REGLAMENT DE NATACIÓ ARTÍSTICA

Departament d'Esports Individuals



"Aquest Reglament serà d'aplicació a totes les activitats organitzades pel CONSELL DE L'ESPORT ESCOLAR DE BARCELONA, i, per tant, hi queden subjectes totes les persones i entitats que participin en l'esmentada organització."

NATACIÓ ARTÍSTICA

La natació artística és una disciplina esportiva que suposa l'armat de formes artístiques i sincronitzades en un mitjà aquàtic. Per realitzar-la, els i les participants han de posseir habilitats i destreses a les àrees de la natació i la gimnàstica, així com també poder moure's de manera artística i sincronitzada al ritme de la música, la qual cosa els apropa també al ball o la dansa.

La natació artística és, per tant, entès per molts com el ballet aquàtic, ja que, no significa simplement moure's de manera ordenada sota o sobre la superfície de l'aigua, si no també fer diferents formes i moviments artístics de gran complexitat.

PRINCIPIS ESPORTIUS DEL CEEB

Aquests principis acordats des de fa temps al CEEB es concreten, a mode d'exemples sintètics, en tres frases que resumeixen la nostra filosofia: La primera parla d'objectius educatius, la segona del nostre compromís esportiu i la tercera dels valors del CEEB. Són aquests:

"és més important la progressió que el resultat"
"vetllar pel Joc net, els comportaments esportius i el respecte als contraris o contraries i a totes les parts implicades"

"el treball de valors complementa el treball esportiu"

ÍNDEX

1. LES REGLES I L'ESPORTIVITAT (uCEC) 5

2. REGLAMENT DE COMPETICIÓ individual - figures 5

2.1. Competició 5

2.2. FIGURA Categoria PREBAENJAMÍ i BENJAMÍ– Posició plana a tonel i tornar a plana 6

2.3. FIGURA Categoria ALEVÍ – Veler altern 7

2.4. FIGURA Categoria INFANTIL – Cama de Ballet 7

2.5. FIGURA Categoria CADET – Variant de Venus 8

2.6. FIGURA Categoria JUVENIL, JÚNIOR i SÈNIOR – Tintorera 9

2.7. Puntuació 10

3. REGLAMENT COMPETICIÓ EQUIPS – RUTINA TÈCNICA I LLIURE 10

3.1. Competició - Rutina Tècnica 10

3.1.1. Elements obligatoris – Rutina Tècnica 11

3.2. Competició – Rutina Lliure 13

3.3. Puntuació – Rutina Tècnica i Rutina Lliure 14

3.3.1. Empats: 15

3.4. Penalitzacions: 16

3.5. Fora de competició: 17

4. MÚSICA – durada i format 17

5. NORMATIVA TÈCNICA 18

5.1. La Categoria 18

5.2. El nivell 19

5.3. Ascensos Obligatoris 20

6. NORMATIVA GENÈRICA 21

7. ESPORT INCLUSIU I ADAPTAT 21

7.1 Esport adaptat 21

7.2 Nivell sense barreres 21

8. PERSONAL TÈCNIC I PARTICIPANTS 22

8.1. Personal tècnic 22

8.2. Participants 22

9. L'ORGANITZACIÓ I EL COMITÈ DE VALORACIÓ 23

9.1. L'Organització 23

9.2. El Comitè de Valoració 23

10. lA TROBADA 24

11. GUARDONS 24

12. RECLAMACIONS I CONTACTE 25

1. LES REGLES I L'ESPORTIVITAT (UCEC)

Tots els esports necessiten unes **regles** que els regeixin i permetin la seva pràctica.
Cal un esforç per part de tots els agents implicats, esportistes, personal tècnic, jutges, famílies, etc. en la comprensió i aplicació d'aquestes regles.
Les regles són les mateixes per a tothom: cal respectar-les i fer que la resta de participants les respectin. D'aquesta manera es garanteix que tothom participi en igualtat de condicions.

Per damunt de qualsevol regla està l'**esportivitat**, és a dir, el conjunt de principis ètics exigibles en la pràctica d'un esport que fan referència al reconeixement i el respecte a les regles del joc, la correcció envers els adversaris, el manteniment de la igualtat d'oportunitats, el refús a una victòria obtinguda a qualsevol preu, i el manteniment d'una actitud digna en la victòria i en la derrota.

L'activitat física i l'esport són un medi idoni per a la transmissió de valors individuals i de grup, valors que tracten la concepció d'un mateix, la salut i d'altres relacionats amb les relacions interpersonals.

Totes les entitats i personal tècnic ha de conèixer aquesta reglamentació i exposar-la de manera entenedora als participants donat que accepten el reglament de Natació Artística i participen, exclusivament, sota la seva responsabilitat.

2. REGLAMENT DE COMPETICIÓ INDIVIDUAL - FIGURES

2.1. Competició

La competició de Figures és l'única competició individual del CEEB i es celebra durant la mateixa jornada que la Competició de Rutines Tècniques. A aquesta competició, **als i les esportistes, participen dintre de la seva categoria corresponent, independentment de si estan inscrits o inscrites en una altre categoria a l'Equip de Rutines.**

L'ordre de competició de cada esportista es determina per l'ordre de sortida de les Rutines Tècniques. Com les dues competicions es celebren alhora, sempre s'intenta que els i les participants puguin tenir temps suficient per canviar-se i preparar-se per competir en l'altre modalitat, és per aquest fet, que no existeix sorteig, i els i les participants d'una mateixa entitat competeixen de manera consecutiva.

Els i les esportistes han de portar **banyador de color negre** i **casquet de color blanc**. Les ulleres i les pinces nasals són permeses. La joieria no és permesa.

A cada figura trobareu la indicació de la ***Línia vermella,*** punt de referència per als i les esportistes que indica des d'on s'ha d'iniciar l'execució de la figura.

A continuació es presenten les figures escollides per la temporada 2025-2030. Cada quatre anys, el Comitè Tècnic de Natació Artística del CEEB modifica les figures.

