

## **REGLAMENTO TÉCNICO MASTER**

### **GENERAL**

El programa master deberá promocionar la puesta a punto física, la amistad, el entendimiento y la competición a través de la natación, los saltos, la sincronizada, el waterpolo y las aguas abiertas entre los deportistas con una edad mínima de 25 años. (Excepción en la MSS 5)

**MGR.1.** Las Federaciones Miembro registrarán a los participantes master en una categoría especial para cada una de las 5 disciplinas reconocidas. Un participante que se inscriba en Master en cualquier disciplina retendrá este derecho de forma ilimitada para participar en otras competiciones.

**MGR.2.** Salvo en las excepciones especificadas en las Normas FINA, todas las demás Normas y Normativas FINA se aplicaran en las competiciones master.

**MGR.3.** Las inscripciones individuales sólo se aceptarán de personas que representen a clubes. Ningún nadador o equipo podrá designarse para representar a un país o a una Federación

**MGR.4.** La edad se determinará al 31 de Diciembre del año de la competición.

**MGR.5.** La federación organizadora de los Campeonatos del Mundo Masters FINA pagará los gastos de alojamiento y viaje de un miembro del *Bureau* de FINA.

**MGR.6.** La cuota de inscripción la decidirá el país que celebre la competición, pero estará sometido a la aprobación de FINA.

**MGR.7.** Para campeonatos del Mundo Master, el Comité de Dirección Master estará compuesto por el *Liaison del Bureau*, el *Chairman* y el Secretario Honorario del Comité Masters, y otros miembros del Bureau y Comité de Masters presentes.

**MGR.8.** Los competidores master deberán ser conscientes de la necesidad de estar bien preparados y estar bien físicamente antes de inscribirse en competiciones master. Asumirán toda la responsabilidad por los riesgos derivados de participar en dichas competiciones. En relación a su inscripción, deberán estar de acuerdo en desligar a FINA, la Federación Organizadora y el Comité Organizador de cualquier tipo de responsabilidad por accidente que pueda causar la muerte, lesión o pérdida de propiedad. Los formularios en los que figuren las advertencias de los riesgos, así como la exención de responsabilidad en caso de accidente, deberán ser firmados por cada participante master.

## **NORMAS MASTERS DE NATACIÓN**

### **MSW.1. Grupos de edad**

**MSW 1.1.** Pruebas individuales: 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75-79, 80-84, 85-89, 90-94 ... (se aumentarán grupos de edad de cinco en cinco años hasta que sea necesario).

**MSW 1.2.** Relevos: se conformarán con la edad total de los miembros de los equipos en años completos. Los grupos de edad en pruebas de relevos son: 100-119, 120-159, 160-199, 200-239, 240-279, 280-319, 320-359, y ... (con incrementos de 40 años hasta que sea necesario).

### **MSW.2. Fecha que determina la edad**

Para todo el tema de récords del mundo Master y Campeonatos del mundo Master, la edad del participante vendrá determinada al 31 de Diciembre del año de la competición.

### **MSW.3. Normas Técnicas de Natación**

Las normas técnicas de natación contenidas en el Reglamento de Natación, se aplicarán a los master con las siguientes excepciones:

**MSW.3.1.** Los grupos de edad y sexos podrán combinarse de forma que ningún nadador tenga que nadar solo y las calles se puedan llenar.

**MSW.3.2.** Cuando se utilice la salida hacia delante, el silbato del árbitro indicará que los nadadores pueden tomar posiciones con al menos un pie en la parte frontal de la plataforma de salida o zona de piscina, o directamente en el agua con una mano siempre en contacto con la pared de salida.

**MSW.3.3.** Cualquier nadador que salga antes de que el juez de salidas de la señal de salida, será descalificado (reemplaza a la SW.4.1).

**MSW.3.4.** Todas las pruebas Master se realizarán en base a tiempo final.

**MSW.3.5.** Se permitirá a los nadadores permanecer en sus calles mientras que otros estén compitiendo, hasta que el árbitro les mande salir de la piscina.

