



INSTRUCCIONES PARA LOS NADADOR@S

DE LA XXI COPA ASTURIAS

1. SE ESTABLECEN TRES PRUEBAS

- Individual 7,5km masculina/Puntuable para COPA ESPAÑA. Salida a las 16:00h.
- Individual 7,5km femenina/Puntuable para COPA ESPAÑA. Salida a las 16:10h
- Relevos 3x2,5km mixto. Salida a las 16:20h

2. REUNIÓN TÉCNICA CON LOS PARTICIPANTES

Lugar: Nave Municipal El Puerto. <https://bit.ly/2K6V2Qu>

Fecha y hora: Sábado 3 de agosto, a las 13:00 h. Posteriormente se procederá a la entrega de dorsales y marcaje.

3. PARTICIPANTES EN PRUEBAS INDIVIDUALES

Darán tres vueltas al circuito en el sentido contrario a las agujas del reloj, dejando todas las boyas amarillas que se encuentren a mano izquierda. **EN TODAS LAS VUELTAS SE ENTRA A PUERTO PARA HACER UN GIRO DE 180º.** (Ver plano 1)

4. PARTICIPANTES EN PRUEBAS DE RELEVOS

4.1. Identificación de nadador@s:

Todos los componentes del equipo llevarán el mismo número de dorsal (por ejemplo el 1) pero se diferenciarán entre sí mediante letras:

- 1A: Primer relevista Calcomanía, gorro azul y chip
- 1B: Segundo relevista. Calcomanía, gorro rosa y chip
- 1C: Tercer relevista. Calcomanía, gorro gris y chip

Tanto las calcomanías, como los gorros y los chips, serán aportados por la organización.

Los chips y los gorros serán devueltos a la organización a la salida de la prueba.

ES FUNDAMENTAL QUE LOS COMPONENTES DEL EQUIPO MANDEN UN CORREO A inscripciones@rianavia.com COMUNICANDO EL ORDEN DE LOS RELEVISTAS DENTRO DE CADA EQUIPO

4.2. Mecanismo para dar el relevo:

- El primer relevista, tras dar su vuelta al circuito, entra en meta, tocando la plataforma de meta con la mano donde lleva el chip.
- El segundo relevista debe estar en cámara de llamadas con antelación suficiente para que al requerimiento del juez árbitro, baje a pantalán de salidas. **ES RESPONSABILIDAD DEL NADAD@R ESTAR EN CAMARA DE LLAMADAS AL SER REQUERIDO POR EL JUEZ ARBITRO. DE NO SER ASÍ EL EQUIPO PUEDE QUEDAR DESCALIFICADO DE LA COMPETICIÓN.**
- Cuando el primer relevista toca la plataforma de meta, el segundo relevista saltará desde el pantalán **EN EL MOMENTO QUE LO ÍNDIQUE EL JUEZ ARBITRO.**
- El procedimiento será el mismo para el segundo y el tercer relevista.

5. CHIPS DE CONTROL DE LLEGADA

El chip de control debe colocarse obligatoriamente en una muñeca y ser esa la mano con la que se toque el panel de meta. **EN CASO DE NO TOCAR LA PLATAFORMA DE LLEGADA CON LA MANO DEL CHIP, LA CLASIFICACIÓN DEL NADADOR QUEDARÁ A EXPENSAS DEL CRITERIO DEL JUEZ ÁRBITRO.**

La fianza del chip se reintegrará unos días pasados la Copa Asturias a través de la misma plataforma de pago utilizada para abonarlo. En caso de extravío o no entrega del chip a la organización, no se reintegrará la fianza

6. IDENTIFICACIÓN DE NADADORES

Cada nadador quedará identificado por un número asignado por la organización. Dicho número irá marcado con calcomanías en: los omoplatos, parte superior de ambos brazos y dorso de las manos.. En caso de no existir suficientes calcomanías, los dorsales irán rotulados sobre el cuerpo, en las mismas zonas.

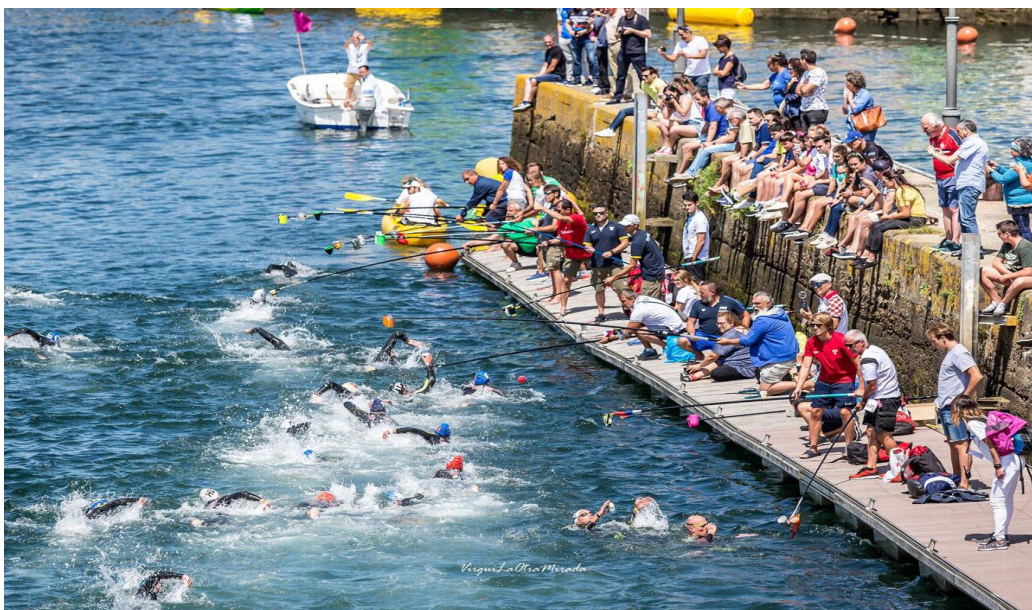
Los nadadores que lleven neopreno recibirán también calcomanías que deberán ser colocadas sobre estas prendas, en las mismas posiciones antes señaladas. Se les proporcionarán unas toallitas limpiadoras que sirven para retirar dicha calcomanía del neopreno sin dejar ningún residuo.