CATEGORIES	FIGURA
PB i B	Posició plana a tonel i tornar a plana
A	Veler altern
I	Cama de Ballet
C	Variant de Venus
J, Jú, S	Tintorera

2.2. FIGURA Categoria PREBAENJAMÍ i BENJAMÍ– Posició plana a tonel i tornar a plana

Des de **Posició Estirada d'Esquena** (decúbit supí) i poc a poc es flexionen les cames i peus junts amb peus i tíbies a la superfície de l'aigua i paral·leles a la superfície, amb les cuixes perpendiculars i es van apropant a la barbeta i genolls alhora fins a assolir la **Posició de Tonel**.

Enllaç a vídeo tutorial

Aleshores, es va desplegant de manera uniforme barbeta i genolls, amb el mateix ritme i posició de cames i peus que abans, per tornar a assolir la **Posició Estirada d'Esquena**.



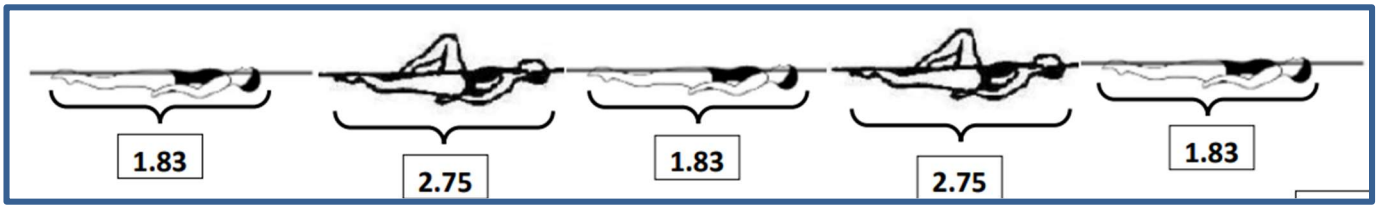
2.3. FIGURA Categoria ALEVÍ – Veler altern

Es comença en posició de **decúbit supí**. El peu dret es mou al llarg de la part interna de la cama estesa, per assolir una posició de **genoll doblegat** (cuixa de la cama doblegada és perpendicular a la superfície).

El dit gros del peu es mou al llarg de la part interna de la cama estesa, fins a atènyer una posició de **decúbit supí**.

Repetir el mateix moviment amb l'altre cama.

Enllaç a vídeo tutorial

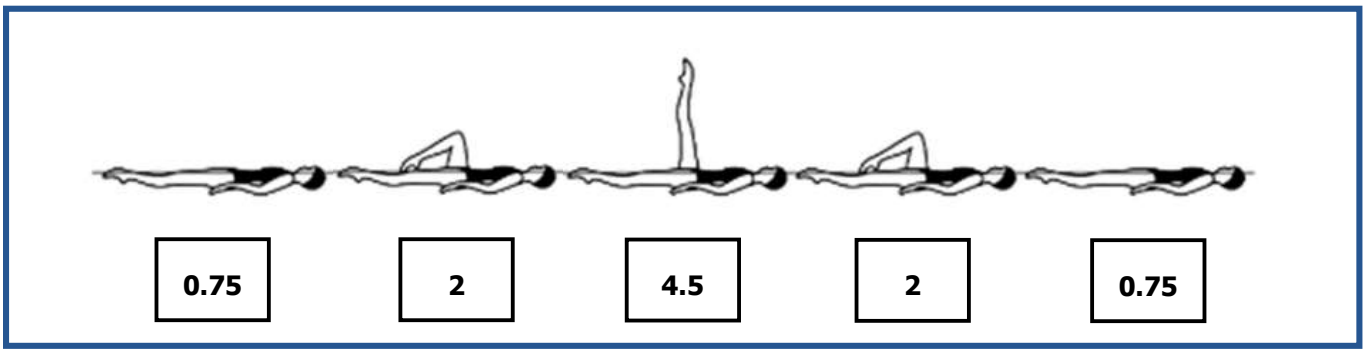


2.4. FIGURA Categoria INFANTIL – Cama de Ballet

Des de la **posició de decúbit supí**, el peu de l'altra cama llisca al llarg de la cara interna de la cama estesa fins a assumir la **posició genoll doblegat estirat d'esquena** i, posteriorment, fins arribar a la **posició cama de ballet.**

Es flexiona la cama de ballet, sense moviment de cuixa, fins assumir la **posició genoll doblegat estirat d'esquena** i, per finalitzar, el dit gros del peu de la cama flexionada llisca al llarg de la cara interna de la cama estesa fins que aconsegueix la **posició de decúbit supí.**

