



Federación Puertorriqueña de Natación Comité Técnico de Natación

Reglas para los LXVIII Campeonatos Nacionales de Piscina Larga Mayores 2025

Lugar: Natatorio de San Juan

Fecha: 5 al 8 de junio 2025

Reglas: a. Reglas vigentes para Natación World Aquatics (WA)
b. Constitución de la Federación Puertorriqueña de Natación (FPN)
c. Reglas para Competencias de Natación (FPN)
d. Reglas especiales para los Campeonatos

Director(a) de la Competencia:

1. Reglas Administrativas

- 1.1. Será elegible todo aquel nadador debidamente inscrito en la FPN antes del 9 de mayo de 2025.
- 1.2. No se permitirá la participación de atletas extranjeros, según el reglamento de la Comisión de Registro de la FPN (Sesión 7, inciso 7.2).
- 1.3. No habrá límite de nadadores por equipo.
- 1.4. No se permitirán eventos especiales ni nado de exhibición.
- 1.5. No habrá tiempo de descanso o recuperación entre eventos.
- 1.6. Las marcas completadas desde el 1 de enero de 2024 hasta 18 de mayo de 2025 serán vigentes para ser utilizadas como tiempo de inscripción con excepción de los 800mts. y 1500 mts. Estos últimos dos mencionados se aceptarán únicamente marcas completadas en el año 2025.

2. Tiempos de Inscripción

- 2.1. Los tiempos de inscripción serán los mejores logrados en piscina de 50 mts. desde el 1 enero de 2024 hasta 18 de mayo de 2025.
- 2.2. Se utilizarán los siguientes tiempos mínimos establecidos por la Comisión Técnica de Natación:
- 2.3. Eventos de Estilo Libre; marca Nacional según la Tabla de Tiempos de la FPN
- 2.4. Eventos estilos Espalda, Mariposa, Pecho; marca Intermedio según la Tabla de Tiempos de la FPN
- 2.5. Todos los tiempos deberán haber sido completados en competencias reconocidas por la FPN. Aquellos nadadores que presenten tiempos hechos fuera de Puerto Rico deberán presentar Evidencia de Tiempo "Proof of Time", antes del 18 de mayo de 2025.
No se aceptarán tiempos convertidos de "Short Course Meter" (SCM) / "Short Course Yards" (SCY) a "Long Course Meter" (LCM).

3. Inscripciones

- 3.1. Será elegible todo aquel nadador que cumpla con los tiempos mínimos establecidos. Los mismos serán informados en el "psych sheet" una vez culminado el período de inscripción.



- 3.2. Se competirá en los siguientes grupos de edades:
 - 13 - 14, 15 - 16, 17 y más, para eventos individuales
 - 13 - 14, 15 - 17, 18 y más, para los eventos de relevos
- 3.3. Para las categorías de 13 - 14, 15 - 16, 17 y más, habrá un límite de tres (3) eventos individuales y un (1) relevo, por día de competencia para cada nadador.
- 3.4. Habrá un límite de un (1) relevo por equipo, género y grupo de edad.
- 3.5. Nadadores elegibles que residan fuera de Puerto Rico deberán participar al menos en una competencia de la temporada 2025.
- 3.6. La fecha límite para entregar las inscripciones será el 23 de mayo de 2025 a las 7:30pm.
- 3.7. Las inscripciones serán enviadas por correo electrónico a:
natacionentries@natacionpr.org.
- 3.8. Las inscripciones deberán ser entregadas en un archivo de "Team Manager" que incluirá los eventos individuales y los relevos. También, un "Master List" en formato PDF, que indique la Evidencia de Tiempo "Proof of Time" de dónde y cuándo el nadador completó la marca.
- 3.9. No se aceptarán inscripciones enviadas después de la fecha y hora establecida.
- 3.10. De estar disponible, el jueves 29 de mayo 2025 se publicará en la página web de la FPN el listado de nadadores inscritos por evento "psych sheet". También será enviado por email a los delegados de cada equipo.
- 3.11. Los retiros de nadadores sin penalidad administrativa serán como siguen:
 - Retiro de nadador preliminar – Los entrenadores o delegados tendrán hasta 45 minutos antes del comienzo de la sesión de competencia (4:15 pm) para completar y entregar una Hoja de Retiro firmada. Ver anejo A.
 - Retiro de nadador en las finales - Los entrenadores o delegados tendrán hasta 30 minutos luego de finalizar la sesión preliminar para completar y entregar una Hoja de Retiro firmada. Esta regla también aplica para los nadadores alternos. Ver anejo A.
- 3.12. Se aplicará una multa administrativa de \$20.00 al nadador que no sea retirado dentro de los parámetros establecidos para las sesiones preliminares y finales.
- 3.13. Las multas administrativas deberán ser pagadas en su totalidad al finalizar cada sesión. De lo contrario, el nadador no podrá continuar participando de la competencia.

