

CAMPEONATO DE FIGURAS 1 Y 2: NATACION ARTISTICA 23-24

1. FECHA Y LUGAR

La Federación de Natación de Castilla-La Mancha, a través del Área de Natación Artística, organiza a nivel territorial los campeonatos de figuras Figuras 1 y Figuras 2 para todas las categorías.

- CAMPEONATO DE FIGURAS1 (todas las categorías)
- Fecha: 27 de Enero de 2024
- Horario: pendiente
- Lugar: Piscina Huerta de Lara (Guadalajara)

- CAMPEONATO DE FIGURAS2 (todas las categorías)
- Fecha: 10 de Marzo de 2024
- Horario: 10:00h-14:00h (horario aproximado)
- Lugar: Albacete

2. CATEGORÍAS DE EDADES

Para la presente temporada, las categorías por año de nacimiento, que regirán en la organización de la FNCLM serán las siguientes:

- PREALEVÍN: 2014y posteriores
- ALEVÍN: 2012 y posteriores
- INFANTIL Femenino: 2009, 2010 y 2011
- INFANTIL Masculino: 2008, 2009, 2010 y 2011
- JUNIOR Femenino: 2005, 2006, 2007, 2008 y 2009
- JUNIOR Masculino: 2004, 2005, 2006, 2007, 2008 y 2009
- ABSOLUTA: todas las edades a partir de 15 años (2009)

3. FIGURAS

A continuación, se muestran los listados de figuras por categoría (serán las mismas 4 figuras iguales durante toda la temporada):

ANTEPROYECTO NORMATIVA NATACIÓN ARTÍSTICA 23/24

Figuras Escuelas	Nombre de la Figura	Dificultad
P001	Delfín	1.6
P002	Empuje (Thrust)	1.8
P003	Variante Pierna de Ballet	1.2
P004	Tonel – Flamenco - Tonel	1.4

Figuras PreAlevin	Nombre de la Figura	Dificultad
P001	Delfín	1.6
P002	Empuje (Thrust)	1.8
P003	Variante Pierna de Ballet	1.2
P004	Tonel – Flamenco - Tonel	1.4

Figuras Alevin	Nombre de la Figura	Dificultad
106	Pierna de Ballet Estirada	1.6
301	Barracuda	1.8
363	Gota de Agua	1.8
311	Kip	1.6

Figuras Infantil	Nombre de la Figura	Dificultad
441	Saturno	2.5
240i	Albatros Tirabuzón Ascendente 360°	2.5
421	Paseo de Espalda Cerrando 360°	2.4
311j	Kip Tirabuzón Combinado	2.4

Figuras Junior y Abs.	Nombre de la Figura	Dificultad
1B	Barracuda Tirabuzón 360°	2.1
2B	Tirabuzón Combinado 720° + Tirabuzón Continuo 1080°	2.7
4B	Cola de Pez - Tirabuzón Continuo 720°	2.6
5B	Rocket Split Rodilla Doblada	2.1

El detalle de cada una de ellas se muestra en el Anexo al final del documento.

4. PARTICIPACIÓN

A continuación, se mencionan los aspectos generales para la participación en las competiciones:

- Un mismo competidor solo podrá participar en 1 prueba de figuras por campeonato.
- En todas las categorías podrán participar competidores masculinos con las mismas condiciones que las competidoras femeninas.
- **Los campeonatos no son OPEN**, no obstante, está abierto hasta completar la participación mínima para poder desarrollar el campeonato. Si estás interesado en competir, ponte en contacto con artistica@fnclm.com
- Acceso Categoría Escuelas: Aquellos clubes que tengan la cuota de club en la FNCLM y que tengan deportistas no federadas y estén dentro de la categoría de ESCUELAS, podrán participar en los campeonatos de figuras.

5. INSCRIPCIONES

Las inscripciones deberán de realizarse a través del programa de **Leverade**:

<https://leverade.com/>

Es **necesario** que los participantes tengan la **licencia territorial en vigor**, de lo contrario no podrán inscribirse.

Después de la fecha tope de inscripción NO se admitirán inscripciones.

FIGURAS1

La fecha límite para la **inscripción numérica** será el **12 de Enero de 2024**.

La fecha límite para la **inscripción nominal** será el **19 de Enero de 2024**.



FIGURAS2

La fecha límite para la **inscripción numérica** será el **23 de Febrero de 2024**.

La fecha límite para la **inscripción nominal** será el **1 de Marzo de 2024**.

6. Resultados

Se hará una clasificación por categorías.

7. PREMIOS

Se darán premios por la clasificación general a los 3 primeros.