Enllaç a vídeo tutorial

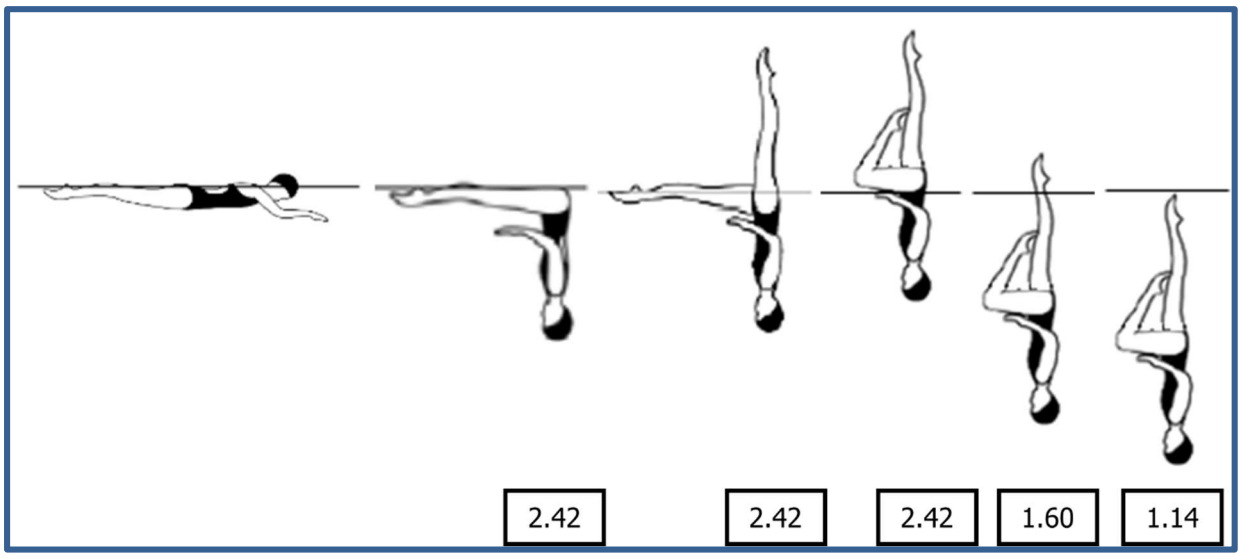


2.5. FIGURA Categoria CADET – Variant de Venus

Des de **Posició Estirada de Front** (decúbit pron) s'assumeix una **posició de Carpa Endavant**. La resta de moviments des de la posició de carpa fins al final de la figura, seran ràpids.

Una cama s'eleva fins a assumir una **posició de Cua de Peix** i la cama horitzontal es doblega fins a assumir la **posició de Vertical Genoll Doblegat**. Aleshores el cos té un **descens fins a turmell de la cama estirada**. Tot seguit, es fa un descens vertical en la **posició de Vertical Genoll Doblegat**.

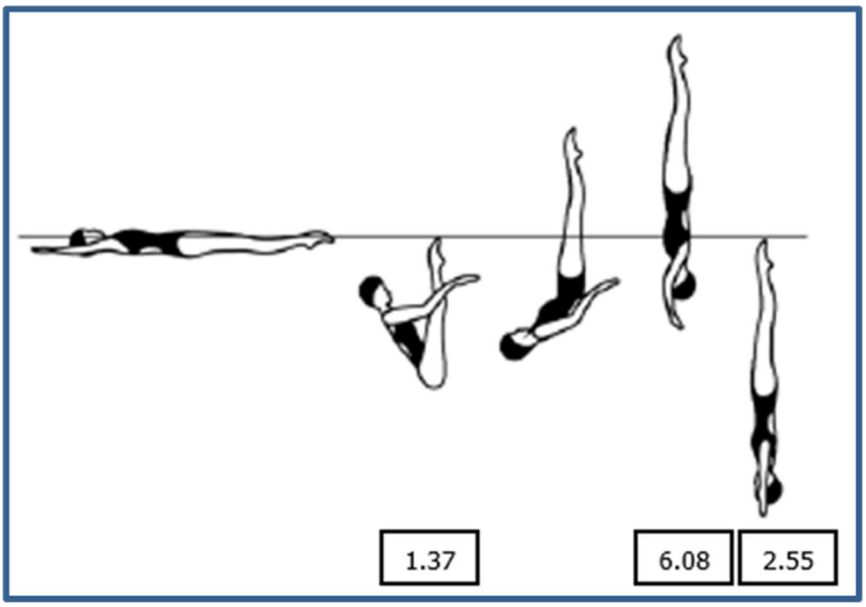
Enllaç a vídeo tutorial



2.6. FIGURA Categoria JUVENIL, JÚNIOR i SÈNIOR – Tintorera

Des de la **Posició Estirada d'Esquena**, les cames s'eleven a la vertical alhora que es submergeix el cos fins a la **Posició de Carpa d'Esquena** amb el nivell de l'aigua just per sobre dels dits dels peus. S'executa una Embranzida fins a la **Posició Vertical**. S'executa un **Descens Vertical** al mateix ritme que l'Embranzida.

Enllaç a vídeo tutorial



2.7. Puntuació

Els panells del Comitè de Valoració estaran composats principalment per 3 membres. Tot i així, es pot donar el cas, en alguna competició, que hi hagi 2 membres per panell.

En els dos casos (tant si hi ha 3 membres com si n'hi ha 2), es sumaran totes les notes obtingudes de cada participant. La suma total d'aquestes dues o tres notes determinarà la posició de cada participant. El i la participant que obtingui la major puntuació obtindrà la primera posició.

En aquesta competició no existeix el desempat.

La puntuació serà sobre 10. Si un o una esportista realitza una figura diferent a la que es demana al seu nivell, té dret a realitzar una repetició, si quan repeteix fa bé la figura tindrà una penalització de -1 punt sobre la nota final. Si pel contrari, segueix sense fer la figura corresponent al nivell, la puntuació final serà de 2.0.

3. REGLAMENT COMPETICIÓ EQUIPS – RUTINA TÈCNICA I LLIURE

3.1. Competició - Rutina Tècnica

La competició de **Rutines Tècniques** es celebra durant la mateixa jornada que la Competició de Figures. Els equips participants han de realitzar un exercici lliure però format per una sèrie d'**elements obligatoris** corresponents al nivell de competició del qual participin. Aquests elements i l'exercici en sí, ha de realitzar-se dins del temps límit determinat.

