

INSTRUCCIONES PARA NADADORES. COPA ESPAÑA Y XVII COPA ASTURIAS NATACIÓN AGUAS ABIERTAS. RÍA DE NAVIA 2026.

Lea con detenimiento este dossier antes de su participación y si tiene alguna duda consulte con la dirección técnica en inscripciones@rianavia.com

1. Pruebas deportivas.

Se establecen las siguientes pruebas deportivas.

- Individual 7,5km masculina/puntuable para **COPA ESPAÑA**. Salida a las 16:10.
- Individual 7,5km femenina/puntuable para **COPA ESPAÑA**. Salida a las 16:20.
- Relevos 3 x 2,5km mixto. Salida a las 16:30.



2. Entrenamientos oficiales.

Lugar:

Pantalán exterior del puerto de Navia.

<https://maps.app.goo.gl/vt7QaQBJUc3v7U886>

Fechas y horarios:

- Día 30 de julio jueves, de 12:30 a 14:30.
- Día 31 de julio viernes, de 12:30 a 14:30.

*Fuera de los horarios indicados, el baño y por lo tanto el nado en la Ría de Navia está prohibido.



3. Recogida de dorsales.

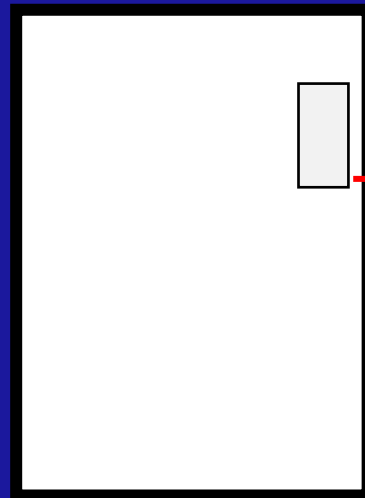
- Horario de recogida de dorsales:
 - **Sábado 1 de agosto de 09:30 – 12:45.**
- Lugar: **Nave Municipal del Puerto.**
Av. Del Pardo, 1, 33710. Navia Asturias.

4. Reunión técnica.

- Horario
 - **Sábado 1 de agosto: 13:00.**
 - **Validación de pértigas: de 15:00-15:40.**
- Lugar: **Nave Municipal del Puerto.**
Av. Del Pardo, 1, 33710. Navia Asturias.



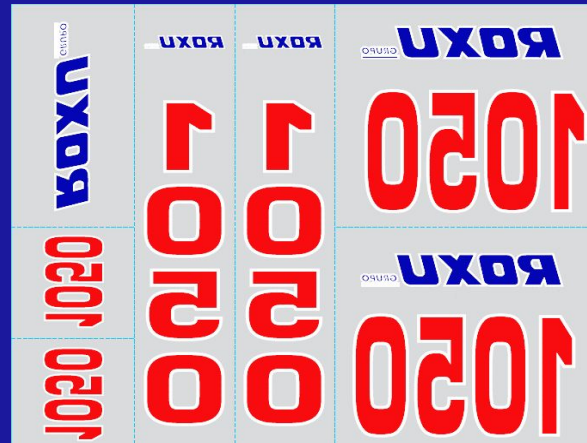
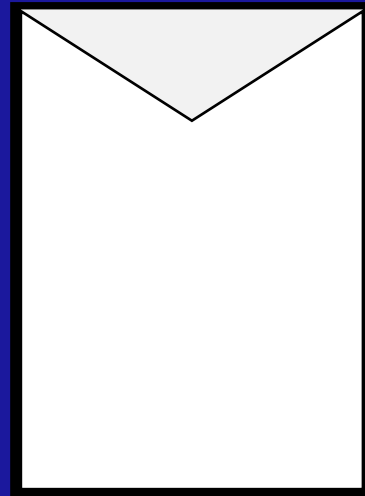
4. Contenido de sobres.



Etiqueta.

Nombre y Apellidos.
Dorsal.
Prueba.
Bono.
Neopreno.

Sticker.*



*la pegatina aparece visualmente en formato inverso, para que una vez colocada sea leída correctamente.

Pegatina Guardarropa.

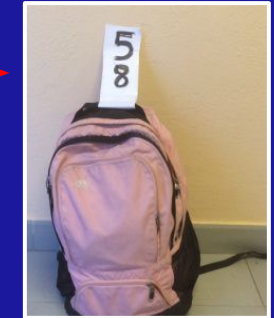
5 8

5 8

Toallita limpiadora.

Gorros *.

Colocación de pegatina.

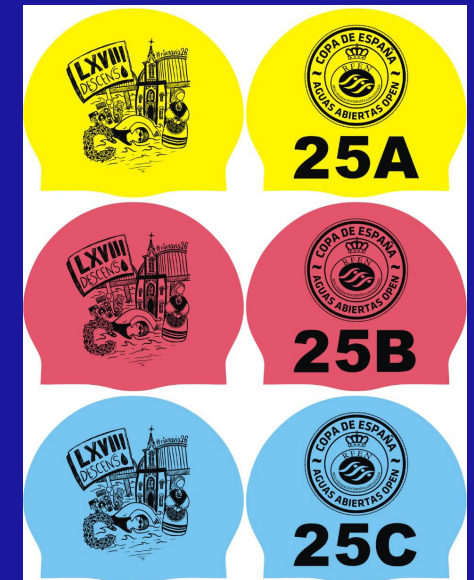


*ver diapositiva 8 – Identificación con gorros.

