

CIRCULAR 24/2026  
TÉCNICA

**PROGRAMA DE PRUEBAS PARA LA SEXTA JORNADA DE LA LIGA DE NAVARRA DE PROMESAS, CATEGORÍA BENJAMIN, XXXIX JUEGOS DEPORTIVOS DE NAVARRA, QUE SE CELEBRARÁ EL SÁBADO 18 DE ABRIL DE 2026 A LAS 15.30 H.**

**ORDEN DE PRUEBAS.-**

- 49.- 200 m. estilos masculino 11 años (15)
- 50.- 200 m. estilos femenino 11 años (15)
- 51.- 200 m. libre masculino 10 años (16, 17...)
- 52.- 200 m. libre femenino 10 años (16, 17...)
- 53.- 50 m. libre masculino 11 años (15)
- 54.- 50 m. libre femenino 11 años (15)
- 55.- 75 m. mariposa masculino 10 años (16, 17...)
- 56.- 75 m. mariposa femenino 10 años (16, 17...)
- 57.- 30 m. espalda masculino 10 años (16, 17...)
- 58.- 30 m. espalda femenino 10 años (16, 17...)
- 59.- 4x100 m. estilos masculino (15, 16...)
- 60.- 4x100 m. estilos femenino (15, 16...)

**SEDE "A"**

**Arenas SDR (Tudela), 25 m. y 6 calles**

- Amaya C.D.
- Arenas S.D.R.
- Tafalla C.N
- Campoamor C.D.
- Echavacoiz SDC
- Mendialdea
- Tennis C.

**SEDE "B"**

**Altsasu Municipal, 25 m. y 6 calles**

- Sakana
- Lodosa C.P.
- Pamplona C.N.
- Anaitasuna SCDR
- Aranguren
- Burlada CN
- Lagunak
- Oberena
- Bisaires
- Ardoi

**INSCRIPCIONES.-** Se harán a través de la plataforma [FEDERATIO](https://federatio.com), antes de las 18 horas del **lunes** 13 de abril de 2026. Para dichas inscripciones se seguirán las instrucciones de la Circular 0/2026, Técnica y se utilizarán los impresos que en dicha circular figuran.

**BAJAS.-** Según lo dispuesto en la Circular 0/2026, Técnica.

**PARTICIPACIÓN.-** La participación será libre, cada club podrá inscribir a cuantos nadadores desee, siempre que lo haga a las pruebas correspondientes a su año de nacimiento y/o categoría.

**NO HABRÁ TOPES. Cada club participará en la sede que le corresponda.**

Cada nadador podrá participar en un máximo de **DOS** pruebas individuales.

Se podrán inscribir tantos equipos de relevos como deseen los clubes, pero solo puntuará uno (el primer equipo clasificado de cada club). Los nadadores deberán tener la edad correspondiente a la prueba, no admitiéndose la participación de ningún equipo de relevos que no cumpla el anterior requisito.

**PUNTUACIÓN.-** Prueba puntuable para el CAMPEONATO NAVARRO DE CLUBES. Se establecerá una clasificación final por clubes de la Liga de Navarra de Promesas / XXXIX Juegos Deportivos de Navarra, que será el resultado de la suma de las puntuaciones convertidas conseguidas por cada club en cada jornada.

Se establece una clasificación individual por puntos (Tabla FINA) que se obtendrá sumando los puntos obtenidos por cada nadador en cada prueba, puntuando los seis primeros de cada prueba.



FEDERACIÓN NAVARRA DE NATACIÓN  
NAFARROAKO IGERIKETA FEDERAZIOA

NKJ  
Nafarroako  
Kirol  
Jokoak



JDN  
Juegos  
Deportivos  
de Navarra

CIRCULAR 24/2026  
TÉCNICA

Se contemplan las siguientes clasificaciones:

- masculino 11 años (15)
- masculino 10 años y menores (16, 17...)
- femenino 11 años (15)
- femenino 10 años y menores (16, 17...)

#### ESPECIFICACIONES TECNICAS PRUEBA 75/30 M.

Para la prueba de 75 m mariposa/30 m espalda se adjuntan las siguientes consideraciones técnicas a observar.

Salida:

- Apnea mínima hasta los 5m previo deslizamiento de 2 segundos desde la entrada al agua y tres patadas mariposa antes del inicio del nado, posición del cuerpo alineada cabeza entre los brazos, primera brazada sin respirar.

Viraje:

- Viraje: Correcto: Apnea mínima hasta los 5m previo deslizamiento de 2 segundos desde la entrada al agua y tres patadas mariposa antes del inicio del nado, posición del cuerpo alineada cabeza entre los brazos, primera brazada sin respirar.