- No combos (no solo, duos o trios).
- Tots els i les esportistes han de realitzar els **elements de la rutina alhora.**
- Els equips poden estar formats d'entre **4 a 12 participants.**
- Cada equip haurà de tenir un **nom artístic**.
- El **temps de passeig** dels equips, des de la cambra de sortida fins a la figura estàtica, no podrà superar els 30 segons.
- El **temps de tirada** que tindran els equips, des del senyal de començament que emet el Jutge o Jutgessa Àrbitre amb el xiulet, fins a l'últim esportista que entra a l'aigua, serà de 15 segons com a màxim.
- L'inici de les Rutines Tècniques pot ser **fora o dins de l'aigua**.
- Els i les esportistes poden portar el mateix **banyador** o d'un color o to semblant.
- La **durada màxima** de la música de les Rutines Tècniques serà de **2'15" (+/-15")** per a les categories prebenjamí i benjamí i de **2'30" (+/-15")** per a les categories d'aleví, infantil, cadet, juvenil, júnior i sènior.
- Perquè els elements obligatoris siguin puntuables **hauran de realitzar-se per tothom alhora**, és a dir, **de manera sincronitzada i en la mateixa direcció** (exceptuant els casos en que ho indiqui la normativa). En cas de no ser així, es considerarà que l'element obligatori no s'ha realitzat, i per tant, s'aplicarà la penalització corresponent.
- El contingut de la rutina haurà d'incloure els següents elements obligatoris:

3.1.1. Elements obligatoris – Rutina Tècnica

Categories	Nivells		
PB i B (Prebenjamí i Benjamí)	**1** (inicial)	**2** (mig)	**3** (alt)
	· **Posició eggbeat**. · Desplaçament peus de costat. · 1 fila. · **Posició plana** a **tonel** i **tornar a posició plana**. · 1 boost.	· Posició eggbeat en desplaçament. · Desplaçament peus de costat i transició a **posició plana**. · 1 fila. · **Posició plana** a **vela** i final lliure (una vela és vàlida). · 1 boost.	· **Posició eggbeat 1 braç**. · Desplaçament peus de costat 1 braç. · Figura lliure amb final **vertical a turmells marcat** més final lliure. · 1 formació estrella. · 1 boost. · 2 formacions.
A (Aleví)	**1** (inicial)	**2** (mig)	**3** (alt)
	· Posició eggbeat seqüència 1 braç. · **Posició plana** i **veler altern** i final lliure. · **Entrada de carpa marcada** i figura lliure. · 3 formacions lliures. · 2 files. · Boost 1 braç.	· Posició eggbeat seqüència 1 braç. · Veler altern a **cama de ballet marcada** i final lliure. · Entrada de carpa a **cua de peix marcada**. · 3 formacions lliures. · 1 boost seqüència 1 braç.	· Posició eggbeat 2 braços. · Seqüència cama de ballet i final lliure. · Figura lliure que es vegi de **flamenc a dalt** i **vertical turmells** i final lliure. · Formació 2 files a 1 fila. · Boost de braços.
I (Infantil)	**1** (inicial)	**2** (mig)	**3** (alt)
	· Seqüència braços eggbeat. · Desplaçament peus de costat moviment de braços creatiu. · **Figura de boleta** a vertical a dalt més final lliure. · Desplaçament overs. · Boost 2 braços.	· Seqüència braços eggbeat creatiu. · **Figura boleta** a vertical a dalt amb **descens a turmells** final lliure. · **Entrada de carpa marcada** seqüència helicòpters i final lliure. · 4 formacions lliures. · Canvi de formació amb overs. · Boost dos braços.	· Desplaçament eggbeat endavant. · Figura entrada lliure seqüència helicòpters i seguit vertical a dalt, final lliure. · 1 fila canvi formació a rodona. · Seqüència cames de ballet amb canvi de cama (dreta i esquerra, opcional passar per vela) · Cadència boost 2 braços. · 4 formacions.

Categories	Nivells		
C (Cadet)	**1** (inicial)	**2** (mig)	**3** (alt)
	· Desplaçament eggbeat endavant amb 1 braç. · Entrada de carpa a **cua de peix marcada** a vertical a dalt final lliure. · Cadència de cames de ballet. · 2 diagonals. · Exercici en parelles.* · Boost 2 braços.	· Desplaçament eggbeat endavant 1 braç. · Entrada de carpa a **cua de peix marcada** a vertical a dalt més descens a **turmells** i gir de 180º, final lliure. · Figura en dos files. · 4 formacions. · Cadència boost dos braços.	· Desplaçament eggbeat endavant 2 braços. · Entrada de carpa **a cua de peix marcada** a **vertical a dalt marcada** i final lliure. · Figura lliure amb final **vertical a turmells** i gir de 360º, final lliure. · 4 formacions. · Exercici en parelles.* · 2 diagonals.
J, Jú i S (Juvenil, Júnior i Sènior)	**1** (inicial)	**2** (mig)	**3** (alt)
	· Acrobàcia inici. · Figura lliure **a veure vertical a dalt** i gir de 180º, final lliure. · **Posició marcada de cama de ballet doble**. · 5 formacions. · Exercici en parelles.*	· Posició eggbeat seqüència 2 braços. · Figura **a veure vertical a dalt** i gir de 360º i final lliure. · Formació rodona figura. · **Posició marcada de cama de ballet doble, final lliure**. · Tintorera. · Posició 1 fila cadència 2 braços.	· Acrobàcia inici. · Figura vertical a dalt girs 720º. · Tintorera amb mig gir. · Canvi de formació en figura. · Seqüència cames de ballet amb cama de ballet doble, final lliure. · Figura en rodona.

*En el cas dels grups imparells, els exercicis en parells es realitzaran amb un trio i la resta per parelles.
*No és obligatori que els elements tècnics es realitzin en l'ordre en qual apareixen a la taula de dalt.
Per aquest fet, és obligatori que tot l'equip tècnic emplenin el formulari de Fitxa Rutina Tècnica, especificant l'ordre d'execució dels elements obligatoris, dins el període establert, que rebran per e-mail.

La progressió de nivells serà sempre endavant (no es podrà baixar de nivell), per tal de garantir i fomentar l'evolució tècnica dels i les participants.

Només es podrà repetir el nivell 3 en cas de ser el segon any a la mateixa categoria i, havent participat el primer any de la categoria al nivell 3.

La progressió de dificultat d'elements obligatoris és correlativa també en els canvis de categoria per donar continuïtat a l'evolució tècnica dels i les participants.
També per a que sigui una eina i guia orientativa a nivell tècnic per a l'equip tècnic.

