



**Club  
El Rincón  
de Cajicá**

## **X COPA INTERCLUBES DE NATACIÓN CLUB EL RINCÓN DE CAJICÁ**

Se celebrará en el Club El Rincón de Cajicá el 28 y 29 de marzo de 2025. Este evento permitirá a los nadadores de categorías infantil, juvenil y mayores de distintos clubes en Cundinamarca y Colombia desarrollar habilidades técnicas y fomentar la convivencia entre atletas.

### **Detalles del Evento:**

**Piscina:** Semiolímpica cubierta, 25 metros, con 6 carriles.

### **Horario:**

- **Viernes 28 de marzo:**
  - 4:30 p.m.: Calentamiento
  - 5:30 p.m.: Desfile de inauguración
  - 6:00 p.m.: Inicio de competencias (primera jornada)
- **Sábado 29 de marzo:**
  - 2:00 p.m.: Calentamiento
  - 3:00 p.m.: Inicio de competencias (segunda jornada)

### **OBJETIVOS:**

1. **Desarrollar Habilidades Técnicas:** Permitiendo que los jóvenes nadadores practiquen y perfeccionen sus habilidades técnicas en un ambiente competitivo, identificando áreas de mejora y fortaleciendo su preparación para competiciones de nivel superior.
2. **Promover la Convivencia y el Respeto entre Atletas:** permitir conocer a otros nadadores, establecer nuevas amistades y aprender a respetar a sus competidores.

**ORGANIZACIÓN:** Estará a cargo del Comisario y profesionales del área. Para mayor información, comuníquese con el Club El Rincón de Cajicá al teléfono 8664901 ext. 401, 601, en la oficina de deportes.

Coordinador del área: Oscar Casallas Cel. 3112373863.  
 Profesora: Jenniffer Silva Cel. 3003299149.  
 Profesora: Camila Castañeda Cel. 3193466638.

### Inscripciones:

- Las inscripciones se realizarán en la página web de la Liga de Natación de Bogotá (<https://liganatacionbogota.com/>) en el enlace " X Copa Interclubes Club El Rincón."
- **Fecha límite:** Lunes 24 de marzo de 2025 a las 23:59. No se permitirán retiros una vez inscritos los nadadores.
- **Cupo limitado a 200 nadadores:** Las inscripciones se cerrarán automáticamente al alcanzar este número, sin importar la fecha límite.

### CATEGORÍAS:

**Nota:**

Las categorías de los nadadores seguirán las normas establecidas por la Federación Colombiana de Natación (FECNA).

Categorías X Copa Club El Rincón				
DAMAS		GRUPOS Y EDADES	VARONES	
CATEGORIAS	AÑOS DE NACIMIENTO		CATEGORIAS	AÑOS DE NACIMIENTO
10 AÑOS	2015	INFANTIL A	10 AÑOS	2015
11 AÑOS	2014		11 AÑOS	2014
12 AÑOS	2013	INFANTIL B	12 AÑOS	2013
13 AÑOS	2012		13 AÑOS	2012
14 AÑOS	2011	JUVENIL A	14 AÑOS	2011
15 AÑOS	2010		15 AÑOS	2010
16 AÑOS	2009	JUVENIL B	16 AÑOS	2009
17 AÑOS	2008		17 AÑOS	2008
18 HASTA 24	2007 - 2001	MAYORES	18 HASTA 24	2007 - 2001

### Valor de la Inscripción:

- **Club participante:** \$158,000 (IVA incluido)
- **Nadador:** \$148,000 (IVA incluido) - incluye inscripción y un obsequio.

**Método de pago:** Podrá hacerse durante el evento en las cajas del club o a través de factura electrónica, que debe solicitarse con anticipación.

### Congreso Técnico:

El congreso técnico será virtual el miércoles 26 de marzo a las 8:00 p.m., y el enlace será proporcionado por la organización.

### Reglamento e Información General:

1. El torneo se regirá por las reglas de **World Aquatics** y la normativa de la **FECNA**.
2. Todas las pruebas serán finales y se premiarán por categoría.
3. Habrá dos jornadas de competencias: viernes en la tarde y sábado en la tarde.
4. Los nadadores en categorías infantil, juvenil y mayores pueden realizar hasta dos pruebas individuales por jornada y participar en relevos.
5. Se permite la participación de nadadores no afiliados a la Liga.
6. El congreso técnico será virtual, dos días antes del evento.
7. Cada jornada incluirá tres turnos de calentamiento de 20 minutos para organizar y dar seguridad al mismo.
8. El sábado, entrenadores y jueces están invitados a un almuerzo cortesía de la organización.
9. Los clubes participantes son responsables del comportamiento de sus nadadores y acompañantes en las instalaciones.
10. Cada club puede registrar dos acompañantes por nadador en un formato de Google Forms, con los números de cédula.
11. Entrenadores y jueces deberán usar calzado tipo "cros" o sandalias en el área del torneo.
12. **Parqueo:** habrá áreas de estacionamiento gratuitas en el acceso al club, con apoyo del equipo de seguridad.
13. **Alimentos y bebidas:** No se permite el ingreso de alimentos ni bebidas; el club ofrecerá servicio de restaurante.

## Premiación:

- **Medallas:** Se otorgarán medallas de oro, plata y bronce en las pruebas individuales desde la categoría Infantil B (masculino y femenino) y medallas acrílicas en categoría Infantil A, premiando a los primeros tres lugares de acuerdo con la categoría y año.
- **Mejor marca técnica:** Se premiará al nadador y entrenador con la mejor marca técnica en femenino y masculino, basándose en la prueba con más puntos World Aquatics.
- **Clubes:** Se premiarán los tres primeros clubes con mayor número de medallas de oro; en caso de empate, se considerarán las medallas de plata y, si persiste el empate, las de bronce.
- **Relevo final:** El evento finalizará con un relevo 8x25 metros libre el sábado, y cada club podrá inscribir un equipo de relevo.

