





## 2. Criterios de inclusión 2018-2019

- La selección para el Programa ESP-2024 durante la temporada 2018-19 se hará en base a las marcas realizadas en las siguientes competiciones, dividiendo la temporada en dos ciclos que van de Septiembre a Abril (ciclo 1) y de Mayo a Agosto (ciclo 2)

|                         |  |
|-------------------------|--|
| Actividad nacional      | Campeonato de España Infantil – Invierno<br>Campeonato de España “Open” Absoluto y Junior<br>Campeonato de España Infantil – Verano<br>Campeonato de España Absoluto y Junior - Verano |
| Actividad internacional | Festival Olímpico de la Juventud Europea 2019<br>Campeonato de Europa Junior 2019<br>Campeonato del Mundo Junior 2019<br>Campeonato del Mundo Absoluto 2019                            |

- Serán incluidos aquellos nadadores/as que acrediten en dichas competiciones marcas iguales o inferiores a las de la tabla de marcas de referencia (punto 5) correspondiente a su año de nacimiento, teniendo en cuenta los siguientes aspectos:
  - Accederán al programa un máximo de 3 nadadores/as por prueba y edad.
  - Las marcas acreditadas en un ciclo de la temporada tendrán validez para la entrada en el Programa ESP-2024 en el siguiente ciclo de competiciones, teniendo en cuenta que los ciclos van de Septiembre-Abril y Mayo-Agosto.
  - Todos los deportistas seleccionados deberán cumplimentar y firmar la correspondiente Declaración de Disponibilidad (punto 6), para confirmar que están conformes para participar en el programa ESP-2024.
  - El Responsable de los Equipos Nacionales Jóvenes se reserva el derecho de proponer la selección de algún nadador/a que no haya cumplido estrictamente los criterios de inclusión, en beneficio de los objetivos y del rendimiento del Equipo Nacional. Para ello, podrá tener en cuenta:
    - Nadadores que acrediten marcas por aproximación porcentual a las marcas de referencia (punto 5).
    - Nadadores/as que acrediten las marcas de referencia (punto 5) en otras competiciones internacionales representando al Equipo Nacional.
    - Nadadores/as con proyección para la inclusión en el Programa de Relevos del Equipo Nacional.
    - Nadadores/as que hayan formado parte de los programas ESP-2020 y ESP-2024 en temporadas anteriores.



### **3. Previsión de actividades Segundo Ciclo Temporada 2018-2019**

- Para cumplir con los objetivos propuestos, el programa ESP-2024 establece una serie de actividades de formación para deportistas y técnicos. Dichas actividades deben de servir como herramientas que no sólo provoquen una mejora puntual de la capacidad de trabajo, sino una progresión de cara a actuaciones futuras con el Equipo Nacional.
- Las actividades previstas durante el segundo ciclo de la temporada 2018-19 para aquellos nadadores/as que hayan cumplido con los criterios para su inclusión en el programa son:

|   |                       |
|---|-----------------------|
| Concentración Preparación General en Altura | 10-26 Mayo            |
| Competición Preparación Específica          | Junio (por confirmar) |

- Además de estas actividades grupales, el Responsable de los Equipos Nacionales Jóvenes (de acuerdo con el entrenador/a correspondiente) se reserva el derecho de proponer controles de seguimiento para algunos/as nadadores/as incluidos en el Programa ESP-2024, siempre y cuando ello pueda suponer un beneficio en la preparación y formación de los nadadores/as convocados.
- Todos los participantes en las actividades de preparación (nadadores/as y entrenadores/as) deben mostrar un compromiso inequívoco con su preparación y en beneficio del rendimiento del equipo nacional. La no asistencia injustificada a alguna de las actividades de preparación a las que haya sido convocado o la faltan de compromiso en la preparación podrán suponer la exclusión del programa.
- La renuncia a cualquiera de las actividades previstas en el Programa supondrá la renuncia a él en su totalidad. El programa está ejecutado como un único plan de trabajo, donde las adaptaciones y las progresiones de las cargas de trabajo hacen necesario su total seguimiento para lograr los objetivos marcados.
- Todos los nadadores/as deberán cumplir con las normas de equipación señaladas por la RFEN para las actividades programadas en el ESP-2024.

#### 4. Integrantes Programa ESP-2024 Segundo Ciclo Temporada 2018/19

- Con arreglo a los resultados conseguidos en las competiciones clasificatorias durante el primer ciclo de la temporada 2018-19 y, en función de las marcas de referencia y criterios de dicho ciclo, se compone el grupo de nadadores/as que integran el Programa ESP-2024 para el segundo ciclo de la temporada 2018-2019.
- El listado de componentes del programa ESP-2024 se actualizará en Septiembre de 2019, una vez finalizadas las competiciones de clasificación del ciclo 2 y con arreglo a las marcas de referencia que figuran en el punto 5.