4. Periodos de Calentamiento

- 4.1. El calentamiento será abierto.
- 4.2. Los nadadores deberán entrar al agua desde el borde y de pie.
- 4.3. Las salidas se completarán únicamente desde el área de los 100 metros
- 4.4. Los virajes se completarán únicamente desde el área de los 50 metros.
- 4.5. En los calentamientos de las sesiones finales sólo podrán participar aquellos que compitan, particularmente, en esa sesión.



5. Sembrados

5.1. Eventos Individuales:

- 5.1.1. Las reglas de los sembrados son las estipuladas en las Reglas Generales de Natación, con excepción de los eventos de 800 mts. y 1500 mts. libres.
- 5.1.2. Durante las sesiones de preliminares se nadará en la categoría de edad de 13 y más. No obstante, las finales serán por grupo de edad.
- 5.1.3. Si en algún grupo de edad hay inscritos ocho (8) atletas o menos, este evento pasará directo a final.
- 5.1.4. La Comisión Técnica de Natación evaluará los sembrados y preparará los programas de competencias.
- 5.1.5. Pasarán a la sesión de finales los primeros ocho (8) tiempos de la sesión preliminar, de cada evento por grupos de edad.
- 5.1.6. Solamente los nadadores en las posiciones 9 y 10 de cada grupo de edad, quedarán como primer y segundo alternos.
- 5.1.7. De algún alternativo participar de la final, el evento no será resembrado.
- 5.1.8. Los entrenadores o delegados de los nadadores inscritos en los eventos de 800 y 1500 metros libre tendrán hasta 45 minutos antes de comenzar la competencia, para retirar sus nadadores sin incurrir en la penalidad administrativa previamente mencionada.
- 5.1.9. Solo se considerarán para inscribirse en los 800 y 1500 los primeros doce (12) atletas por edad y género, siempre y cuando el tiempo haya sido completado en el año 2025 con la marca Intermedio de su respectiva categoría.
- 5.1.10. Los mejores 8 tiempos inscritos en las categorías de 13 y más, en los eventos de 800 mts. y 1500 mts. libres nadarán en la sesión final. Los restantes nadadores nadarán en la sesión preliminar.
- 5.1.11. Se utilizarán las marcas logradas en ambas sesiones (preliminar y final), para determinar las ocho (8) primeras posiciones por grupo de edad en los eventos de de 800 mts. y 1500 mts. libres
- 5.1.12. Habrá un área de sembrado para la sesión de las finales.
- 5.1.13. Los nadadores deberán estar presentes en el área de sembrado, incluyendo los nadadores alternos, y reportados al Oficial Mayor tres (3) series antes de su evento. De no estar presente, el Oficial Mayor procederá a confirmar su ausencia por doble cotejo.
- 5.1.14. Si el Oficial Mayor confirma la ausencia de un nadador, éste procederá a sustituirlo con el primer alternativo según el programa de las finales. Del primer alternativo no encontrarse en el área de sembrado, se procederá a sustituir con el segundo alternativo. Estos cambios serán reportados inmediatamente al Árbitro.
- 5.1.15. De no haber ningún nadador alternativo presente en el área de sembrado, el evento se nadará con los finalistas reportados.