## PRUEBAS Y CATEGORÍAS:

X COPA INTERCLUBES DE NATACIÓN CLUB EL RINCÓN DE CAJICÁ										
pruebas por categoría										
AÑOS	10 AÑOS	11 AÑOS	12 AÑOS	13 AÑOS	14 AÑOS	15 AÑOS	16 AÑOS	17 AÑOS	18 - 24 AÑOS	
Genero	FEM		FEM		FEM		FEM		FEM	
	MASC		MASC		MASC		MASC		MASC	
CATEGORÍAS	INFANTIL A		INFANTIL B		JUVENIL A		JUVENIL B		MAYORES	
50 m. LIBRE	X	X							X	X
50 m. PECHO	X	X							X	X
50 m. ESPALDA	X	X							X	X
50 m. MARIPOSA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
100 m. LIBRE	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
100 m. PECHO		X	X	X	X	X	X	X	X	X
100 m. ESPALDA		X	X	X	X	X	X	X	X	X
100 m. C.I.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
200 m. LIBRE	X	X	X	X	X	X	X	X		
200 m. PECHO			X	X	X	X	X	X		
200 m. ESPALDA			X	X	X	X	X	X		
8x25 RELEVO LIBRE MIXTO	X									

**ORDEN DE PRUEBAS:**

<b>JORNADA No 1. VIERNES 28</b>			
<b>Calentamiento 4:30 p.m. - Competencias 6:00 p.m.</b>			
<b>No</b>	<b>PRUEBA</b>	<b>GENERO</b>	<b>CATEGORÍA</b>
<b>1 - 2</b>	50 m. LIBRE	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL A</b>
<b>3 - 4</b>	50 m. LIBRE	<b>FEM - MASC</b>	<b>MAYORES</b>
<b>5 - 6</b>	100 m. PECHO	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL A 11 AÑOS</b>
<b>7 - 8</b>	100 m. PECHO	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL B</b>
<b>9 - 10</b>	100 m. PECHO	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL A</b>
<b>11 - 12</b>	100 m. PECHO	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL B Y MAYORES</b>
<b>13 - 14</b>	200 m. ESPALDA	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL B</b>
<b>15 - 16</b>	200 m. ESPALDA	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL A</b>
<b>17 - 18</b>	200 m. ESPALDA	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL B</b>
<b>19 - 20</b>	50 m. ESPALDA	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL A</b>
<b>21 - 22</b>	50 m. ESPALDA	<b>FEM - MASC</b>	<b>MAYORES</b>
<b>23 - 24</b>	100 m. COMBINADO	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL A</b>
<b>25 - 26</b>	100 m. COMBINADO	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL B</b>
<b>27 - 28</b>	100 m. COMBINADO	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL A</b>
<b>29 - 30</b>	100 m. COMBINADO	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL B Y MAYORES</b>
<b>31 - 32</b>	200 m. LIBRE	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL A</b>
<b>33 - 34</b>	200 m. LIBRE	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL B</b>
<b>35 - 36</b>	200 m. LIBRE	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL A</b>
<b>37 - 38</b>	200 m. LIBRE	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL B</b>

<b>JORNADA No 3 SÁBADO 29 p.m.</b>			
<b>Calentamiento 14:00 p.m. - competencias 15:00 p.m.</b>			
<b>No</b>	<b>PRUEBA</b>	<b>GENERO</b>	<b>CATEGORÍA</b>
<b>39 - 40</b>	50 m. PECHO	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL A</b>
<b>41 - 42</b>	50 m. PECHO	<b>FEM - MASC</b>	<b>MAYORES</b>
<b>43 -44</b>	100 m. LIBRE	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL A</b>
<b>45- 46</b>	100 m. LIBRE	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL B</b>
<b>47 - 48</b>	100 m. LIBRE	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL A</b>
<b>49- 50</b>	100 m. LIBRE	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL B Y MAYORES</b>
<b>51 - 52</b>	200 m. PECHO	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL B</b>
<b>53 - 54</b>	200 m. PECHO	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL A</b>
<b>55 - 56</b>	200 m. PECHO	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL B</b>
<b>57 - 58</b>	50 m. MARIPOSA	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL A</b>
<b>59 - 60</b>	50 m. MARIPOSA	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL B</b>
<b>61 - 62</b>	50 m. MARIPOSA	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL A</b>
<b>63 - 64</b>	50 m. MARIPOSA	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL B y MAYORES</b>
<b>65 - 66</b>	100 m. ESPALDA	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL A 11 AÑOS</b>
<b>67 - 68</b>	100 m. ESPALDA	<b>FEM - MASC</b>	<b>INFANTIL B</b>
<b>69 - 70</b>	100 m. ESPALDA	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL A</b>
<b>71 - 72</b>	100 m. ESPALDA	<b>FEM - MASC</b>	<b>JUVENIL B Y MAYORES</b>
<b>73</b>	8X25 RELV. LIBRE MIXTO	<b>FEM-MASC</b>	<b>INFANTIL B, JUVENIL A, JUVENIL B y mayores</b>

**¡Sigue Nadando, Sigue Creciendo!**  
**Cada brazada cuenta, cada entrenamiento suma y cada reto es una oportunidad para superarse. La natación no es solo un deporte, es una pasión que nos enseña disciplina, esfuerzo y perseverancia.**

Agradecemos su participación.

**Comité de Natación  
 Club Rincón de Cajicá**