



**Federación Puertorriqueña de Natación
Comité Técnico de Natación**

Reglas para los LXIX Campeonatos Nacionales de Piscina Larga Mayores 2026

Lugar: Natatorio San Juan

Fecha: 28 al 31 de mayo de 2026

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

1. Reglas Administrativas

- 1.1. Será elegible todo aquel nadador debidamente inscrito en la FPN en o antes del 24 de abril de 2026.
- 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 2025 hasta 3 de mayo de 2026 serán vigentes para ser utilizadas como tiempo de inscripción.

2. Tiempos de Inscripción

- 2.1. Los tiempos de inscripción serán los mejores logrados en piscina de 50 mts. desde el 1 enero de 2025 hasta 3 de mayo de 2026.
- 2.2. Los nadadores de los grupos de edades de 13 años y más deberán haber logrado el tiempo Nacional A de la Tabla de Tiempos (vigente al 2026).
- 2.3. 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 3 de mayo de 2026.
- 2.4. Se aceptarán tiempos en yardas siempre y cuando se someta el "PROOF OF TIME" del tiempo logrado dentro de la fecha requerida y que cumpla con las marcas mínimas para tiempos en yardas provista por la FPN en la tabla de Orden de Eventos y Tiempos Mínimos Requeridos en este reglamento.

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 y 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 antes de los campeonatos 2026.
- 3.6. La fecha límite para entregar las inscripciones será **el miércoles, 13 de mayo de 2026 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 sábado, 16 de mayo 2026 se publicará el listado de nadadores inscritos por evento "psych sheet".
- 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 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 m y 1500 m. 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.** Todos los eventos se nadarán en preliminares y finales, con excepción de los eventos de 800 m libre, 1500 m libre y los relevos.
- 5.1.4.** Todos los relevos pasaran a nadar en las finales.
- 5.1.5.** El Comité Técnico de Natación evaluará los sembrados y preparará los programas de competencias.
- 5.1.6.** Pasarán a la sesión de finales los primeros ocho (8) tiempos de la sesión preliminar, de cada evento por grupos de edad.
- 5.1.7.** Solamente los nadadores en las posiciones 9 y 10 de cada grupo de edad, quedarán como primer y segundo alternos.
- 5.1.8.** De algún alternativo participar de la final, el evento no será resembrado.
- 5.1.9.** Los entrenadores o delegados de los nadadores inscritos en los eventos de 800 y 1500 metros libre tendrán hasta las 7:00 p.m. del martes, 26 de mayo de 2026 para retirar sus nadadores sin incurrir en la penalidad administrativa previamente mencionada.
- 5.1.10.** Solo se considerarán para inscribirse en los 800 y 1500 metros los primeros doce (12) atletas por edad y género, pero solo serán elegible los mejores ocho (8) atletas inscritos para competir.
- 5.1.11.** Los mejores 8 tiempos inscritos elegible, en las categorías de 13 y más, en los eventos de 800 m y 1500 m libres nadarán en la sesión final. Los restantes nadadores nadarán en la sesión preliminar.
- 5.1.12.** Se utilizarán las marcas logradas en ambas sesiones inscritas elegibles (preliminar y final), para determinar las ocho (8) primeras posiciones por grupo de edad en los eventos de 800 m y 1500 m libres.
- 5.1.13.** Habrá un área de sembrado para la sesión de las finales.
- 5.1.14.** 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.

- 5.1.15.** 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.
- 5.1.16.** 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 presentará la situación con el árbitro de la competencia y este, a su vez, consultará con el Oficial de Manejo.
- 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 Oficial 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 (este premio está basado con un mínimo



de 10 nadadores inscritos en la competencia)

- 7.2.5.** Premio de Excelencia Individual otorgado al nadador o nadadora que logre la mayor puntuación World Aquatics 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 calzados.

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



ORDEN DE EVENTOS Y TIEMPOS MÍNIMOS REQUERIDOS

Primer día: jueves, 28 de mayo de 2026 Eliminatorias 9:00am / Finales 5:00pm

EVENTO	CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	Tiempo Mínimo FEMENINO metros	Tiempo Mínimo MASCULINO metros	Tiempo Mínimo FEMENINO yardas	Tiempo Mínimo MASCULINO yardas
1-2	13-14	1500L/1650Y	22:33.10	21:20.39	22:06.56	20:55.28
3-4	15 -16	1500L/1650Y	21:01.06	19:53.30	20:36.33	19:29.90
5-6	17 y más	1500L/1650Y	19:29.00	18:26.19	19:06:07	18:04.50
7-8	13-14	200 D	3:01.32	2:44.52	2:41.18	2:26.05
9-10	15-16	200 D	2:48.99	2:33.33	2:30.08	2:15.97
11-12	17 y más	200 D	2:36.65	2:22.14	2:18.96	2:05.89
13-14	13-14	100 M	1:21.56	1:12.69	1:12.21	1:04.22
15-16	15-16	100 M	1:16.01	1:07.75	1:07.21	59.77
17-18	17 y más	100 M	1:10.46	1:02.80	1:02.21	55.31
19-20	13-14	200 L	2:46.08	2:29.94	2:26.73	2:12.19
21-22	15-16	200 L	2:34.78	2:19.74	2:16.55	2:03.00
23-24	17 y más	200 L	2:23.49	2:09.54	2:06.38	1:53.81
25-26	13-14	800 L Relevé				
27-28	15-16	800 L Relevé				
29-30	17 y más	800 L Relevé				