Cada nadador es el responsable de la colocación de dichas calcomanías, para cuya operación deben observarse las siguientes precauciones: Las áreas de aplicación deben hallarse limpias: en ningún caso se aplicará vaselina, pomadas, o similares antes de su colocación. Para colocar cada calcomanía hay que humedecerla abundantemente y retirar el recubrimiento. Importante, tras la colocación, no tocar la zona para evitar emborronamientos o estropeados del número.

LOS NADADORES HAN DE PRESENTARSE EN EL MOMENTO DE ACCESO A CAMARA DE LLAMADAS CON LAS CALCOMANÍAS YA COLOCADAS.

7. AVITUALLAMIENTO

- El pantalán exterior al puerto de Navia y situado junto al espigón del puesto se habilita para dar avituallamiento a los participantes.
- Los participantes tendrán que tener un acompañante que les ayude en la labor de avituallamiento.
- Lo que cada nadad@r vaya a tomar en ese avituallamiento será aportado por el mismo.
- El proceso de avituallar se realizará conforme a normativa establecida en aguas abiertas. Como resumen señalar que:
 - el participante no puede apoyarse en el pantalán en ningún momento;
 - lo que el nadad@r vaya a tomar se le debe dar en mano o a través de una pértiga de avituallamiento quedando completamente prohibido lanzar las bebidas o alimentos hacia el nadador por el aire;
 - la bebida debe ir en un vaso de cartón o papel evitando lanzar al agua elementos plásticos.
- **Nota:** Si algún participante quiere utilizar el pantalán de avituallamiento pero carece de acompañante, la organización puede poner voluntarios a realizar esta labor. Pero no será un voluntario exclusivamente para cada participante, pudiendo darse el caso que un voluntario pueda ayudar a 4 o 5 nadador@s



8. GUARDARROPA

Se establece un servicio de guardarropa en la Nave municipal de El puerto para todos los participantes que deseen hacer uso de este servicio.

9. BAÑADORES

La competición se rige por normativa FINA. Como resumen diremos que si la temperatura del agua es superior a 20º no se permite el uso del neopreno; si está entre 18º y 20º su uso es optativo; y por debajo de 18º es obligatorio utilizarlo.

En la prueba de relevos se aplica la misma normativa, con la salvedad que en caso de que la temperatura sea inferior a 18º, el uso del neopreno seguirá siendo optativo en vez de obligatorio.

Orientativamente señalar que en esta competición, es usual que el agua esté entre 18º y 20º

10. DUCHAS.

En el interior de la nave del puerto habrá duchas calientes disponibles para los nadadores al finalizar la prueba. Debe ser una ducha rápida debido al alto número de participantes que harán uso de este servicio.

11. RECLAMACIONES

A la mayor brevedad tras la finalización de la prueba se publicarán las clasificaciones provisionales. En tanto no sean revisadas y aprobadas por el juez árbitro, **esas clasificaciones deben considerarse a todos los efectos como provisionales**. Los clubes que observen en ellas alguna anomalía y quieran denunciarla ante el Jurado (para lo que deberán acreditarse adecuadamente) deberán hacerlo en los 30 minutos siguientes a la publicación de estos listados.

Las reclamaciones deben presentarse en el formato adecuado (anexo 2 del reglamento, publicado en www.rianavia.com) y tendrán **un coste de 20€**

12. BONO #VIVERIANAVIA19

El gorro conmemorativo se entrega junto con el dorsal

Los otros servicios que incluye dicho bono, “Comida de Hermandad” y “Bollo preñado y refresco”, tendrán lugar el día 4 de agosto.

13. RECUERDOS CONMEMORATIVOS

Todos los participantes, al finalizar la prueba, recibirán un pequeño obsequio conmemorativo de su participación

14. MERCHANDAISING

En el parque situado detrás de la meta del Descenso esta el stand de la organización donde es posible adquirir diversos artículos conmemorativos de #RiaNavia, con cuya compra ayudas significativamente a la continuidad del Descenso y la Copa Asturias. Te agradecemos tu colaboración.

PLANO 1

