **JORNADA 2:** 26/27 de noviembre de 2022
 - Zona Talavera: Talavera (sábado mañana)
 - Zona Toledo: Toledo (sábado tarde)
 - Zona 3: Sonseca (domingo mañana)
- **JORNADA 3:** 14 enero de 2023
 - Zona Talavera: Talavera (sábado mañana)
 - Zona Toledo: Toledo (sábado tarde)
 - Zona 3: Madridejos (domingo mañana)
- **JORNADA 4:** 11/12 febrero de 2023
 - Zona Talavera: Talavera (sábado mañana)
 - Zona Toledo: Toledo (sábado tarde)
 - Zona 3: Quintanar (domingo mañana)
- **JORNADA 5:** 4/5 marzo de 2023
 - Zona Talavera: Talavera (sábado mañana)
 - Zona Toledo: Toledo (sábado tarde)
 - Zona 3: Madridejos (domingo mañana)
- **JORNADA 6:** 14/15 abril de 2023
 - Zona Talavera: Talavera (sábado mañana)
 - Zona Toledo: Toledo (sábado tarde)
 - Zona 3: Sonseca (domingo mañana)

EQUIPOS POR SEDE:

- SEDE TOLEDO: C.N. Castilla, C.N.S Oriol Imperial, C.N. Toledo, C.N. Ugena, C.N. Trampolín, San Patricio-Monteverde, Down Toledo.
- SEDE TALAVERA: E.C. Ciudad de Talavera, C.N Tritones, C.N. Torrijos, C.N El Cisne, Tri Talavera, Talavera Training, C.W. Poseidón
- SEDE ZONA 3: C.N. Madridejos, C.N. Urda, C.N. Sonseca, C.N. Los Yébenenes, C.N. Quinaqua, C.N. Quintanar.

INSCRIPCIÓN:

- La inscripción en la competición se realizará a través de LEVERADE, tanto pruebas individuales como de relevos, siendo siempre por suma de tiempos de cuatro nadadores del club inscritos en la competición.
- La responsabilidad de inscripciones con marcas incorrectas recaerá directamente en el club que realice dichas inscripciones.

PARTICIPACIÓN:

- En las instalaciones en las que se desarrollen las distintas jornadas deberán participar al menos dos clubes, con el fin de dar validez a los resultados.
- Los nadadores podrán participar en las pruebas que a criterio técnico sus entrenadores decidan. Las pruebas especificadas con PB serán exclusivas para los nadadores pre benjamines.
- Los clubes podrán participar con un sólo equipo de relevos por cada categoría.
- Cada nadador podrá participar en un máximo de dos pruebas individuales por jornada, más la prueba de relevos.
- En las jornadas donde se naden pruebas de 400, 800 y 1500 cada delegación podrá limitar el número de series por categoría en estas pruebas.
- La prueba de 1500 será masculina, pero se podrán completar las series con femenino (según tiempo de inscripción).
- La prueba de 800 será femenina, pero se podrán completar las series con masculino (según tiempo de inscripción).

FÓRMULA DE COMPETICIÓN:

- Las pruebas se disputarán por el sistema contrarreloj.
- Se aplicará el sistema de “salida única”.
- Los participantes serán agrupados en las series según el tiempo acreditado, con independencia de su año de nacimiento.
- Los participantes deberán estar preparados en la cámara de salida con la siguiente antelación: para las pruebas de 50 m 4 series antes, para las de 100 y 200 m 3 series antes, para las de 400 m 2 series antes y para el resto 1 serie antes. No se realizarán llamadas a la cámara de salida.

PUNTUACIÓN:

- Sin puntuación.
- Cada delegación podrá estipular alguna clasificación interna para premiar a los nadadores y para poder elaborar las selecciones de la fase territorial.

CLASIFICACIÓN:

- Se realizarán unos rankings por marcas logradas de cada provincia y también a nivel regional por categoría y sexo.

INSCRIPCIÓN:

- El programa de pruebas será unificado para TODAS las provincias durante las primeras cinco jornadas. La sexta la realizarán las provincias de Toledo, Albacete y Ciudad Real.
- El plazo de inscripción será siempre el viernes anterior a la jornada a realizar a las 23:59 horas.
- Los pre-benjamines SOLO podrán participar en las pruebas especiales (**obligatorias**) y pruebas de 50-25 (opcionales).
- Benjamines SOLO pruebas de 50, 100 de todas las modalidades y además el 200 libre y 200 estilos.
- Las delegaciones podrán añadir alguna prueba extra si su timing de competición se lo permite respetando siempre las que hay programadas en este documento.

PROGRAMA DE PRUEBAS:

1ª Jornada 5 noviembre	2ª Jornada 26 noviembre	3ª Jornada 14 enero	4ª Jornada 11 febrero	5ª Jornada 4 marzo	6ª Jornada 15 abril
25 empuje +Deslz Nº BRAZADAS CROL	25 salida + Deslz Nº BRAZADAS CROL	25 piernas crol CRONO	25 empuje +Deslz Nº BRAZADAS CROL	25 salida + Deslz Nº BRAZADAS CROL	25 piernas crol CRONO
50 libre M y F	50 espalda M y F	50 braza M y F	50 libre M y F	50 espalda M y F	50 braza M y F
100 mariposa M y F	200 libre M y F	400 libre M y F	100 mariposa M y F	200 libre M y F	400 libre M y F
25 crol M y F	25 espalda M y F	25 braza M y F	25 crol M y F	25 espalda M y F	25 braza M y F
PRE-BENJAMIN	PRE-BENJAMIN	PRE-BENJAMIN	PRE-BENJAMIN	PRE-BENJAMIN	PRE-BENJAMIN
200 estilos M y F	100 estilos M y F	50 libre M y F	200 estilos M y F	100 estilos M y F	50 libre M y F
50 braza M y F	200 mariposa M y F	50 mariposa M y F	50 braza M y F	200 mariposa M y F	50 mariposa M y F
100 espalda M y F	100 braza M y F	200 braza M y F	100 espalda M y F	100 braza M y F	200 braza M y F
100 libre M y F	200 espalda M y F	400 estilos M y F	100 libre M y F	200 espalda M y F	400 estilos M y F
4x50 estilos M y F	4x50 libre M y F	50 espalda M y F	4x50 estilos M y F	4x50 libre M y F	50 espalda M y F
Benjamín	Benjamín		Benjamín	Benjamín	
4x50 estilos M y F	4x50 libre M y F	8x50 libre Mixto	4x50 estilos M y F	4x50 libre M y F	8x50 libre Mixto
Alevín	Alevín	Alevín-Infantil	Alevín	Alevín	Alevín-Infantil
1500 libre M	800 libre F		1500 libre M	800 libre F	