Gorros 7,5km



Gorros relevos

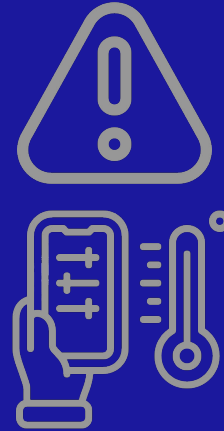


5. Identificación de nadadores.

Cada nadador debe ser **identificado por un número**, el cual debe colocarse en los **omóplatos, parte superior de ambos brazos y dorso de las manos**. En caso de no existir suficientes calcomanías, los dorsales irán rotulados en las mismas zonas.

Los nadadores que **usen neopreno recibirán también calcomanías**, que deberán ser colocadas sobre estas prendas, en las mismas posiciones.

Recibirán una **toallita limpiadora** que sirven para retirar dicha calcomanía del neopreno. Si algún nadador necesitase más toallitas puede adquirirlas en nuestro stand de merchandising



MUY IMPORTANTE:
NO colocar dorsales / calcomanía hasta la medición oficial de temperatura y condiciones de la prueba informadas por el comité de competición.

Cada nadador será responsable de su colocación, debiendo limpiar la zona antes de su colocación y evitar el uso de cremas, pomadas, vaselina, etc. La calcomanía debe ser humedecida previamente a su aplicación, para garantizar su colocación eficaz.

6. Identificación con gorros.

Cada nadador, además del número en la calcomanía, será identificado con un gorro:

- GORRO VERDE: Nadadores en Copa Asturias.
- GORRO PLATEADO: Nadadores en Copa España.
- GORRO COLOR AMARILLO y letra A: Primer (1) relevista prueba de relevos.
- GORRO COLOR ROSA y letra B: Segundo (2) relevista prueba de relevos.
- GORRO COLOR CELESTE y letra C: Tercer (3) prueba de relevos.

COPA ASTURIAS



COPA ESPAÑA

RELEVO 1



RELEVO 2



RELEVO 3



7. Horario general prueba deportiva.

Hora estimada pleamar 19:09 . Altura :3.76m

PRUEBA	INICIO CÁMARA DE LLAMADA	CIERRE CÁMARA DE LLÁMADA	SALIDA DE LA PRUEBA	FUERA DE CONTROL DEFINITIVO
7,5km masculina	15:50	16:00	16:10	19:00 (incluidas categorías master)*
7,5km femenina	16:10	16:15	16:20.	19:10 (incluidas categorías master)*
3x2,5km relevos	16:20	16:25	16:30	

8. Uso de neopreno.

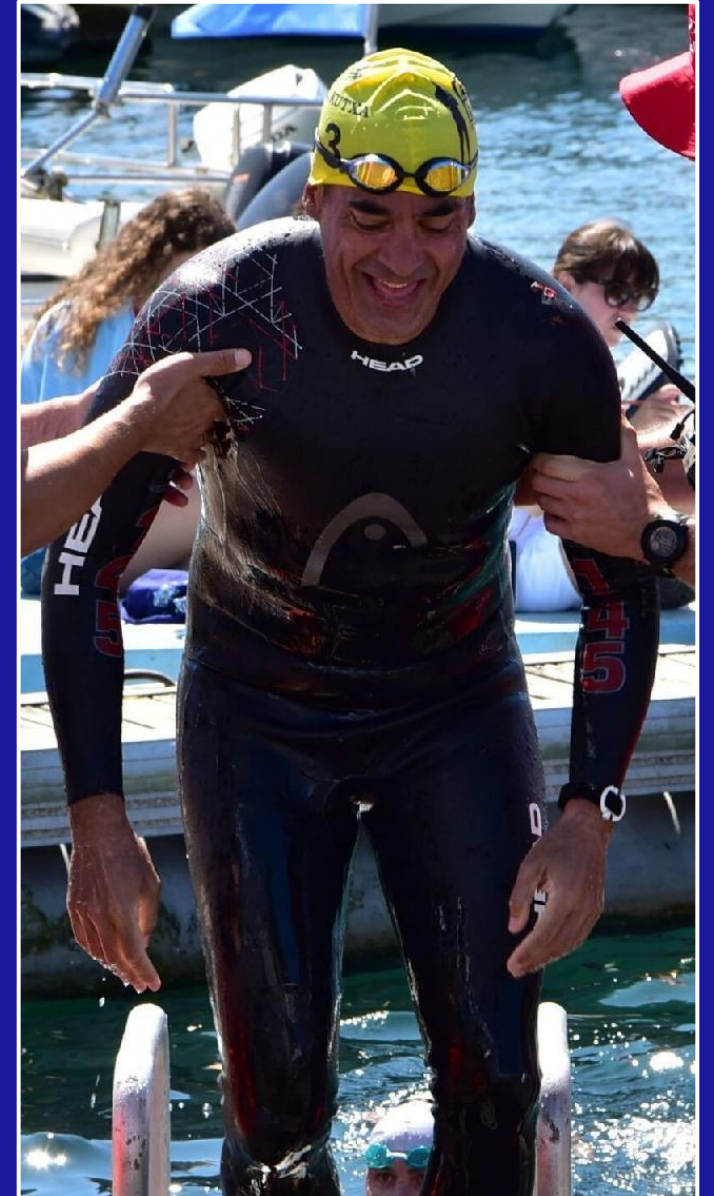
La competición individual se rige por normativa FINA/LEN/RFEN.

- Temperatura del agua superior a 18° : prohibido uso de neopreno.
- Temperatura del agua inferior a 18°: obligatorio uso de neopreno.
- Categorías infantil, junior-1 y master: uso de neopreno opcional entre 18°-20° de temperatura del agua. (Temperatura superior a 20° : prohibido, Temperatura inferior a 18°: obligatorio).

