

NATACIÓ SINCRONITZADA curs 2012-2013

Poden participar tots els centres d'ensenyament, agrupacions esportives o altres entitats que ho desitgin i que estiguin degudament reconegudes i inscrites al registre corresponent del Consell Català de l'Esport.

DOCUMENTACIÓ NECESSÀRIA I ASPECTE ECONÒMIC

Tota la documentació cal tramitar-la per internet mitjançant l'aplicatiu de llicències del Consell:
<http://ceeb.playoffinformatica.com>

Per poder fer-ne us, cada entitat tindrà un nom d'usuari i una paraula de pas. Aquestes dades seran facilitades pel CEEB un cop feu efectiva la inscripció d'entitat.

- | | |
|--|---------------------------|
| • Inscripció de centre | 1,00€ |
| • Llicència esportiva vigent per al curs 2012-2013 | 5,00€ |
| • Assegurança obligatòria | 4,00€ |
| • Assegurança obligatòria per noies del 1994 i anteriors | 13,00€ |
| • Llicència per a nens i nenes nascuts/des a partir de l'any 2005- 2006 | 1,00€ |
| • Assegurança obligatòria 2005-2006 | 1,00€ |
| • Llicència de delegat i entrenador (assegurança inclosa) | 10,40€ |
| • Full d'inscripció específic de Natació Sincronitzada | 5,00€ (les tres jornades) |
| • Full específic de TROBADES
(nous grups que tan sols participin a la última jornada) | 30,00€ per grup |

Les inscripcions s'han de lliurar com a màxim **10 dies abans** de la competició.

CATEGORIES I NIVELLS

Categoria A (any 2001 i posteriors) Nivells 1, 2 i 3

Categoria B (anys 1997-1998-1999-2000) Nivell 2 i 3

Categoria C (any 1996 i anteriors) Nivell 2 i 3

COMPETICIÓ DE RUTINES TÈCNIQUES

Cada escola podrà inscriure tants equips com vulgui, amb un mínim de quatre nedadores cadascun.

La música serà lliure. La durada màxima serà **de 2'30"**.

Es competirà en **tres nivells** la categoria A i en **dos nivells** la categoria B i C.

El contingut haurà d'incloure els següents elements obligatoris:

- NIVELL 1:**
- Posició de *Eggbeater*
 - Veler alternatiu amb desplaçament
 - Mortal d'esquena encongít
 - Posició de carpa i final lliure
 - Ha de incloure dues formacions i una ha de ser una estrella.

NATACIÓ SINCRONITZADA curs 2012-2013

- NIVELL 2:**
- Posició de *Eggbeater* amb un braç aixecat
 - Posició de carpa i una figura acabant amb vertical als turmells.
 - Mortal encongít a vertical pels turmells i baixada.
 - Ha de incloure 3 formacions, una ha de ser un cercle.
 - Boost de braços (sense braços)
- NIVELL 3:**
- Posició de *Eggbeater* amb dos braços aixecats.
 - Cama de ballet, mortal encongít i vertical turmells amb un gir mínim de 180°
 - Combinat (estirada de front a carpa endavant, a grua, a vertical genoll doblegat, i descens vertical en aquesta darrera posició)
 - Ha de incloure 4 formacions, una ha de ser una diagonal.
 - Boost de braços (amb un braç).

El jurat emetrà una única puntuació que inclourà el mèrit tècnic i la impressió artística.

COMPETICIÓ DE FIGURES [\(descripció\)](#)

- Nivell I:** veler altern
- Nivell II:** 302 Flor
- Nivell III:** 301 Tintorera

Les nedadores caldrà que portin vestit de bany negre i casquet blanc per realitzar les figures.

COMPETICIÓ DE RUTINES LLIURES

Cada escola podrà inscriure tants equips com vulgui, amb un mínim de quatre nedadores cadascun.

La música serà lliure. La durada màxima serà de **3 minuts**.

Es competirà en 3 nivells a la categoria A i en 2 nivells a la categoria B i C.

GUARDONS

- Els exercicis puntuaran per separat:
- **Jornada de figures:** obtindran una medalla les 3 primeres nedadores classificades de cada nivell i categoria.
- **Jornada de rutines tècniques:** obtindran una copa els tres 1rs equips classificats en cada categoria i nivell
- **Jornada de rutines lliures:** obtindran una medalla les components dels tres 1rs equips classificats de cada categoria i nivell.

Les medalles es lliuraran al finalitzar cada jornada.

NATACIÓ SINCRONITZADA curs 2012-2013

MÚSIQUES

Cal enviar les músiques per *mail* en format mp3 a esportindividual@elconsell.cat especificant clarament a qui pertany cada música **15 dies abans de cada competició**.

A cada arxiu s'ha d'especificar l'entitat, categoria i nivell i si hi ha més d'un grup, el nom de la *capitana* de cada grup.

Exemples: Maristes_cat B_laura sanchez
Badrena_cat A_mireia Soler
Claret_cat C_anna bertran

En cas de no poder enviar les músiques caldrà portar-les al Consell **15 dies abans** en un sol CD perfectament gravades i especificant a la caràtula: nom de l'entitat, nom del grup, categoria i nivell.

En el cas de canvis de músiques durant el mateix curs, caldrà respectar els 15 dies d'antelació. **De no ser així, la organització utilitzarà la mateixa música de que disposa.**

REGLAMENT

- No es permet participar nedadores que competeixin a federació en altres nivells que no siguin escolars.
- Una mateixa nedadora ha de competir en la seva categoria i nivell durant tota la temporada. Qualsevol excepció de canvi de categoria caldrà sol·licitar per escrit (mail) el vist-i-plau al comitè.
- En cap cas es podrà canviar de nivell un cop s'hagin enviat els horaris i ordre d'actuació als participants.
- No es permet realitzar rutines combinades (*COMBOS*) en cap de les dues jornades de competició de rutines.
- Una mateixa nedadora només podrà participar en un equip, en el nivell pel qual ha estat inscrita.
- Qualsevol reclamació es farà per escrit adreçada al Comitè de Natació Sincronitzada del Consell.
- Per realitzar **les figures** és obligatori portar **banyador negre i casquet blanc**.
- No està permès nedar amb joies.
- En cas d'empat se sumaran les 5 notes. Si continua l'empat, comptarà la nota més alta.

NATACIÓ SINCRONITZADA curs 2012-2013

CAMPIONATS DEL MÓN DE NATACIÓ BARCELONA 2013

Enguany el Consell de l'Esport Escolar de Barcelona col·labora en la promoció dels Campionats del Món de Natació Barcelona 2013 amb el projecte PLANETA AIGUA.

Un projecte que incentiva als infants a aprendre a nedar durant aquest curs i on l'objectiu primordial és reivindicar el dret de tots els nens del món a saber nedar.

També coneixerem a la seva mascota "XOP" que ens vindrà a visitar durant alguna jornada.