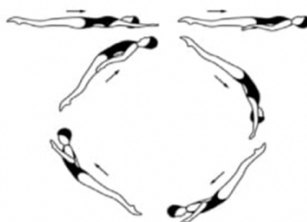
7.Anexo

PREALEVIN

1- P001Delfín

DD 1.6

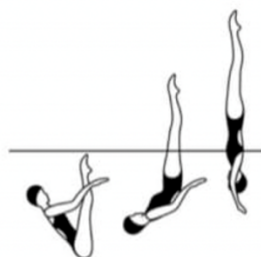
Un Delfín (y todas sus variantes) comienzan en **Posición Estirada de Espalda**. El cuerpo sigue la circunferencia de un círculo que tiene un diámetro aproximado de 2,5 metros, dependiendo de la altura de la nadadora. La cabeza, caderas y pies se sumergen secuencialmente hasta alcanzar una **Posición Arqueada de Delfín** a la vez que el cuerpo se desplaza alrededor del círculo con la cabeza, caderas y pies siguiendo la línea imaginaria de la circunferencia. El movimiento continúa hasta que el cuerpo comienza a estirarse (enderezarse) a la vez que emerge hasta alcanzar la **Posición Estirada de Espalda**, con la cabeza, caderas y pies rompiendo la superficie en el mismo punto.



2- P002Empuje (Thrust)

DD 1.8

Desde la **Posición Carpa de Espalda**, con las piernas perpendiculares a la superficie, se realiza un movimiento rápido de impulsión vertical hacia arriba de las piernas y de las caderas, a la vez que el cuerpo se desdoble, hasta alcanzar la **Posición Vertical**. Máxima altura es deseable.



ANTEPROYECTO NORMATIVA NATACIÓN ARTÍSTICA 23/24

3- P003 Variante Pierna de Ballet

DD 1.2

Se empieza en **Posición Estirada de Espalda**. Una pierna permanece sobre la superficie durante todo el tiempo. El pie de la otra pierna se desliza a lo largo de la cara interna de la pierna extendida, hasta alcanzar la **Posición Rodilla Doblada Estirada de Espalda**. Se estira la rodilla, sin producir movimiento alguno del muslo, hasta alcanzar la Posición **Pierna de Ballet**. Se desciende la pierna de ballet, sin movimiento del muslo, ni flexión de la pierna hasta alcanzar la **Posición Estirada de Espalda**.



4- P004 Tonel-Flamenco-Tonel

DD 1.4

Desde **Posición Estirada de Espalda** (se asume la posición de tonel), se eleva una pierna hasta presentar la **Posición de flamenco en superficie**, a continuación, se vuelve a flexionar la pierna hasta la **Posición de tonel** y de estirada de espalda.



ANTEPROYECTO NORMATIVA NATACIÓN ARTÍSTICA 23/24





ALEVIN

1- 106 Pierna de Ballet Estirada

DD 1.6

Desde la **Posición Estirada de Espalda**, una pierna se eleva recta hasta la posición de **Pierna de Ballet**. *Finalizamos con la bajada de Pierna de Ballet.*

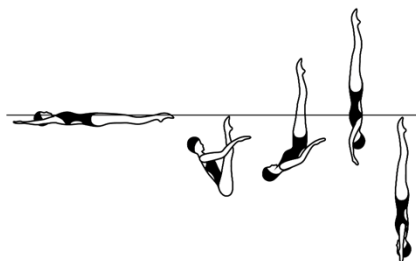






				Total
NVT=	18.5	11.0	10.5	40
PV =	4.63	2.75	2.63	10

2- 301 Barracuda

DD 1.8

Desde la **Posición Estirada de Espalda**, las piernas se elevan a la vertical a la vez que se sumerge el cuerpo hasta la **Posición Carpa de Espalda** con el nivel del agua justo por encima de los dedos de los pies. Se ejecuta un **Empuje** hasta la **Posición Vertical**. Se ejecuta un **Descenso Vertical** al mismo ritmo que el **Empuje**.



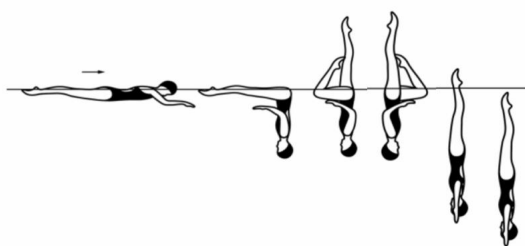
				Total
NVT=	7.0	31.0	13.0	51
PV =	1.37	6.08	2.55	10

ANTEPROYECTO NORMATIVA NATACIÓN ARTÍSTICA 23/24

3- 363 Gota de Agua

DD 1.8

Desde la **Posición Estirada de Frente**, asumimos la *Posición de Carpa de Frente*. Las piernas se elevan simultáneamente hasta la **Posición de Vertical Rodilla Doblada**. Se ejecuta *Medio giro*. Se ejecuta un *Tirabuzón de 180º* en la misma dirección mientras la rodilla doblada se extiende hasta la **Posición de Vertical** y se completa cuando los tobillos alcanzan la superficie del agua. Se ejecuta un *Descenso Vertical*.