NORMATIVA ES DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO PARA TODOS LOS PARTICIPANTES EN TODAS LAS PRUEBAS. SI EL USO DEL NEOPRENO ES OBLIGATORIO (>18°). NINGÚN PARTICIPANTE, BAJO NINGUNA CIRCUNSTANCIA, PODRÁ TOMAR PARTE EN LA COMPETICIÓN SIN ESTA PRENDA.

Las características de los neoprenos son las establecidas por la normativa FINA/LEN: los trajes de neopreno deberán cubrir completamente torso, espalda y muslos. No sobrepasarán el cuello, las muñecas y los tobillos. Las partes del cuerpo situadas después del hombro y/o por debajo del muslo, no tienen porqué estar necesariamente cubiertas.

En la prueba de relevos el uso del neopreno será optativo indiferentemente de la temperatura del agua.



9. Guardarropa.

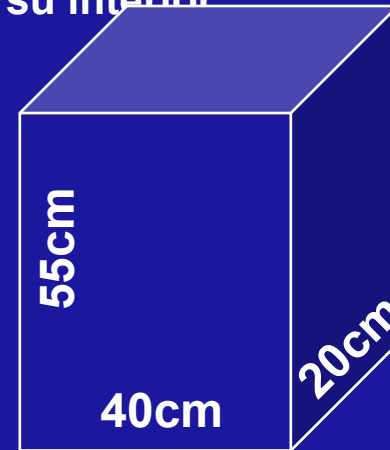
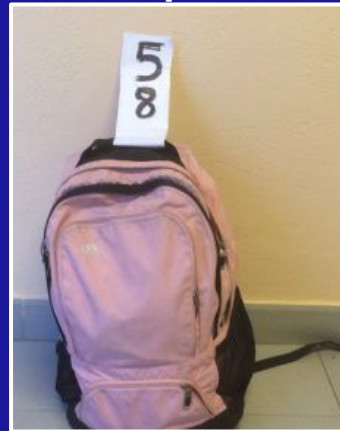
La organización ofrece un servicio de guardarropa disponible en Nave “El Puerto”, lugar de entrega de dorsales y reunión técnica.

Cada participante debe identificar su mochila o bulto con la etiqueta proporcionada en el sobre de los dorsales. Se permite únicamente un bulto o mochila por participante, con **dimensiones máximas de 55 cm de alto, 40 cm de ancho y 20 cm de fondo.**

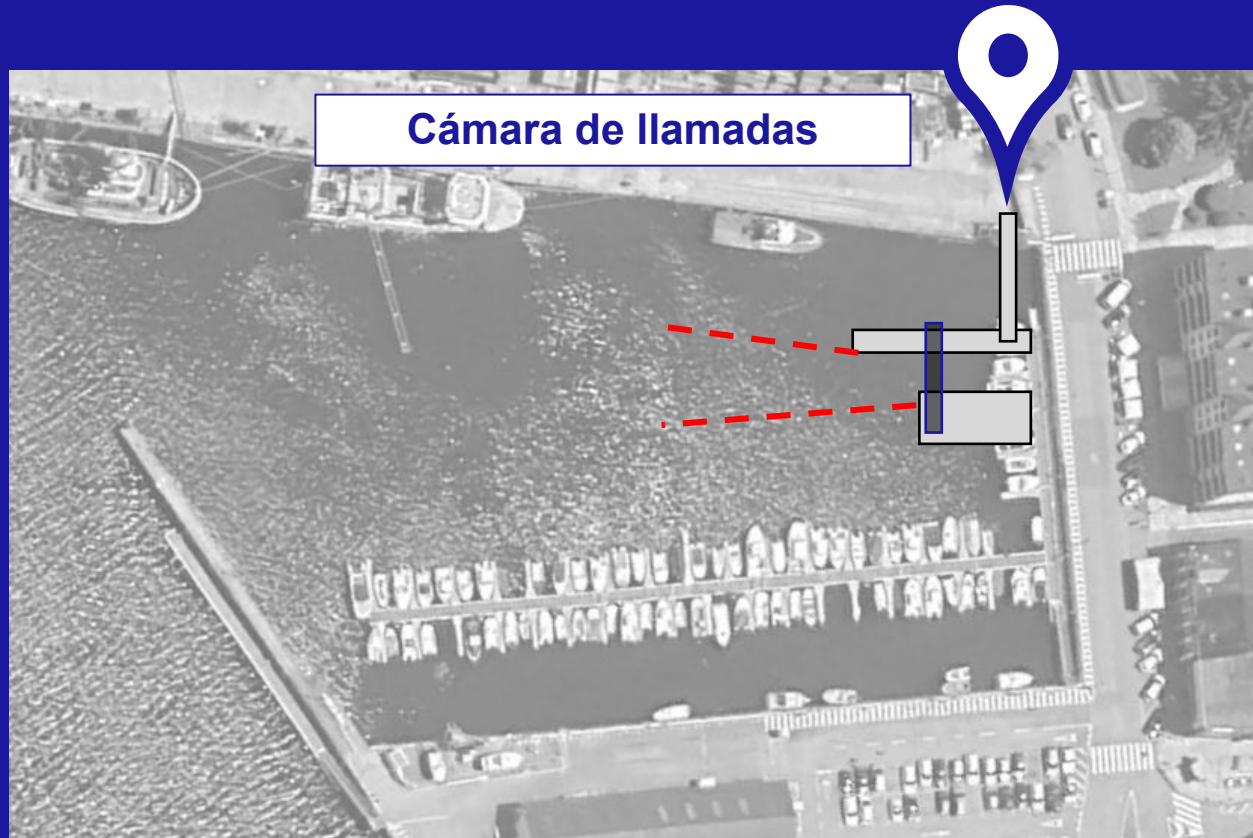
Las mochilas **deberán ser entregadas a los voluntarios** de la organización antes de acceder a la cámara de llamadas.