5.2. Eventos de Relevos:

- 5.2.1. La composición de los relevos de un equipo, únicamente, será compuesta por nadadores que participen de los Campeonatos en eventos individuales.



- 5.2.2.** De surgir alguna situación de emergencia, se discutirá la situación con el árbitro de la competencia y este, a su vez, consultará con el Oficial de Manejo y con los miembros de la Comisión Técnica de Natación.
- 5.2.3.** Se podrá solicitar un tiempo parcial “split” siempre y cuando cumpla con la regla 2.13.4 de las Reglas Generales de Natación. La solicitud se debe presentar por escrito al Técnico de Manejo en la Hoja de Relevos con el tiempo del atleta y el tiempo a lograr.

6. Puntuación

6.1. La puntuación para los eventos individuales y relevos será:

Posición	Puntuación Individual	Puntuación Relevos
1	15	15
2	10	10
3	8	8
4	5	5
5	4	4
6	3	3
7	2	2
8	1	1

7. Premiaciones

- 7.1.** Se otorgarán medallas a las primeras tres posiciones por evento, grupo de edad y género.
- 7.2.** Se otorgarán los siguientes premios al finalizar la competencia:
- 7.2.1.** Mejor anotador por género y grupo de edad.
 - 7.2.2.** Equipo de mejor puntuación por género y grupo de edad
 - 7.2.3.** Primer, segundo y tercer equipo por puntuación global
 - 7.2.4.** Premio de Excelencia al equipo
 - 7.2.5.** Premio de Excelencia Individual otorgado al nadador que logre la mayor puntuación en un evento individual.

8. Protocolo de premiación

- 8.1.** Las premiaciones se harán al finalizar cada bloque de eventos.
- 8.2.** Se premiará en podio las primeras tres posiciones por evento.
- 8.3.** Para la ceremonia de premiación, los atletas deberán presentarse en el podio con camisa y/o sudadera, y zapatos.
- 8.4.** Durante la ceremonia de premiación, no se permitirá el uso de la piscina de competencias.

Todos los aspectos no cubiertos en esta regla serán evaluados y decididos por la Comisión Técnica de Natación y el Comité Ejecutivo de la FPN.



9. Orden de eventos
9.1. Primer día

Preliminares Jueves, 5 de junio de 2025 – Eliminatorias 9:00am / Finales 4:00pm

EVENTO	EDAD	DESCRIPCIÓN	Tiempo Mínimo
1-2	13-14	1500 Libres	Top 8
3-4	15-16	1500 Libres	Top 8
5-6	17 y más	1500 Libres	Top 8
7-8	13-14	200 Dorso	3:13.66 / 2:55.71
9-10	15-16	200 Dorso	3:01.32 / 2:44.52
11-12	17 y más	200 Dorso	2:48.99 / 2:33.33
15-16	13-14	100 Mariposa	1:27.10 / 1:17.64
17-18	15-16	100 Mariposa	1:21.56 / 1:12.69
19-20	17 y más	100 Mariposa	1:16.01 / 1:07.75
23-24	13-14	200 Libres	2:46.08 / 2:29.94
25-26	15-16	200 Libres	2:34.78 / 2:19.74
27-28	17 y más	200 Libres	2:23.49 / 2:09.54
31-32	13-14	800 Relevos Libres	
33-34	15-17	800 Relevos Libres	
35-36	18 y más	800 Relevos Libres	