**MSW.3.6.** EL orden de los nadadores por género es opcional en los relevos mixtos.

**MSW.3.7.** Las pruebas serán preseleccionadas con el grupo de edad más antiguo en primer lugar, las eliminatorias más lentas se nadarán en primer lugar dentro de cada grupo de edad. Las pruebas de 400 metros y más largas pueden preseleccionarse en la piscina, desde la más lenta a la más rápida, independientemente de la edad.

**MSW.3.8.** EL Comité Organizador puede poner 400, 800 y 1500 libras para que lo naden dos nadadores del mismo sexo en una calle. Se requerirá cronometraje separado para cada nadador.

**MSW.3.9.** El calentamiento deberá ser supervisado

**MSW.3.10.** Se permite la patada de braza en mariposa

#### **MSW.4. Pruebas**

Se podrán llevar a cabo las siguientes pruebas para cada grupo de edad.

##### **MSW.4.1. Piscina de 25 m.**

50, 100, 200, 400, 800, 1500 metros libres.

50, 100, 200 metros espalda.

50, 100, 200 metros braza.

50, 100, 200 metros mariposa.

100, 200, 400 metros estilos individual.

Relevos 4x50 metros libres.

Relevos 4x50 metros estilos.

Relevos 4x50 metros libres mixtos (2 hombres y 2 mujeres).

Relevos 4x50 metros estilos mixtos (2 hombres y 2 mujeres).

##### **MSW.4.2. Piscina de 50 m.**

50, 100, 200, 400, 800, 1500 metros libres.

50, 100, 200 metros espalda.

50, 100, 200 metros braza.

50, 100, 200 metros mariposa.

200, 400 metros estilos individual.

Relevos 4x50 metros libres.

Relevos 4x50 metros estilos.

Relevos 4x50 metros libres mixtos (2 hombres y 2 mujeres).

Relevos 4x50 metros estilos mixtos (2 hombres y 2 mujeres).

**MSW.4.3.** No es necesario llevar a cabo todas las pruebas antes mencionadas en una competición. Sin embargo, en cada grupo de edad deberán incluirse pruebas más cortas de estilo libre, espalda, braza y mariposa más una prueba de estilos individual y relevos.

#### **MSW.5. Relevos**

Los relevos consistirán en cuatro nadadores inscritos en el mismo club. Ningún nadador podrá representar a más de un club.

#### **MSW.6. Récords**

Los Records del Mundo master para todas las pruebas que aparecen en la MSW 4 para ambos sexos en cada grupo de edad, serán reconocidos y se mantendrán a la centésima de segundo, y según las estipulaciones que aparecen en el formulario. Los récords del mundo también podrán registrarse con cronometraje manual en centésimas de segundo (según la SW 11.3).

**MSW.6.1.** Las solicitudes para Récords del Mundo Master deberán hacerse en el formulario oficial (ver pagina siguiente) por la persona en cuestión, dentro de los 60 días siguientes desde el final de la prueba.

**MSW.6.2.** Los récords del Mundo pueden establecerse sólo en una competición oficial master, aprobada por una Federación.

**MSW.7.** Los nadadores que han sido descalificados, deberán aparecer en los resultados con el código de la razón de su descalificación.

**MSW.8.** Un nadador sólo puede competir una vez en una prueba de relevos.

**MSW.9.** Las mínimas de clasificación para Campeonatos del Mundo serán estudiadas por FINA y el Comité Organizador, si se considera necesario.

### **NORMAS MASTERS DE LARGA DISTANCIA**

La natación master de larga distancia se define como una prueba cuya distancia sea mayor de 1500 metros, y en la que la inscripción está restringida a nadadores master. Se aplicarán los grupos de edad master normales.

Se aplicarán las normas técnicas de natación de larga distancia, incluidas en el Reglamento de Natación, con las siguientes excepciones:

**MOWS.1.** Las pruebas de natación master para larga distancia se llevarán a cabo en una distancia de hasta 5km .Ninguna prueba master de larga distancia se celebrará si la temperatura del agua es inferior a 18 grados centígrados.