Al finalizar la prueba, una vez abandonado el pantalán, los participantes deberán dirigirse a la nave “El Puerto”, donde, **tras identificarse con su dorsal, podrán recoger sus pertenencias.**

No se recomienda dejar objetos de valor dentro de las mochilas o bultos. **La organización no se hace responsable de la pérdida o daño de estos artículos depositados en su interior.**



10. Cámara de llamadas.



La cámara de llamadas se encontrará ubicada en el pasillo previo de acceso al pantalán de salida.

Los nadadores accederán al pantalán de salida a la hora indicada en el apartado 7 de este documento, con dorsales/calcomanía colocados correctamente, gorro y chip en la muñeca correspondiente.

Quedará prohibido el uso durante la prueba y el acceso a cámara de llamada de relojes, pulseras, collares, colgantes y/u otros elementos que puedan ser considerados peligrosos.

11. Entrada al agua.

En caso de que el volumen de participación sea muy elevado en alguna de las pruebas individuales, se prevé el siguiente mecanismo de cámara de llamada para control de la indumentaria de los nadadores (bañadores, uñas, relojes, pulseras, pendientes, etc) y para su acceso al agua:

- Durante la reunión previa a la competición se realizará un sorteo en el que sí incluyen los dorsales de cada una de las pruebas individuales. Se elegirá al azar un número y partiendo de ese número, en orden ascendente, se realizarán grupos de 30 nadadores.
- Se establecerán tanto grupos como sea necesario hasta completar el total de participantes en la prueba, denominándose de esta forma grupo 1, grupo 2, grupo 3, etc.
- Dichos grupos pasarán a cámara de llamadas en el orden establecido por el sorteo, y tras su revisión entrarán al agua por el pantalán de salidas de la prueba. Cada grupo tendrá un máximo de 1min y 30 seg para entrar al agua. Transcurrido ese tiempo el nadador que continúe en el pantalán de salidas, no podrá tomar la salida en la prueba.



12. Mecanismo y secuencia de salidas.

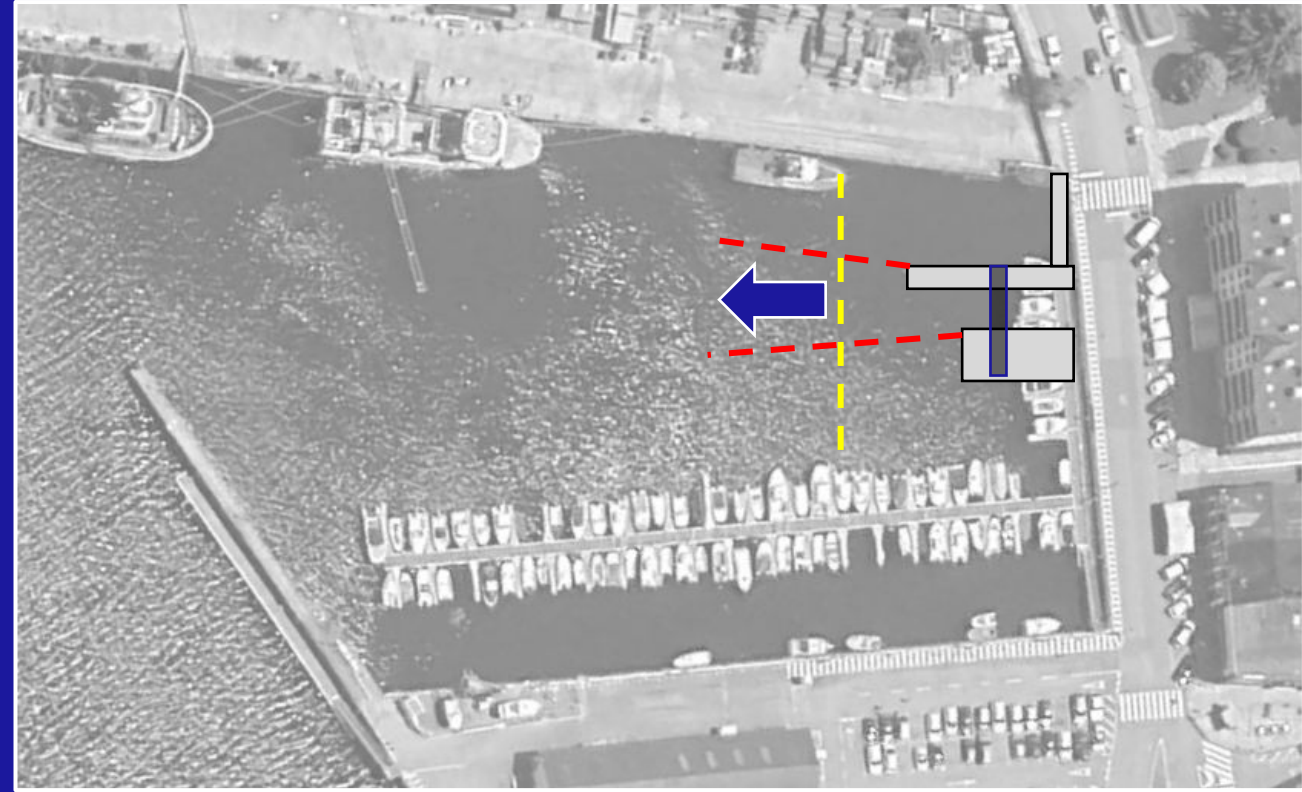
La salida de TODAS las pruebas se realizará desde el agua.

Para ello se dispondrá una corchera perpendicular a la dirección de nado, **(amarilla en el diagrama)** donde los nadadores pueden agarrarse con una sola mano (por delante de la corchera y siempre en contacto con ella) o por detrás.