9.2. Segundo Día

Preliminares Viernes, 7 de junio de 2024 – Eliminatorias 9:00am / Finales 4:00pm

# EVENTO	EDAD	DESCRIPCIÓN	Tiempo Mínimo
38-39	13-14	200 Relevos Libres	
40-41	15-17	200 Relevos Libres	
42-43	18 y más	200 Relevos Libres	
44-45	13-14	800 Libres	Top 8
46-47	15-16	800 Libres	Top 8
48-49	17 y más	800 Libres	Top 8
50-51	13-14	200 Combinado Individual	3:18.01 / 2:58.98
52-53	15-16	200 Combinado Individual	3:05.40 / 2:47.58
54-55	17 y más	200 Combinado Individual	2:52.78 / 2:36.18
56-57	13-14	50 Mariposa	38.35 / 34.96
58-59	15-16	50 Mariposa	35.91 / 32.74
60-61	17 y más	50 Mariposa	33.47 / 30.51
62-63	13-14	200 Pecho	3:38.15 / 3:18.01
64-65	15-16	200 Pecho	3:24.26 / 3:05.40
66-67	17 y más	200 Pecho	3:10.36 / 2:52.78
68	13-14	200 Relevos Combinado Mixto	
69	15-17	200 Relevos Combinado Mixto	
70	18 y más	200 Relevos Combinado Mixto	



9.3. Tercer Día

Preliminares Sábado, 8 de junio de 2024 – Eliminatorias 9:00am / Finales 4:00pm

# EVENTO	EDAD	DESCRIPCIÓN	Tiempo Mínimo
71-72	13-14	200 Relevos Comb.	
73-74	15-17	200 Relevos Comb.	
75-76	18 y más	200 Relevos Comb.	
77-78	13-14	400 Libre	5:47.60 / 5:23.50
79-80	15-16	400 Libre	5:23.95 / 5:01.50
81-82	17 y más	400 Libre	5:00.30 / 4:39.49
83-84	13-14	50 Dorso	42.36 / 37.37
85-86	15-16	50 Dorso	39.66 / 34.99
87-88	17 y más	50 Dorso	36.96 / 32.61
89-90	13-14	200 Mariposa	3:11.24 / 2:53.85
91-92	15-16	200 Mariposa	2:59.06 / 2:42.77
93-94	17 y más	200 Mariposa	2:46.88 / 2:31.70
95-96	13-14	100 Pecho	1:40.68 / 1:29.30
97-98	15-16	100 Pecho	1:34.27 / 1:23.61
99-100	17 y más	100 Pecho	1:27.86 / 1:17.93
101-102	13-14	50 Libre	34.79 / 30.74
103-104	15-16	50 Libre	32.43 / 28.66
105-106	17 y más	50 Libre	30.06 / 26.55
107-108	13-14	400 Relevos Libre	
109-110	15-17	400 Relevos Libre	
111-112	18 y más	400 Relevos Libre	



9.4. Cuarto Día

Preliminares Domingo, 9 de junio de 2024 – Eliminatorias 9:00am / Finales 4:00pm

# EVENTO	EDAD	DESCRIPCIÓN	Tiempo Mínimo
113-114	13-14	200 Relevos Mixto Libre	
115-116	15-17	200 Relevos Mixto Libre	
117-118	18 y más	200 Relevos Mixto Libre	
119-120	13-14	400 Combinado Individual	6:58.18 / 6:22.83
121-122	15-16	400 Combinado Individual	6:31.55 / 5:58.44
123-124	17 y más	400 Combinado Individual	6:04.91 / 5:34.06
125-126	13-14	100 Libre	1:16.01 / 1:08.96
127-128	15-16	100 Libre	1:10.80 / 1:04.27
129-130	17 y más	100 Libre	1:05.67 / 59.57
131-132	13-14	50 Pecho	46.00 / 40.74
133-134	15-16	50 Pecho	43.07 / 38.15
135-136	17 y más	50 Pecho	40.14 / 35.55
137-138	13-14	100 Dorso	1:30.20 / 1:21.40
139-140	15-16	100 Dorso	1:24.45 / 1:16.22
141-142	17 y más	100 Dorso	1:18.71 / 1:11.03
143-144	13-14	400 Relevos Combinado	
145-146	15-17	400 Relevos Combinado	
147-148	18 y más	400 Relevos Combinado	