**MOWS.2.** Una prueba master de larga distancia deberá incluirse en los Campeonatos del Mundo.

**MOWS.4.** Los nadadores serán seleccionados según los grupos de edad desde el más joven al más mayor. Los nadadores podrán ser seleccionados independientemente del género. Los nadadores más lentos de cada grupo de edad serán preseleccionados en eliminatorias especiales.

**MOWS.5.** Los organizadores de la prueba, previa consulta con el árbitro y sometido a la opinión del Comité Técnico de Larga Distancia, deberán señalar con antelación el límite de tiempo de cada carrera master. Como guía, se puede aplicar un tiempo de 30 minutos por kilómetro.

**MOWS.6.** Será obligatorio para todos los nadadores llevar gorros de colores muy visibles y numerados.

**MOWS.7.** Se podrán llevar trajes de neopreno, pero entonces el nadador no podrá recibir trofeos ni reconocimientos de campeón.

### **NORMAS MASTERS DE SALTOS**

**MD.1.** Las normas del Reglamento Técnico de Saltos se aplicarán a los saltos master con las siguientes excepciones:

**MD.1.1.** El saltador puede escoger libremente los saltos de la tabla de saltos del Manual de FINA. El único requisito es que en los grupos de edad de 25 a 69 años, cada salto realizado tenga número de salto diferente (según establece el Manual FINA).

En los grupos de edad 70 – 80 y más, los saltos con el mismo número se pueden repetir, si se realizan en una posición distinta (estirado, carpado, encogido, libre).

## **MD.2 Saltos de trampolín - Masculino y femenino ( 1 y 3 metros)**

### **MD.2.1. Grupos de edad:**

Los grupos de edad para hombres y mujeres:

Grupo de Edad (años)	Número de saltos total requerido	
	Hombres	Mujeres
25-29	7	6
30-34	7	6
35-39	7	6
40-44	7	6
45-49	7	6
50-54	6	5
55-59	6	5
60-64	6	5
65-69	6	5
70-74	5	4
75-79	5	4
80 y más	4	3

(grupos de edad de cinco en cinco años tantos, mientras sea necesario)

## **MD.3. Saltos de plataforma**

### **Masculino y Femenino (5, 7.5 ó 10 metros)**

#### **MD.3.1. Grupos de edad para hombres y mujeres:**

Grupo de Edad (años)	Número de saltos total requerido	
	Hombres	Mujeres
25-29	6	6
30-34	6	6
35-39	6	6
40-44	6	6
45-49	6	6
50-54	5x	5x
55-59	5x	5x
60-64	5x	5x
65-69	5x	5x
70-74	4x	4x
75-79	4x	4x
80 y más	3x	3x

(grupos de edad de cinco en cinco años, mientras sea necesario.

x) limitación en 10 metros: sólo se permitirán las entradas de pie desde la plataforma de 10 metros, y cualquier salto realizado desde la plataforma de 10 metros deberá tener un coeficiente de dificultad máximo de 2.0.

#### **MD.4. Normas Generales**

**MD.4.1.** Las competiciones internacionales se establecerán en grupos, de acuerdo con las normas MD.4.2, MD.4.3., MD.4.4., MD.4.5., y MD.4.7.

**MD.4.2.** No habrá límite en cuanto al número de saltadores que tomen parte.

**MD.4.3.** Se darán premios a los saltadores clasificados primero, segundo, tercero, cuarto, quinto y sexto lugar. Si hay menos de seis saltadores en los grupos de edad, sólo obtendrán medallas los tres primeros clasificados.

**MD.4.4.** Todos los saltadores realizarán una serie completa de saltos para ese grupo de edad y no habrá eliminatorias o finales.