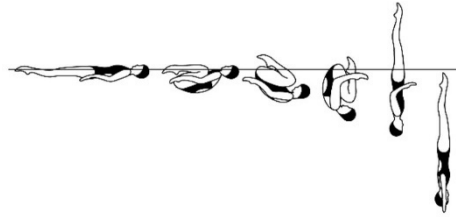
						Total
NV	6.0	15.	15.	13.	0	49
T		0	0	0		
PV	1.2	3.0	3.0	2.6	0	10
	2	6	6	5		






4- 311 Kip

DD 1.6

Desde la **Posición Estirada de Espalda**, se ejecuta un Mortal de Espalda Encogido parcial hasta que las tibias están perpendiculares a la superficie del agua. El tronco se desenrolla a la vez que las piernas se extienden para asumir una **Posición Vertical** a medio camino entre la línea vertical que atraviesa las caderas y la línea vertical entre la cabeza y las tibias. Se ejecuta un *Descenso Vertical*.

ANTEPROYECTO NORMATIVA NATACIÓN ARTÍSTICA 23/24









					Total
NVT =	3.0	2.0	23. 0	14. 0	42
PV =	0.7 1	0.48	5.4 8	3.3 3	10

INFANTIL

1- 441 Saturno - DD 2.5

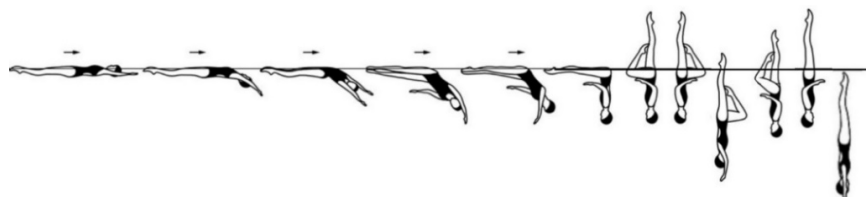
Desde una **Posición Estirada de Espalda**, se asume una *Posición Arqueada en Superficie*. Una pierna se levanta hasta asumir la **Posición Caballero**. Manteniendo la alineación vertical, el cuerpo rota 180° para adoptar la **Posición de Cola de Pez**. Continuando en la misma dirección se ejecuta un *Twirl* mientras se levanta la pierna horizontal hasta la **Posición Vertical**. Se ejecuta un *Descenso Vertical*.










						Total
NVT=	12.0	23.5	14.0	23.5	14.0	87
PV =	1.38	2.70	1.61	2.70	1.61	10

2- 240i- Albatros Tirabuzón Ascendente 360° - DD 2.5

Desde una **Posición Estirada de Espaldas**, con la cabeza liderando, la cabeza, las caderas y los pies se mueven a lo largo de la superficie del agua hasta que las caderas están a punto de sumergirse. Las caderas, las piernas y los pies continúan moviéndose a lo largo de la superficie del agua, mientras el cuerpo rota hacia la cara hasta adoptar la **Posición Carpa de Frente**. Las piernas se levantan simultáneamente hasta la **Posición Vertical Rodilla Doblada**. Se ejecuta *Medio Giro*. Manteniendo la **Posición Vertical con la Rodilla Doblada**, el cuerpo desciende hasta el tobillo de la pierna extendida. Se ejecuta un *Tirabuzón Ascendente de 360°* mientras la rodilla doblada se extiende para encontrarse con la pierna vertical en una **Posición Vertical** seguida de un *Descenso Vertical*.








ANTEPROYECTO NORMATIVA NATACIÓN ARTÍSTICA 23/24

							Total
NV T= =	15.0	15.0	15.0	10.0	18.5	14.0	87.5
PV =	1.71	1.71	1.71	1.14	2.1 1	1.60	10

3- 421 Paseo de Espalda Cerrando 360° - DD -2.4

Desde la **Posición Estirada de Espalda** se asume una *Posición Arqueada en Superficie*. Una pierna se levanta en un arco de 180° sobre la superficie del agua hasta la **Posición Espagat**. Con un movimiento continuo se ejecuta una rotación de 360° mientras las piernas se elevan y cierran simétricamente hasta la **Posición Vertical**. Se ejecuta un *Descenso Vertical*.