Indicacions per realitzar de manera correcta els Elements obligatoris:

- S'han de realitzar **per tots els i les components de l'equip alhora (no cadència, no cànon). De manera sincronitzada i en la mateixa direcció** (exceptuant els casos en que ho indiqui la normativa).
- Les formacions han de ser **clares i han d'estar marcades**.
- Tots els elements obligatoris i/o figures marcades en negreta a la taula de dalt, **s'han de marcar i han de tenir un temps mínim de durada de 2 segons.**
- Els elements obligatoris han de ser **visibles i entenedors**. **I han de tenir un inici i un final marcat i clar.**

3.2. Competició – Rutina Lliure

La competició de **Rutines Lliures** es celebrarà durant una sola jornada. A les Rutines Lliures els i les esportistes inclouen tocs personals i artístics a les seves actuacions sense la necessitat de realitzar cap element obligatori.

- No combos (no solo, duos o trios).
- **Tots els i les esportistes** han de **realitzar les figures de la rutina alhora**.
- Els equips poden estar formats d'entre **4 a 12 participants.**
- El **nom artístic** de l'equip haurà de ser el mateix que el de la Rutina Lliure.
- El **temps de passeig** dels equips, des de la cambra de sortida fins a la figura estàtica, no podrà superar els 30 segons.
- El **temps de tirada** que tindran els equips, des del senyal de començament que emet el Jutge o Jutgessa Àrbitre amb el xiulet, fins a l'últim esportista que entra a l'aigua, serà de 15 segons com a màxim.
- L'inici de les Rutines Lliures pot ser **fora o dins de l'aigua**.
- Els i les esportistes poden portar el mateix **banyador** o d'un color o to semblant.
- La **durada màxima** de la música de les Rutines Lliures serà de **2'15" (+/-15")** per a les categories prebenjamí i benjamí i de **3' (+/-15")** per a les categories d'aleví, infantil, cadet, juvenil, júnior i sènior.

3.2.1. Nivell Sense Barreres

Nivell creat per incentivar la participació de grups amb necessitats especials.

- Modalitats permeses: **Combo** i **Rutina Lliure**.
- Els equips poden estar formats d'entre 4 a 12 participants.
- Categories: de **pre-benjamí a sènior**.
- Durada música: **màxim 4 minuts**.
- Temps de caminada i preparació al salt: **sense limitació**.

3.3. Puntuació – Rutina Tècnica i Rutina Lliure

Les Competicions de **Rutines Tècniques** i **Rutines Lliures** tindran **un panell de competició composat per sis Comitès de Valoració i Cap de Comitè de Valoració:**

Rutines Tècniques *		**Rutines Lliures**	
Cap Comitè de Valoració		**Cap Comitè de Valoració**	
Panell Execució	2	Panell Execució	2
Panell Impressió Artística	2	Panell Impressió Artística	2
Panell Dificultat	2	Panell Dificultat	2

*Comprovació i seguiment dels elements obligatoris i l'ordre seguit.

- 2 Comitès de Valoració puntuaran l'**EXECUCIÓ** (Execució i Sincronització)

  EXECUCIÓ: Nivell d'excel·lència en la realització de les habilitats altament especialitzades.
  SINCRONITZACIÓ: Precisió del moviment a l'unísson, dels i les esportistes entre si, i l'acompanyament per sobre, en i per sota de la superfície de l'aigua. Sincronització en el temps dels i les esportistes entre si, i amb la música.

  30% de la nota final.

- 2 Comitès de Valoració puntuaran l'**IMPRESSIÓ ARTÍSTICA** (Coreografia, Interpretació musical i forma de presentació). Efecte, imatge o sensació rebuda com a resultat de la demostració de les habilitats del bon gust dels i les esportistes.

  COREOGRAFIA: Habilitat creativa de compondre una rutina que combina elements tant artístics com tècnics. El disseny entreteixit de la varietat i creativitat de tots els moviments.
  INTERPRETACIÓ MUSICAL: Expressió de l'humor i tarannà de la música. Ús de l'estructura musical.
  FORMA DE PRESENTACIÓ: Manera en què l'equip i els i les esportistes presenten la rutina a l'espectador. Impressió global de la rutina.

  *En el cas de Rutines Tècniques, aquest panell també valorarà la DIFICULTAT de tota la Rutina Tècnica (figures, braços, sincronització, llançaments, formacions, elevacions, etc)

40% de la nota final

- 2 Comitès de Valoració puntuaran la **DIFICULTAT.** Qualitat que es caracteritza per ser difícil d'aconseguir. Dificultat de tots els moviments i de la sincronització. (es valorarà la dificultat de tota la Rutina Tècnica, figures, braços, sincronització, llançaments, formacions, elevacions, etc)
  30 % de la nota final

  Per identificar els graus de dificultat es van definir els ESSE (Essential Synchro Specific Elements).
  1.- Domini de les remades.
  2.- Canvis entre el centre de gravetat i la flotabilitat.
  3.- Consciència cinestèsia.
  4.- Pes aeri.
  5.- Resistència a l'aigua.
  6.- Flexibilitat en les articulacions.

  *En el cas de Rutines Tècniques, la secretaria realitzarà una comprovació i farà el seguiment dels **ELEMENTS OBLIGATORIS** de la rutina marcats segons el nivell que correspongui.

Així doncs, el panell de competició es dividirà en 3 panells de 2 Comitès de Valoració cada un. De cada panell de 2 persones valoradores, es traurà una sola nota (es sumaran les dues notes i es dividirà el resultat entre 2). Així, es traurà una nota de cada panell i se li aplicarà el seu % corresponent. Es sumaran tots els % i es traurà la nota de la Rutina. A aquesta nota se li restaran les penalitzacions corresponents en cas d'haver-hi, i quedarà la Nota Final. L'equip que obtingui la major puntuació serà el millor classificat.