**MD.4.5.** Las competiciones internacionales serán llevadas a cabo según la Normativa FINA y puntuarán 5 ó 7 jueces.

**MD.4.6.** No se contabilizarán los puntos y no se otorgarán premios a Federaciones o clubes.

**MD.4.7.** Cada saltador es responsable de los gastos de su viaje y alojamiento.

**MD.5.** El programa de las competiciones internacionales será llevado a cabo en un máximo de cinco (5) días, según el siguiente programa:

Prueba Nº	Trampolín	Género	Grupo de edad
1	3 metros	Masculino	25-34
2	1 metro	Femenino	25-34
3	3 metros	Masculino	35-49
4	1 metro	Femenino	35-49
5	3 metros	Masculino	50-64
6	1 metro	Femenino	50-64
7	3 metros	Masculino	65-80+
8	1 metro	Femenino	65-80+
9	3 metros	Femenino	65-80+
10	1 metro	Masculino	65-80+
11	3 metros	Femenino	50-64
12	1 metro	Masculino	50-64
13	3 metros	Femenino	34-49
14	1 metro	Masculino	35-49
15	3 metros	Femenino	25-34
16	1 metro	Masculino	25-34
	Plataforma		
17	5, 7.5, 10 metros	Femenino/Masculino	25-49
18	5, 7.5, 10 metros	Femenino/Masculino	50+

**MD.5.1.** El Director de Competición podrá decidir la realización de las pruebas simultáneamente, dependiendo del número de inscripciones.

**MD.5.2.** La hoja de saltos se entregará en la secretaría de saltos 24 horas antes de la prueba. Las hojas entregadas fuera de plazo y los cambios de saltos en hojas entregadas serán penalizadas con 10 dólares por hoja, de 24 a 3 horas antes del comienzo de la prueba. 3 horas es el límite. No se aceptarán hojas de saltos después de las 3 horas.

### **NORMAS DE WATER POLO MASTERS**

**MWP.1.** Los grupos de edad para Waterpolo Master se aplicarán para equipos de hombres, mujeres y equipos mixtos.

**MWP.2.** La edad del miembro más joven determina el grupo de edad del equipo. No hay restricciones en las edades de ningún jugador que sea mayor que el jugador más joven del equipo.

**MWP.3.** Los grupos de edad de los equipos son en intervalos de cinco años, comenzando con 30. Ejemplo: 30 y más; 35 y más; 40 y más, etc.

**MWP.4.** Los mujeres pueden ser miembros de equipos de hombres.

**MWP.5.** Las normas del Reglamento Técnico de waterpolo se aplicarán al waterpolo master, con las siguientes excepciones:

**MWP.5.1.** La distancia uniforme entre las líneas de portería será de 23.5 metros como mínimo, y la anchura del campo de juego de 17 metros mínimo.

**MWP.5.2.** Se aplicará la norma WP11. (duración del partido) del Reglamento general de waterpolo, excepto que la duración de los partidos master será de cuatro períodos de cinco minutos de juego real cada uno.

### **NORMAS MASTERS SINCRO**

**MSS.1.** Se aplicará el Reglamento Técnico de Natación Sincronizada para todos los master sincro, con las siguientes excepciones:

**MSS.2.** Los participantes se inscribirán con sus federaciones. Los participantes en dúo, trío y equipo representarán al mismo club.

**MSS.3. Competiciones**

**MSS.3.1. Rutina técnica**

Se celebrará rutina técnica en solos, dúos, tríos y equipo, con la música tal y como se describe en el anexo 1 del Reglamento Técnico de Natación Sincronizada, con todos los

elementos obligatorios seleccionados por el Comité Técnico de Master cada cuatro años, y sometido a la aprobación del Bureau de FINA.

En las rutinas técnicas tienen que incluirse todos los elementos obligatorios. La selección de música es opcional y puede ser la misma que la música utilizada en la rutina libre.

**MSS.3.1. Rutina libre**

La rutina libre consistirá de solos, dúos, tríos y equipos. No hay restricciones en la elección de la música, su contenido o coreografía. Elementos requeridos para las rutinas técnicas serán cambiados cada cuatro años.

**MSS.3.3.** Los equipos estarán compuestos por un mínimo de cuatro miembros y un máximo de ocho.

**MSS.3.4.** Cada participante se podrá inscribir en tres pruebas de rutina, como máximo.

**MSS.3.5.** Se podrán aceptar de un club, hasta cinco inscripciones de rutina por grupo de edad y por prueba.

**MSS.3.6.** Se pueden llevar gafas.

**MSS.4.** Se calculará la puntuación según la SS 19.1. En dúos, tríos y equipos, las puntuaciones del competidor en Rutina Técnica se sumarán, y el total se dividirá entre el número de los participantes para obtener la puntuación final de la rutina técnica.