ORDEN DE EVENTOS Y TIEMPOS MÍNIMOS REQUERIDOS

Segundo día: viernes, 29 de mayo de 2026 Eliminatorias 9:00am / Finales 5:00pm

EVENTO	CATEGORIA	DESCRIPCIÓN	Tiempo Mínimo FEMENINO metros	Tiempo Mínimo MASCULINO metros	Tiempo Mínimo FEMENINO yardas	Tiempo Mínimo MASCULINO yardas
31-32	13-14	200 L Relevé				
33-34	15 -16	200 L Relevé				
35-36	17 y más	200 L Relevé				
37-38	13-14	800 L/1000 Y	11:52.64	11:04.62	13:18.47	12:24.67
39-40	15 -16	800 L/1000 Y	11:04.16	10:19.40	12:24.15	11:34.00
41-42	17 y más	800 L/1000 Y	10:15.68	9:34.19	11:29.83	10:43.35
43-44	13-14	200 CI	3:04.40	2:47.58	2:43.24	2:28.09
45-46	15 -16	200 CI	2:52.78	2:36.18	2:32.77	2:17.81
47-48	17 y más	200 CI	2:40.17	2:24.78	2:21.41	2:07.54
49-50	13-14	50 M	35.91	32.74	31.72	28.86
51-52	15 -16	50 M	33.47	30.51	29.52	26.85
53-54	17 y más	50 M	31.03	28.28	27.32	24.84
55-56	13-14	200 P	3:24.26	3:05.40	3:00.41	2:43.42
57-58	15 -16	200 P	3:10.36	2:52.78	2:47.89	2:32.05
59-60	17 y más	200 P	2:56.47	2:40.17	2:35.37	2:20.69
61	13-14	200 C Relevé Mixto				
62	15 -16	200 C Relevé Mixto				
63	17 y más	200 C Relevé Mixto				



ORDEN DE EVENTOS Y TIEMPOS MÍNIMOS REQUERIDOS

Tercer Día: sábado, 30 de mayo de 2026 Eliminatorias 9:00am / Finales 5:00pm

EVENTO	CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	Tiempo Mínimo FEMENINO metros	Tiempo Mínimo MASCULINO metros	Tiempo Mínimo FEMENINO yardas	Tiempo Mínimo MASCULINO yardas
64-65	13-14	200 C Relevé				
66-67	15 -16	200 C Relevé				
68-69	17 y más	200 C Relevé				
70-71	13-14	400 L/500 Y	5:47.60	5:23.50	6:29.46	6:02.46
72-73	15 -16	400 L/500 Y	5:23.95	5:01.50	6:02.96	5:37.81
74-75	17 y más	400 L/500 Y	5:00.30	4:39.49	5:36.47	5:24.35
76-77	13-14	50 D	39.66	34.99	35.18	30.98
78-79	15 -16	50 D	36.96	32.61	32.75	28.83
80-81	17 y más	50 D	34.26	30.23	30.32	26.69
82-83	13-14	200 M	2:59.06	2:42.77	2:38.79	2:24.11
84-85	15 -16	200 M	2:46.88	2:31.70	2:27.81	2:14.14
86-87	17 y más	200 M	2:34.70	2:20.63	2:16.84	2:04.17
88-89	13-14	100 P	1:34.27	1:23.61	1:23.12	1:13.52
90-91	15 -16	100 P	1:27.86	1:17.93	1:17.35	1:08.40
92-93	17 y más	100 P	1:21.44	1:12.24	1:11.56	1:03.27
94-95	13-14	50 L	34.79	30.74	30.62	26.97
96-97	15 -16	50 L	32.43	28.64	28.49	25.08
98-99	17 y más	50 L	30.06	26.55	26.36	23.19
100-101	13-14	400 L Relevé				
102-103	15 -16	400 L Relevé				
104-105	17 y más	400 L Relevé				



ORDEN DE EVENTOS Y TIEMPOS MÍNIMOS REQUERIDOS

Cuarto Día: domingo, 31 de mayo de 2026 Eliminatorias 9:00am / Finales 5:00pm

EVENTO	CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN	Tiempo Mínimo FEMENINO metros	Tiempo Mínimo MASCULINO metros	Tiempo Mínimo FEMENINO yardas	Tiempo Mínimo MASCULINO yardas
106	13-14	200 L Relevé Mixto				
107	15 -16	200 L Relevé Mixto				
108	17 y más	200 L Relevé Mixto				
109-110	13-14	400 CI	6:31.55	5:58.44	5:46.98	5:17.15
111-112	15 -16	400 CI	6:04.91	5:34.06	5:22.98	4:55.18
113-114	17 y más	400 CI	5:38.28	5:09.68	4:58.99	4:33.22
115-116	13-14	100 L	1:16.01	1:08.96	1:07.03	1:00.68
117-118	15 -16	100 L	1:10.80	1:04.26	1:02.34	56.45
119-120	17 y más	100 L	1:05.67	59.57	57.72	52.22
121-122	13-14	50 P	43.07	38.15	37.90	33.46
123-124	15 -16	50 P	40.14	35.55	35.26	31.12
125-126	17 y más	50 P	37.21	32.96	32.62	28.78
127-128	13-14	100 D	1:24.45	1:16.22	1:15.00	1:07.58
129-130	15 -16	100 D	1:18.71	1:11.03	1:09.82	1:02.90
131-132	17 y más	100 D	1:12.96	1:05.85	1:04.64	58.24
133-134	13-14	400 C Relevé				
135-136	15 -16	400 C Relevé				
137-138	17 y más	400 C Relevé				

****Todos los aspectos no cubiertos en estas reglas serán evaluados y decididos por el Comité Técnico de Natación y el Comité Ejecutivo de la FPN.*