Los jueces indicarán el inicio del mecanismo de salida con banderas arriba. Los participantes que no estén colocados en tiempo y forma, serán advertidos con sonidos cortos e intensos de silbato.

Una vez comprobado que todos los participantes se encuentran en posición adecuada, el juez de salidas accionará la bocina que da inicio a la prueba.

La secuencia se repetirá para cada una de las pruebas indicadas en el horario general.



13. Recorrido y boyas de paso. (1).

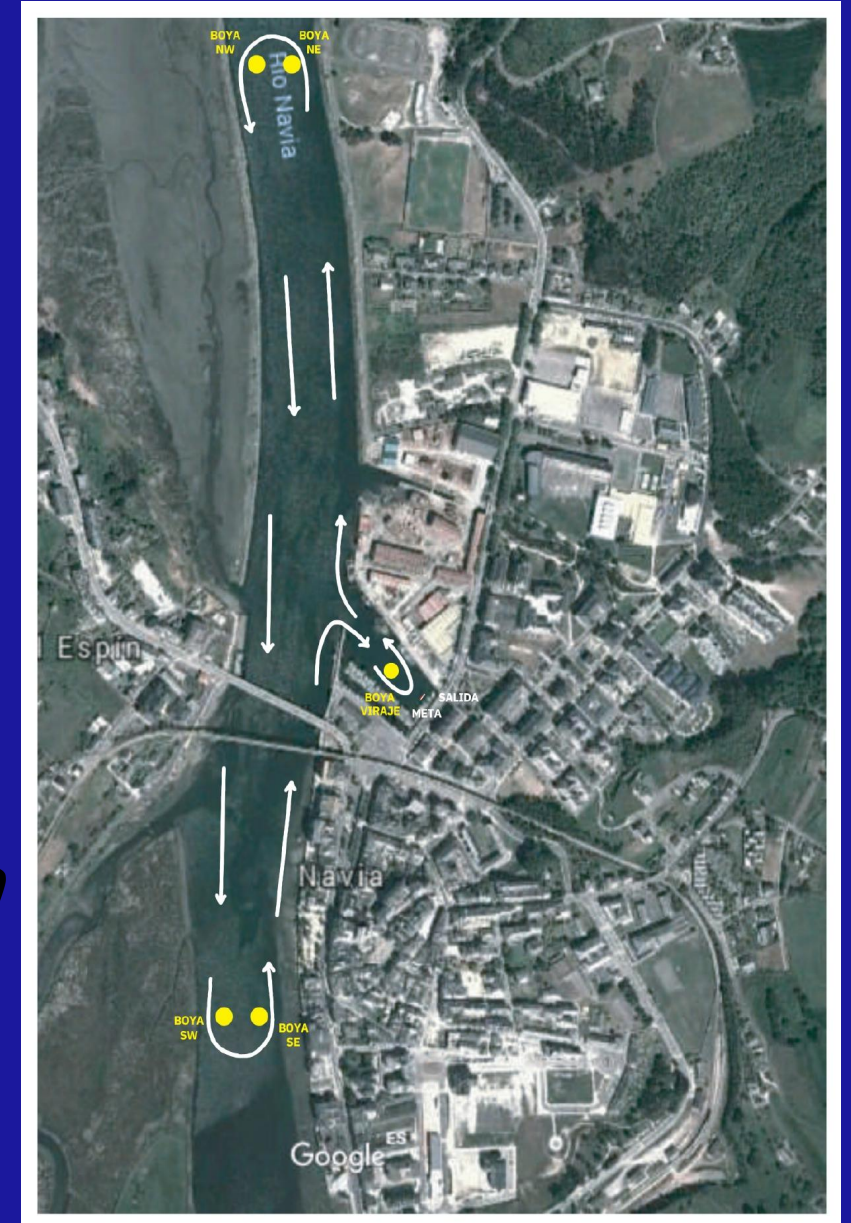
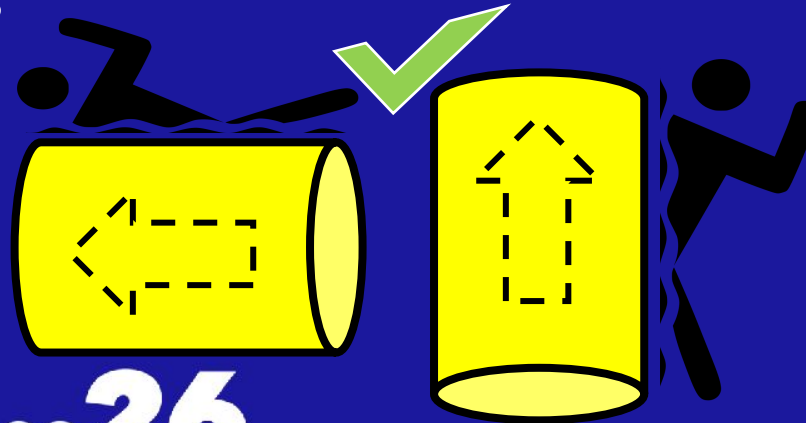
Los participantes en Copa España y Copa Asturias deberán **realizar 3 vueltas completas al recorrido**. En todas y cada una de las vueltas los participantes accederán al interior de la dársena del muelle de Navia, lugar en el cual se encontrará el cuenta-vueltas de la prueba.

Los participantes en la prueba de **relevos**, solo realizarán una **vuelta completa al recorrido**.

Durante el recorrido los nadadores se encontrarán con una serie de boyas de color **amarillo**. Todas las boyas deben ser **pasadas obligatoriamente por la derecha** (dejándolas a mano izquierda).

Estas boyas estarán vigiladas por equipos de arbitraje.