EXECUCIÓ					IMPRESSIÓ ARTÍSTICA					DIFICULTAT					
J1	J2	Ttl	Mitj	30%	J3	J4	Ttl	Mitj	40%	J5	J6	Ttl	Mitj	30%	Nota
6,20	6,00	12,20	6,10	1,83	5,70	5,80	11,50	5,75	2,30	5,90	6,00	11,90	5,95	1,79	5,92

Exemple Notes Rutina Lliure sense penalitzacions:

3.3.1. Empats:

En cas d'empat, es compararà entre els equips empatats la nota total del panell de Dificultat (tant en el cas de les Rutines Lliures com Rutines Tècniques). Si també existís empat en aquest cas, es passarà a comparar la nota total del panell d'Execució dels equips empatats, finalment, si també existís empat, es compararien les notes totals dels panells d'Impressió Artística. Si en aquest últim cas, també existís empat, pujarien els equips empatats a pòdium.

Per motius logístics, no s'acceptarà cap vídeo de reclamació de cap equip durant la competició.

3.4. Penalitzacions:

- **Penalització greu Elements Obligatoris:**
  - Es penalitzarà a l'equip que no realitzi tots els elements obligatoris durant la seva Rutina Tècnica. La **deducció serà de 1.0** sobre la nota final, per element no realitzat.

  - Per a que els elements obligatoris siguin puntuables **hauran de realitzar-se per tots i totes les components de l'equip alhora**. En cas de no ser així, i realitzar-se en cànon, per exemple, es considerarà que l'element obligatori no s'ha realitzat, i per tant, s'aplicarà **la penalització de 1.0.**

  - **Si un/a o més components de l'equip no realitza l'element obligatori, l'equip** tindrà una **deducció de 1.0 sobre la nota final.**

- **Penalització lleu Elements Obligatoris:**

  - Es penalitzarà a l'equip que presenti un **Element Obligatori incomplet**. La **deducció serà de 0.50** sobre la nota final, per element inacabat. El o la Cap de Comitè de Valoració serà la persona que decidirà si l'element es considera incomplet o si l'element es considera no realitzat.

  - **Si un/a o més nedadors/es d'un equip no realitza l'element obligatori alhora que la resta dels seus companys/es,** i el o la Cap de Comitè de Valoració detecta la intencionalitat de l'esportista de realitzar-ho alhora que el seu equip, aquest tindrà una **deducció de 0,50 sobre la nota final.**

- **Es penalitzarà amb 0,15 sobre la nota final, aquells equips que superin el temps permès de passeig o el temps permès de tirada**. Si superen els dos temps, la deducció **serà de 0,30.**

- **Es penalitzarà amb 0,50** sobre la nota final, aquells equips que durant la rutina toquin, expressament, el terra de la piscina, per donar-se impuls.

- Es penalitzarà a aquells i aquelles esportistes que es recolzin a les corxeres durant la rutina:

  Penalització de 0,30 sobre la nota final.

3.5. Fora de competició:

A continuació s'exposen aquells casos en els quals els equips podran presentar el seu ball, ser valorats i obtenir la seva corresponent puntuació**, però estaran fora de competició i no podran entrar dins de la Classificació**:

- Aquells equips que presentin menys de 4 integrants.

A continuació s'exposen aquells casos en els quals els equips podran presentar el seu ball, però no podran ser valorats ni obtenir la seva corresponent puntuació **i estaran fora de competició sense poder entrar dins de la Classificació**. ***Aquests equips seran equips Pre-swimmer de la seva categoria i nivell.**

- Equip que decideixi modificar la seva música el mateix dia de la competició i aquesta presenti una durada **diferent** de la que s'ha enviat a l'Organització.

- Equip presenti una música amb durada inferior o superior a la permesa.

- Aquells equips que presentin més de 12 integrants.

4. MÚSICA – DURADA I FORMAT

La **durada màxima** de la música de les **Rutines Tècniques** serà de **2'15" (+/-15")** per a les categories prebenjamí i benjamí i de **2'30" (+/-15")** per a les categories d'aleví, infantil, cadet, juvenil, júnior i sènior.

La **durada màxima** de la música de les **Rutines Lliures** serà de 2'15" (+/-15") per a les categories prebenjamí i benjamí i de 3'00" (+/-15") per a les categories d'aleví, infantil, cadet, juvenil, júnior i sènior.

La durada de la música de la **Rutina Tècnica** serà de **2'30"** amb un marge de 15 segons més (2'45") o 15 segons menys (2'15").

La **durada de la música** de la **Trobada** serà de **3 minuts** màxim, podent fer menys del temps establert.

Les músiques **es penjaran a l'Aplicatiu** de llicències del CEEB com a document adjunt i **en format MP3** en el moment de realitzar la **INSCRIPCIÓ dels equips.** A l'arxiu cal posar el nom de l'equip, la categoria, el nivell i l'entitat sense espais.

Exemple: **La nit_A3_Entitat1**

Veure penalitzacions per música a l'apartat 3.4. Penalitzacions de la pàgina 11 i 12.

5. NORMATIVA TÈCNICA

5.1. La Categoria

La **categoria** d'un o una participant la determina l'edat i l'any de naixement del o la esportista.

Categoria llicència CEEB	Anys de naixement	Curs	Edat	Nivell Inscripció
Pre-benjamí	2020 i 2019	1r i 2n Primària	7 i 8	1, 2 o 3
Benjamí	2018 i 2017	3r i 4rt Primària	9 i 10	1, 2 o 3
Aleví	2016 i 2015	5è i 6è Primària	11 i 12	1, 2 o 3
Infantil	2014 i 2013	1r i 2n E.S.O	13 i 14	1, 2 o 3
Cadet	2012 i 2011	3r i 4rt E.S.O	15 i 16	1, 2 o 3
Juvenil	2010 i 2009	1r i 2n de Batx.	17 i 18	1, 2 o 3
Sènior	2005-anterior		+18 anys	1, 2 o 3

A la Competició de Rutines, els i les esportistes hauran de competir dintre de la seva categoria corresponent. L'Organització entén que pugui haver-hi **excepcions amb combinacions de categories**. A continuació, s'especifiquen les **excepcions permeses:**

Combinació de categories permeses	Components de l'equip	Categoria d'inscripció
Pb/B i A	50% PB/B I 50% A	A
	+ 50% PB/B	PB/B
	+ 50% A	A
A i I	50% A i 50% I	I
	+ 50% A	A
	+ 50% I	I
I i C	50% I i 50% C	C
	+ 50% I	I
	+ 50% C	C
J/Jú/S i C	50% J/Jú/S i 50% C	J/Jú/S
	+ 50% C	C
	+ 50% J/Jú/S	J/Jú/S
PB/B, A, I ,C, J/Jú/S	Combinació a valorar pel Comitè Tècnic del CEEB	

A la Competició de Figures (al tractar-se d'una competició individual) tot nedador/a haurà de competir dintre de la seva **categoria** corresponent, independentment de si competeix en una categoria que no és la seva a Rutines.