#### Nadadores/as

- **14 deportistas** han logrado la marca de referencia del Programa ESP-2024: 7 en categoría femenina y 7 en categoría masculina:

| Categoría masculina |                       |              |          |               |
|---------------------|-----------------------|--------------|----------|---------------|
| 19 años             | Manuel Martos* (00)   | 200 espalda  | 1:59,05  | <b>-1,08%</b> |
|                     | Sergio de Celis (00)  | 100 libres   | 50,13    | <b>-0,12%</b> |
| 18 años             | Carles Coll (01)      | 200 braza    | 2:14,35  | <b>-0,86%</b> |
| 17 años             | Nicolás García (02)   | 200 espalda  | 2:00,57  | <b>-1,81%</b> |
|                     |                       | 100 espalda  | 56,29    | -0,22%        |
|                     | Alejandro Puebla (02) | 1500 libres  | 15:31,65 | <b>-0,40%</b> |
| 16 años y menores   | Mario Molla (02)      | 100 mariposa | 54,63    | <b>-0,33%</b> |
|                     | Luís Domínguez (2003) | 100 libres   | 51,68    | <b>-0,56%</b> |

\* Nadadores pertenecientes al Equipo Nacional Absoluto (ENA).



## Real Federación Española de Natación

| Categoría femenina |                        |                      |             |               |
|--------------------|------------------------|----------------------|-------------|---------------|
| 17 años            | Alba Vázquez* (02)     | 200 braza            | 2:27,65     | <b>-2,29%</b> |
|                    |                        | 200 estilos          | 2:15,93     | -0,38%        |
|                    | Sara Lahrach (02)      | 100 braza            | 1:09,68     | <b>-1,01%</b> |
|                    |                        | Paula Rodriguez (02) | 100 espalda | 1:01,83       |
| 16 años            | Ainhoa Campabadal (03) | 200 libres           | 2:01,14     | <b>-1,40%</b> |
|                    |                        | 100 libres           | 56,46       | -0,71%        |
|                    | Paula Juste (03)       | 200 libres           | 2:01,72     | <b>-0,91%</b> |
|                    |                        | 400 libres           | 4:15,84     | -0,35%        |
| 15 años            | Carmen Weiler (04)     | 50 libres            | 26,00       | <b>-2,48%</b> |
|                    |                        | 100 libres           | 56,10       | -2,37%        |
|                    | Inés Sancho (04)       | 100 espalda          | 1:02,90     | <b>-0,61%</b> |
|                    |                        | 100 braza            | 1:11,06     | <b>-1,04%</b> |
|                    |                        | 200 braza            | 2:32,56     | <b>-0,99%</b> |

\* Nadadoras pertenecientes al Equipo Nacional Absoluto (ENA).



## Entrenadores/as

- 10 son los entrenadores/as responsables de los/as integrantes en el programa.

| Entrenador/a responsable   | Grupo entrenamiento        | Federación                     | Nadador/a         |
|----------------------------|----------------------------|--------------------------------|-------------------|
| Luis Rodríguez             | Centro Tecnificación       | Fed. Catalana Natació          | Ainhoa Campabadal |
|                            |                            |                                | Carles Coll       |
|                            |                            |                                | Mario Molla       |
| Paloma García              | Centro Tecnificación       | Fed. Madrileña de Natación     | Inés Sancho       |
|                            |                            |                                | Sara Lahrach      |
|                            |                            |                                | Paula Rodríguez   |
| Ivan Bunakov               | Nexus International School | Singapur                       | Carmen Weiler     |
| Xavier Casademont          | Centro Tecnificación       | Fed. Andaluza de Natación      | Alba Vázquez      |
| Pedro Simón                | C.D. Gredos San Diego      | Fed. Madrileña de Natación     | Nicolás García    |
| José Romacho               | C.D. H2O El Ejido          | Fed. Andaluza de Natación      | Manuel Martos     |
| José M <sup>a</sup> Rojano | CN Lleida                  | Fed. Catalana Natació          | Paula Juste       |
| Fco. Javier Aledo          | C.N. Cartagonova Cartagena | Fed. Natación Región de Murcia | Alejandro Puebla  |
| Fernando Aláez             | El Olivar                  | Fed. Aragonesa de Natación     | Luis Domínguez    |
| Álex López                 | C.N. Sabadell              | Fed. Catalana de Natació       | Sergio de Celis   |