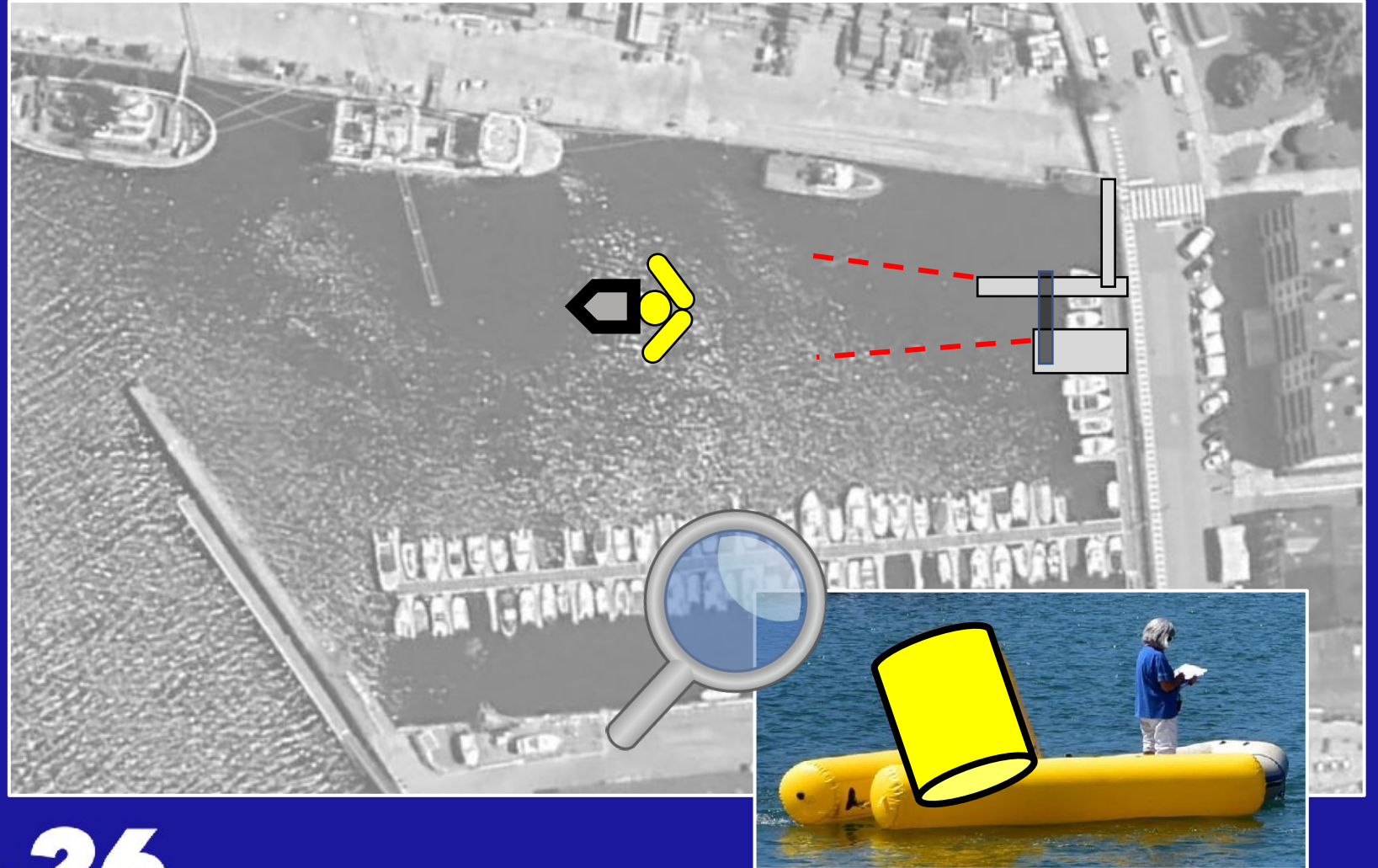
El incumplimiento de esta indicación conllevará la descalificación del nadador.



14. Recorrido y boyas de paso. (2).

En el diagrama se observa el paso por el interior de la dársena del puerto y cuenta vueltas, punto de giro de los participantes en Copa España y Copa Asturias.

En el interior del punto de giro se encontrará una embarcación fondeada sin motor, con juez/a responsable de cuenta-vueltas.



15. Especificaciones prueba relevos.

El orden de los participantes en los equipos de relevos debe **ser comunicado** mediante correo electrónico en inscripciones@rianavia.com.

Los participantes en la prueba de relevos serán identificados como indica el apartado 8 de este documento.

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 NADADOR/A ESTAR EN CÁMARA DE LLAMADAS AL SER REQUERIDO POR EL JUEZ ÁRBITRO. 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.
- El procedimiento será el mismo para el segundo y el tercer relevista.



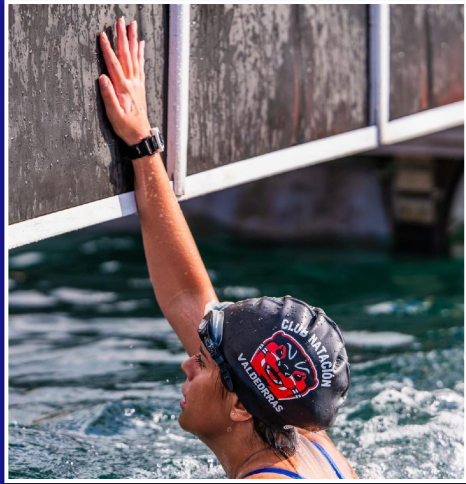
16. Avituallamiento.