**Els equips amb combinacions o qualsevol excepció caldrà sol·licitar-la per escrit (e-mail) a l'Organització del CEEB.*

5.2. El nivell

Figures

La competició per **figures** es realitza per **categories** i no per nivell.

Els i les esportistes participaran a la competició a la **categoria** corresponent segons l'any de naixement.

Rutines

El **nivell** d'un equip o rutina pot ser **1, 2 o 3** i es determina en funció del grau de les capacitats i habilitats dels membres que el conformen.

És obligatori que el **nivell d'un equip o rutina (1, 2 o 3) sigui el mateix** durant tot un curs escolar i a totes les modalitats a les quals competeix (Rutina Tècnica i Rutina Lliure).

Els nivells de les Rutines Tècniques i de les Rutines Lliures son els següents:

Categoria	Nivells		
PB / B (Prebenjamí i Benjamí)	**1** Inicial	**2** Mig	**3** Alt
A (Aleví)	**1** Inicial	**2** Mig	**3** Alt
I (Infantil)	**1** Inicial	**2** Mig	**3** Alt
C (Cadet)	**1** Inicial	**2** Mig	**3** Alt
J/Jú/S (Juvenil, Júnior i Sènior)	**1** Inicial	**2** Mig	**3** Alt

La progressió de nivells ha se der sempre cap endavant (no es permet baixar de nivell) per tal de garantir i fomentar l'evolució tècnica dels i les participants.

Només es podrà repetir el nivell 3 (nivell més alt de cada categoria) en cas de ser el segon any a la mateixa categoria i, havent participat el primer any de la categoria al nivell 3.

Els i les esportistes amb llicència federativa, podran participar només al nivell més alt de la seva categoria (3).

Federats i federades per la Federació Catalana de Natació sense distinció, sempre i quan no estiguin participant en alguna competició estatal o Campionat de Catalunya durant la temporada vigent. **En aquesta ocasió, podran participar només al nivell 3.**

5.3. Ascensos Obligatoris

Figures

La modalitat de figures no tindrà ascensos obligatoris, ja que la competició es realitza per categories, no per nivells.

Rutines Tècniques i Rutines Lliures

Els equips que el curs anterior hagin **podi** (**or, plata i bronze**) a **Rutines Tècniques** i/o a **Rutines Lliures**, **hauran de pujar de nivell en el curs següent** i seguir així una adequada progressió.

Ascensos Obligatoris	
Rutines Tècniques	1r, 2n i 3r equip classificat
Rutines Lliures	1r, 2n i 3r equip classificat

**En cas que, d'una temporada a un altre, canviin els o les integrants de l'equip, el criteri serà el següent:*

Components de l'equip	Ascens de nivell
50% nous i 50% mateixos	Consultar amb el Comitè
+ 50% nous components	NO
+ 50% mateixos components	SI

Per a qualsevol altre dubte, cal informar a l'Organització del CEEB i al Comitè Tècnic.

A l'inici de cada temporada, el CEEB publicarà el document "Ascensos obligatoris" on quedarà reflectit quins equips que han de pujar obligatòriament de nivell.

6. NORMATIVA GENÈRICA

1. Els i les participants hauran de romandre a la zona habilitada per a les entitats durant la competició.
2. Tothom accedirà a la instal·lació **a l'hora que marca l'horari**. No podran accedir als vestidors ni a la platja participants d'un torn que no és el seu.
3. No està permès maquillar-se dins de la instal·lació. Els i les participants hauran de venir maquillats i maquillades.
4. No està permès treure's la cua de peix dins de la instal·lació.
5. Els i les esportistes, participaran sense distinció de gènere.
6. En referència a les competicions de rutines, cada entitat podrà inscriure tants equips com vulgui.
7. No es permet realitzar rutines combinades *(COMBOS)* en cap de les dues competicions de rutines.
8. Es permet l'ús de maquillatge sempre i quan sigui moderat i discret i acord amb el programa.
9. No està permès nedar amb joies.
10. Està permès nedar amb ulleres sempre i quan s'aporti un justificant mèdic.

7. ESPORT INCLUSIU I ADAPTAT

Des del Consell de l'Esport Escolar de Barcelona vetllem pel benestar físic i psicològic de tots/es els/les esportistes implicant-nos en les seves necessitats individuals per facilitar al màxim la participació en totes les nostres jornades.

Rebut el cas de necessitat especial el CEEB el traslladarà tant al comitè tècnic de la modalitat esportiva com al comitè d'esport inclusiu, per tal que valorin la viabilitat de participació i, en cas de ser favorable, el format òptim de la mateixa.

7.1 Esport adaptat

Es realitzen les adaptacions de reglament pertinents per facilitar la participació d'esportistes o grups.

Competeixen i classifiquen dins de la classificació general.

7.2 Nivell sense barreres

Nivell creat per facilitar la participació d'esportistes o grups amb necessitats especials.

Competeixen en aquest nivell específic i té classificació pròpia.

8. PERSONAL TÈCNIC I PARTICIPANTS

8.1. Personal tècnic

Tot el personal Tècnic que participi en la competició, ha de conèixer i respectar el Reglament vigent i ha d'actuar d'acord amb les normes establertes.