**MSS.5. Categorías de edad.**

**MSS.5.1.** Solo: 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70-79, 80 y más.

**MSS.5.2.** Dúos: 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70-79, 80 y más, con la edad determinada por la media de edad de los participantes.

**MSS.5.3.** Trío/Equipo: 20-34, 35-49, 50-64, 65 y más, con la edad determinada por la media de edad de los participantes.

**MSS.6. Límites de tiempo.**

**MSS.6.1.** Rutina técnica, solo, dúo, trío y equipo: 1 minutos 30 segundos.

**MSS.6.2.** Rutina libre solo: 3 minutos.

**MSS.6.3.** Rutina libre dúo/trío: 3 minutos 30 segundos.

**MSS.6.4.** Rutina libre equipo: 4 minutos.

**MSS.6.5.** No habrá límite de tiempo mínimo.

**MSS.6.6.** Máximos límites de tiempo:

Rutina técnica: tendrá una concesión de 10 segundos más del tiempo asignado.

Rutina libre: habrá una concesión de 15 segundos más del tiempo asignado.

## **Anexo 1**

### **Elementos solicitados por FINA para Rutinas Técnicas Masters**

#### **Requisitos Generales**

1. Podrán añadirse elementos suplementarios.
2. A menos que se especifique lo contrario en la descripción de un elemento:
  - Todas las figuras o componentes se ejecutarán según los requisitos que se describen en el anexo II.
  - Todos los elementos se ejecutarán altos y controlados, con un movimiento uniforme y con cada sección claramente definida.
3. Tiempos límites según la MSS.6.5. y MSS 6.6.
4. Los trajes de baño serán negros y el competidor llevará un gorro blanco. Se pueden llevar gafas.

#### **SOLO**

1. Posición de Espagat seguida de un paseo de frente y paseo de espalda
2. Marsopa (Figura 355 del Reglamento de Sincronizada) figura completa.
3. Combinación de pierna de ballet en movimiento –debe incluir al menos dos de las posiciones siguientes: pierna de ballet con la pierna derecha, pierna de ballet con la pierna izquierda, doble pierna de ballet, flamenco.
4. Garza con empuje y un descenso, empezando a partir de la posición de doble pierna de ballet sumergida.
5. Dos formas de técnicas de propulsión, incluyendo al menos una secuencia con un brazo por encima de la superficie del agua.

Los elementos del 1 a 4 deberán realizarse en orden.

EL elemento 5 podrá ejecutarse en cualquier momento.

#### **DUO/TRIO**

Elementos 1 a 5, como antes.

6. ACCION CONJUNTA: deberá incluirse UNO de los siguientes elementos conectados: una figura, flotación o brazada.

Elementos 5 y 6: podrán ejecutarse en cualquier momento durante la rutina.

Con la excepción del trabajo en seco y la entrada, todos los elementos obligatorios y suplementarios deben realizarse de forma simultánea y con todos los nadadores desplazándose en la misma dirección. No se permiten acciones con espejos.

#### **EQUIPO**

Elementos 1 al 5 como antes.

6. Acción en cadencia: movimientos idénticos realizados de forma secuencial uno por uno, por todos los miembros de los equipos.

Cuando se realice más de una acción en cadencia, deberán ser consecutivas y no separadas por otros elementos obligatorios y opcionales.

Los elementos 1 a 4 deberán realizarse en orden.

Los elementos 5 al 6 podrán realizarse en cualquier momento.

Con la excepción de la acción en cadencia, el trabajo en seco y la entrada, todos los elementos obligatorios o suplementarios, deberán realizarse de forma simultánea y en la misma dirección. La variación en la propulsión y dirección se permiten sólo durante los cambios dentro de las pautas a seguir. Las acciones con espejos no se permiten.

\*\*\*\*\*