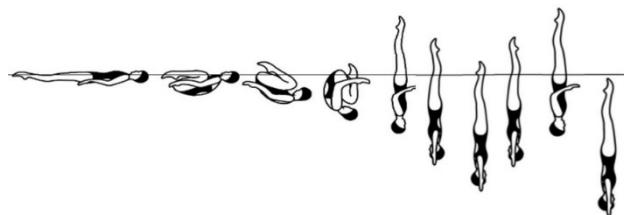


					Total
NVT= =	12. 0	29. 0	27.0	14. 0	82
PV =	1.4 6	3.5 4	3.2 9	1.7 1	10

4- 311j Kip Tirabuzón Combinado (360° + 360°) - DD 2.4

ANTEPROYECTO NORMATIVA NATACIÓN ARTÍSTICA 23/24

Desde la **Posición Estirada de Espalda**, se ejecuta un *Mortal de Espalda Encogido* parcial hasta que las tibias están perpendiculares a la superficie del agua. El tronco se desenrolla a la vez que las piernas se extienden para asumir la **Posición Vertical** a medio camino entre la línea vertical que atraviesa las caderas y la línea vertical entre la cabeza y las tibias. Se ejecuta un *Tirabuzón Combinado (360° + 360°)* rápido seguido de un *Descenso Vertical* rápido.



						Total
NVT=	3.0	2.0	23.0	40.0	14.0	82
PV =	0.37	0.24	2.80	4.88	1.71	10

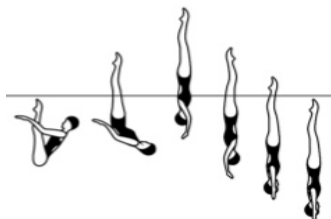
ANTEPROYECTO NORMATIVA NATACIÓN ARTÍSTICA 23/24

JUNIOR Y ABSOLUTO

1- 1B Barracuda Tirabuzón 360º

DD 2.1

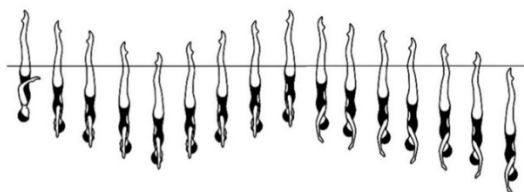
Desde la **posición de Carpa de Espalda sumergida**, con las piernas perpendiculares a la superficie, se ejecuta un *Empuje con Tirabuzón de 360º* (1 rotación).



2- 2B Tirabuzón Combinado 720º + Tirabuzón Continuo 1080º

DD 2.7

Desde la **Posición de Vertical** se ejecuta un *Tirabuzón Combinado 720º* (2 rotaciones + 2 rotaciones). Continuando en la misma dirección y sin pausa, se ejecuta un *Tirabuzón Continuo 1080º* (3 rotaciones).



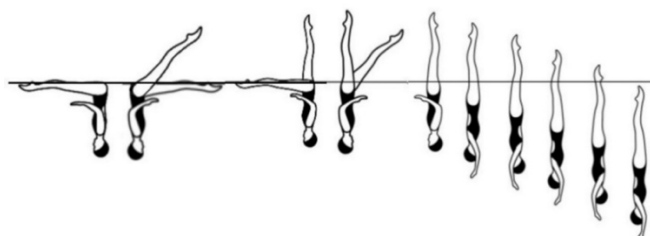
3- 4B Cola de Pez - Tirabuzón Continuo 720º

DD 2.6

Desde la **Posición de Carpa de Frente** se ejecuta una rotación de 360º mientras se levanta una pierna hasta la **Posición de Cola de Pez**. Continuando en la misma dirección, se ejecuta otra rotación de 360º, mientras la pierna horizontal se eleva a la **Posición**

ANTEPROYECTO NORMATIVA NATACIÓN ARTÍSTICA 23/24

Vertical. Continuando en la misma dirección, se ejecuta un *Tirabuzón Continuo* de 720° (2 rotaciones).



4- **5B** Rocket Split Rodilla Doblada

DD 2.1

Desde la **Posición de Carpa de Espalda Sumergida**, con las piernas perpendiculares a la superficie, se ejecuta un *Empuje* hasta la **Posición Vertical**. Manteniendo la altura máxima, las piernas se separan rápidamente para adoptar una **Posición de EspagatAereo**. La pierna trasera se eleva rápidamente hasta la vertical y la pierna delantera se dobla para adoptar la **Posición Vertical con la Rodilla Doblada**. Se ejecuta un *Descenso Vertical* con la rodilla doblada extendida hasta la **Posición Vertical** completada cuando los tobillos alcanzan la superficie del agua, seguido de un *Descenso Vertical* al mismo ritmo que el *Empuje*.



18 de Diciembre 2023