El pantalán exterior del puerto de Navia y situado junto al espigón, será habilitado como punto exclusivo de avituallamiento:



- ✓ Las labores de avituallamiento correrán a cargo de **un acompañante.**
- ✓ Los productos usados en el avituallamiento correrán a cargo y serán **responsabilidad de cada participante.**
- ✓ Atendiendo a la normativa específica de aguas abiertas de la RFEN **ESTÁ PROHIBIDO EL USO DE GELES EN TODO EL TRANCURSO DE LA PRUEBA**
- ✓ Los nadadores no podrán tomar como punto de apoyo el pantalán de avituallamiento.
- ✓ Los productos de avituallamiento deben ser **entregados en mano** a través de pértiga supervisada en los horarios indicados.
- ✓ Queda completamente prohibido el **lanzamiento** de productos para el avituallamiento.
- ✓ La bebida debe ser entregada en **vaso de cartón o papel** (biodegradable) evitando los residuos plásticos.
- ✓ **Es obligatorio el uso de pértigas** para el avituallamiento.
- ✓ Las **pértigas de avituallamiento serán validadas por los jueces** árbitros de 15:00h-15:40h y no pueden superar la longitud de 5 metros.

17. Control de Llegadas.



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 de criterio del juez árbitro de la prueba.

La fianza del chip se devolverá unos días pasada la prueba, 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 devolverá la fianza asignada.

18. Llegadas ex-aequo.

En caso de que se produzca una clasificación ex-aequo entre los primeros clasificados, los premios se repartirán de la siguiente forma, teniendo en cuenta varios supuestos:

- Dos ganadores/as: Clasifican ambos como primeros/as, reciben trofeo de primeros/as, y los premios en metálico correspondientes al primer y segundo puesto se suman y se reparten a partes iguales. El siguiente nadador/a en entrar en meta clasificará como tercero/a a todos los efectos. El segundo puesto queda desierto.
- Dos segundos clasificados: Clasifican ambos como segundo/as, reciben trofeo de segundos/as, y los premios en metálico correspondientes al segundo y tercer puesto se suman y se reparten a partes iguales. No hay ningún tercer clasificado/a.
- Dos terceros clasificados: Clasifican ambos como terceros/as, reciben trofeo de terceros/as, y el premio en metálico correspondiente al tercer puesto se reparte a partes iguales. No hay ningún cuarto clasificado/a.



19. Fuera de control.

Regido por las bases oficiales Copa España y Copa Asturias 2026, se establece como tiempo máximo para terminar la prueba a las 19:00 para la masculina y 19:10h para la femenina y los relevos.

ESTA HORA LÍMITE ES VÁLIDA PARA TODOS LOS PARTICIPANTES Y TODAS LAS CATEGORÍAS EXCEPTO CATEGORÍA ÉLITE COPA ESPAÑA.

* Ver CATEGORÍA ÉLITE COPA ESPAÑA.



19:00 masc
19:10 fem y rel.*



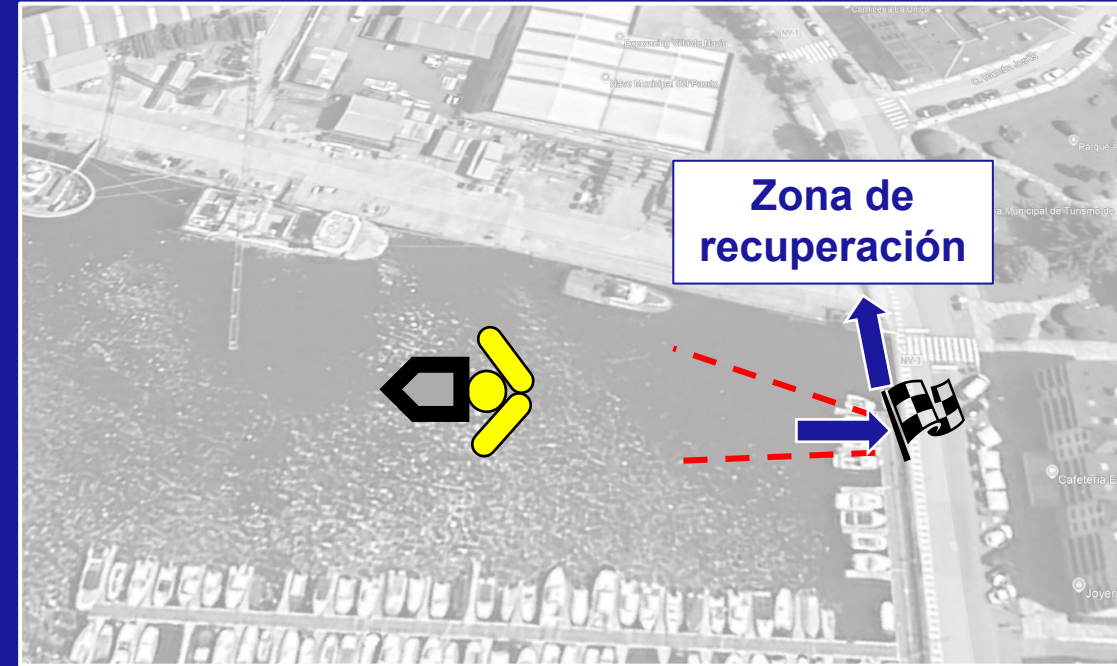
*Los participantes en **COPA ESPAÑA** en **CATEGORÍA ÉLITE** se registrarán por el reglamento oficial de RFEN.

20. Zona de recuperación.

Una vez llegado a meta, tocando con la mano portadora del chip el panel de llegada, se recomienda **abandonar el agua, por una de las dos escalerillas habilitadas, y la zona de pantalán tan pronto como sea posible**, evitando las aglomeraciones.

En la zona de recuperación, además de encontrar servicios médicos oficiales de la prueba, recibirá:

- Agua, refresco, bebida isotónica, chocolate caliente y fruta.