S'ha de comportar de forma respectuosa i esportiva durant tota la competició, col·laborar amb l'Organització i respectar les decisions del Comitè de Valoració (jurat). Caldrà tenir una actitud positiva valorant l'esforç per sobre dels resultats.

Han de portar la indumentària adient pròpia de la piscina: xancletes, banyador, samarreta i pantalons curts o de xandall.

Per poder accedir a vestidors i a platja, tot l'equip Tècnic haurà de portar la seva acreditació degudament visible. És obligatori que totes les entitats tinguin mínim una llicència de Tècnic/a amb titulació ROPEC.

Les acreditacions de l'Equip Tècnic les hauran d'imprimir les pròpies entitats. S'aconsella portar-les amb una funda protectora de plàstic i per una ràpida identificació, de manera visible a la part superior de la samarreta i no inferior.

Són els i les responsables de revisar que la durada de les músiques dels seus equips són correctes quan l'Organització envia el Sorteig Provisional, i comunicar al CEEB, els possibles canvis, baixes de participants o modificacions dintre del termini establert, abans que s'enviï els documents Definitius.

Hauran de presentar-se a la Reunió de l'equip tècnic abans de l'inici de la competició, facilitar les baixes que hi puguin haver a l'Organització.

El dia de la competició, no podran fer servir la picata.

Són les persones responsables en tot moment de la seguretat i comportament dels seus i les seves participants.

8.2. Participants

Els i les participants hauran de comportar-se de manera esportiva respectant els i les companyes, l'equip tècnic i acompanyants, així com les decisions del Comitè de Valoració (jurat) i l'Organització.

No està permès treure's la gelatina de cua de peix a les dutxes dels vestidors de la piscina.

Han de conèixer i respectar la normativa i reglament de la competició així com tenir cura del material i de les instal·lacions.

Han d'anar amb la indumentària adient per estar a una piscina: xancletes, banyador, samarreta i pantalons curts o de xandall.

No podran menjar a la platja de la piscina i respectaran els horaris d'entrada i sortida de la competició.

9. L'ORGANITZACIÓ I EL COMITÈ DE VALORACIÓ

9.1. L'Organització

L'Organització marcarà les dates de les jornades, convocarà els Comitès de Valoració i el personal col·laborador, elaborarà els horaris i l'ordre d'actuació dels i les participants.

Vetllarà pel correcte desenvolupament de l'activitat.

Com a màxim responsable, resoldrà qualsevol imprevist que pugui sorgir durant el transcurs de la competició.

Servirà de canal per fer arribar les reclamacions al Comitè Tècnic o a la persona que correspongui.

Només es comunicarà amb l'Equip Tècnic o Responsables de les entitats, en cap cas amb familiars o acompanyants.

9.2. El Comitè de Valoració

Els Comitès de Valoració seran personal format pel CEEB amb la col·laboració de la FCN.

Els i les membres dels Comitè de Valoració es formaran i reciclaran cada nova temporada per tal de poder valorar el desenvolupament de cada curs. Han d'estar completament al dia del nivell tècnic del personal tècnic i de l'evolució dels i les participants.

Funcions i deures del Comitè de Valoració:

- Ser puntuals a l'hora convocada.
- Participar en la reunió de jutges abans de la competició.
- Utilitzar la roba establerta pel CEEB.
- Portar la Normativa Tècnica i el Reglament.
- Participar en l'entrega de guardons de la competició.

Criteris objectius de cada membre del Comitè:

- Avaluar cada exercici de forma ràpida, amb objectivitat i ètica, i davant del dubte donar el benefici al o la esportista.
- Ser, en tot moment, imparcial i neutral.
- Puntuar únicament els exercicis que està veient, sense deixar-se influir per la reputació, fama o actuacions anteriors de l'equip.
- Puntuar amb absoluta independència (cada membre del Comitè és l'únic i absolut responsable de la seva nota).
- No comentar, debatre o discutir amb cap persona sobre les seves actuacions o les de qualsevol altre persona valoradora.
- No utilitzar mai puntuacions prèviament preparades.
- No puntuar mai per sota del 2,0
  ***Normativa CEC**

*El Comitè de Valoració de Natació Artística del CEEB, puntua d'acord amb l'establert en aquest Reglament Tècnic i en el seu defecte, es regeix pel Reglamento de Natación Artística de la Real Federación Española de Natación: https://cdn.leverade.com/files/mrrWgSZ2sz.pdf

10. LA TROBADA

La Trobada/Exhibició de Natació Artística té com a objectiu principal incentivar la idea de practicar esport sense pensar en el resultat ni en les puntuacions, motivar als i les participants a que continuïn amb la pràctica d'aquesta modalitat i despertar l'interès per l'activitat física i l'esperit d'autosuperació personal i grupal que implica l'actuació davant d'un públic.

A la Trobada s'adapten les normes i es potencia la motivació dels i les esportistes, equip tècnic i familiars per damunt de tot. És el millor dels escenaris per lluir la feina que s'ha estat realitzant durant tot el curs.

Hi poden participar esportistes ja iniciades en l'esport com participants que tot just acaben de començar.

11. GUARDONS

Competició de Figures: Obtindran una medalla les tres primeres posicions de cada categoria i sexe.

Competició de Rutines Tècniques: Obtindran una copa els tres primers equips classificats en cada categoria i nivell i una medalla els i les components del grup.

Competició de Rutines Lliures: Obtindran una copa els tres primers equips classificats en cada categoria i nivell i una medalla els i les components del grup.

Trobada: Obtindran un Diploma personalitzat de participació tots els i les esportistes.

12. RECLAMACIONS I CONTACTE

Qualsevol dubte, qüestió i/o reclamació respecte als resultats d'alguna competició, classificació, etc. es podran notificar per correu electrònic: natacioartistica@ceeb.cat

Per debatre i proposar canvis en el sistema de competició, normativa o reglament, es farà de manera presencial a la reunió d'entitats i d'equip tècnic de principi de curs. Departament d'Esports Individuals Tel. 93 511 20 40