**Es en este momento cuando los nadadores deben devolver el chip.*



21. Duchas.

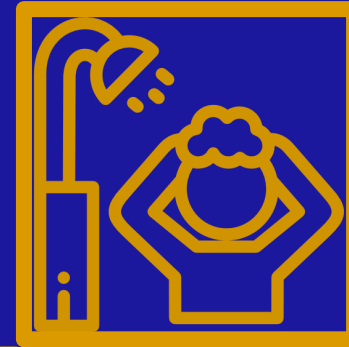
En la zona de recuperación:

- Duchas de agua dulce y templada, a disposición de todos los participantes de la prueba.

En el interior de la nave del puerto:

- Duchas de agua dulce y caliente, a disposición de los nadadores de la prueba **que así lo requieran**. *Es altamente recomendable usar solo y exclusivamente las duchas de agua caliente si es estrictamente necesario. Debe **ser una ducha rápida** debido al alto número de participantes que harán uso de este servicio y a la necesidad de contar con agua caliente si los servicios médicos de la prueba así lo requieren.

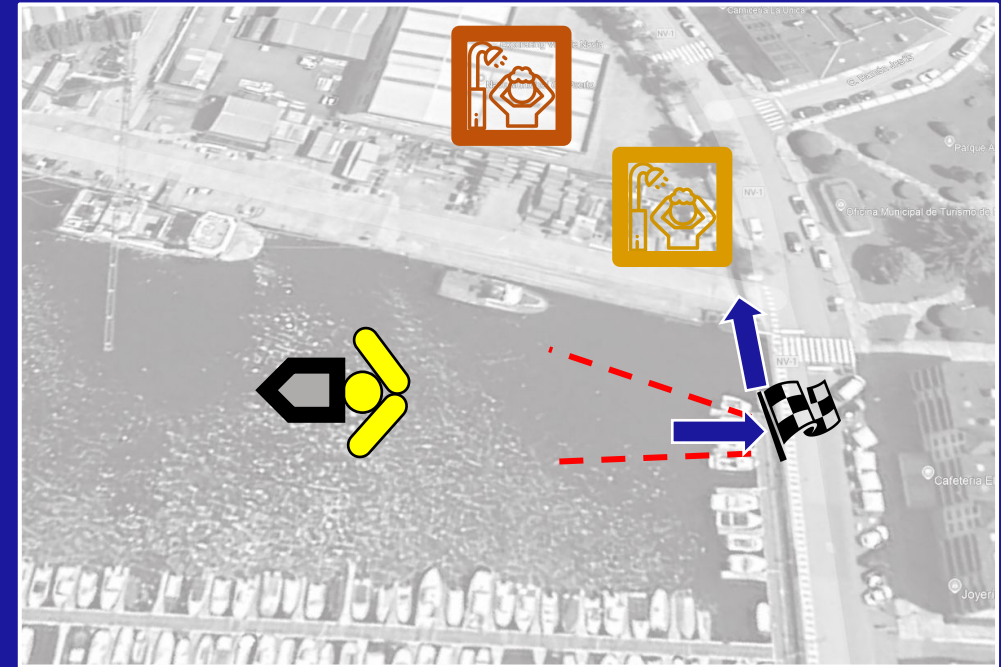
Se recomienda a todos los participantes de la prueba, una vez finalizada, secarse y cubrirse tan pronto como sea posible.



Ducha templada.



Ducha caliente.



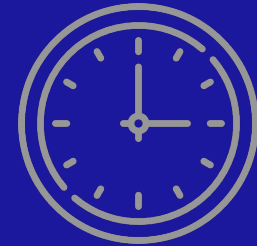
22. Clasificaciones y reclamaciones.

A la mayor brevedad, tras la finalización de la prueba, se publicarán las clasificaciones provisionales en el panel correspondiente.

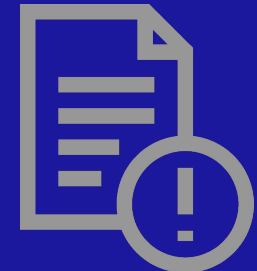
En tanto no sean revisadas y aprobadas por el juez árbitro, **esas clasificaciones deben considerarse a todos los efectos como provisionales.**

Los clubes que observen en ellas alguna anomalía y quieran reclamar 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€.**



30 minutos



Anexo 2



20€

23. Entrega de trofeos.

El horario **previsto** de entrega de trofeos y premiaciones son las 21:00h

Se entregarán trofeos o medallas para los tres primeros clasificados/as de las categorías oficiales establecidas por la RFEN:

- Infantil,
- Junior 1.
- Junior 2.
- Elite/premaster.
- y categorías master consignadas en grupos de 5 en 5 años.



Así mismo se establece una premiación para los tres primeros clasificados de la clasificación general masculina y femenina; estos tres primeros clasificados no recibirán premios por su categoría, solamente por ser los vencedores absolutos de la prueba, por lo tanto los premios no son acumulativos.

24. Merchandising.

En el parque Alfonso Iglesias Av. la Dársena, 19A, detrás de la meta de la prueba, se encuentra el stand de la organización, donde es posible adquirir diversos artículos conmemorativos de #RíaNavia, y **dónde también puedes hacerte socio de nuestra Asociación.**

Así mismo, en caso de usar neopreno, y necesitar toallitas extra para limpiar el mismo (a todos los nadadores se les da una toallita si van hacer uso del neopreno con el dorsal), los participantes pueden encontrarlas a la venta en dicho están



*¡ Gracias por hacer posible el desarrollo adecuado
de las pruebas!*

Anexo I. Detalle recorrido.



Anexo II. Plano general de Copa España y Copa Asturias.