## Clubes

---

- 12 clubes aportan nadadores/as al programa

| Club                       | Responsable Técnico        | Nadador/a         |
|----------------------------|----------------------------|-------------------|
| C.D. Gredos San Diego      | David Ramiro               | Inés Sancho       |
|                            |                            | Nicolás García    |
|                            |                            | Sara Lahrach      |
| C.N. Delfín                | Rubén Zahinos              | Carmen Weiler     |
| C.N. Colombino             | Alberto Martínez           | Alba Vázquez      |
| C.N. Caldes                | Lourdes Becerra            | Ainhoa Campabadal |
| C.D. H2O El Ejido          | José Romacho               | Manuel Martos     |
| C.N. Lleida                | José M <sup>a</sup> Rojano | Paula Juste       |
| C.N. Tarraco               | Ignacio Reyes              | Carles Coll       |
| El Olivar                  | Fernando Aláez             | Luis Domínguez    |
| C.N. Cartagonova Cartagena | Fco. Javier Aledo          | Alejandro Puebla  |
| Real Canoe N.C.            | José Ignacio González      | Paula Rodríguez   |
| C.N. Catalunya             | Xavi Anglés                | Mario Molla       |
| C.N. Sabadell              | Álex López                 | Sergio de Celis   |



Real Federación Española de Natación



## 5. Marcas de Referencia Programa ESP-2024 Temporada 2018/2019

| MASCULINO                |                |                |                |                         | FEMENINO       |                |                |                          |
|--------------------------|----------------|----------------|----------------|-------------------------|----------------|----------------|----------------|--------------------------|
| 16 años (2003 y menores) | 17 Años (2002) | 18 Años (2001) | 19 Años (2000) | PRUEBA                  | 18 Años (2001) | 17 Años (2002) | 16 Años (2003) | 15 Años (2004 y menores) |
| 00:23,56                 | 00:23,21       | 00:22,98       | 00:22,75       | <b>50 LIBRES</b>        | 00:25,86       | 00:26,12       | 00:26,38       | 00:26,65                 |
| 00:51,97                 | 00:51,20       | 00:50,70       | 00:50,19       | <b>100 LIBRES</b>       | 00:55,74       | 00:56,30       | 00:56,86       | 00:57,43                 |
| 01:53,44                 | 01:51,76       | 01:50,66       | 01:49,56       | <b>200 LIBRES</b>       | 02:00,41       | 02:01,61       | 02:02,83       | 02:04,06                 |
| 03:58,16                 | 03:55,80       | 03:53,47       | 03:51,15       | <b>400 LIBRES</b>       | 04:11,69       | 04:14,21       | 04:16,75       | 04:19,32                 |
| 08:15,85                 | 08:10,94       | 08:06,08       | 08:01,26       | <b>800 LIBRES</b>       | 08:37,80       | 08:42,98       | 08:48,21       | 08:53,49                 |
| 15:44,73                 | 15:35,38       | 15:26,12       | 15:16,95       | <b>1500 LIBRES</b>      | 16:31,67       | 16:36,80       | 16:46,76       | 16:53,83                 |
| 01:04,05                 | 01:03,10       | 01:02,47       | 01:01,86       | <b>100 BRAZA</b>        | 01:09,69       | 01:10,39       | 01:11,09       | 01:11,80                 |
| 02:18,92                 | 02:16,86       | 02:15,51       | 02:14,17       | <b>200 BRAZA</b>        | 02:29,53       | 02:31,03       | 02:32,54       | 02:34,06                 |
| 00:57,26                 | 00:56,41       | 00:55,85       | 00:55,30       | <b>100 ESPALDA</b>      | 01:01,42       | 01:02,03       | 01:02,66       | 01:03,28                 |
| 02:04,60                 | 02:02,76       | 02:01,54       | 02:00,34       | <b>200 ESPALDA</b>      | 02:12,46       | 02:13,79       | 02:15,13       | 02:16,48                 |
| 00:55,63                 | 00:54,81       | 00:54,27       | 00:53,73       | <b>100 MARIPOSA</b>     | 01:00,21       | 01:00,81       | 01:01,42       | 01:02,04                 |
| 02:03,48                 | 02:01,65       | 02:00,45       | 01:59,26       | <b>200 MARIPOSA</b>     | 02:11,75       | 02:13,07       | 02:14,40       | 02:15,74                 |
| 02:06,05                 | 02:04,19       | 02:02,96       | 02:01,74       | <b>200 ESTILOS IND.</b> | 02:15,10       | 02:16,45       | 02:17,82       | 02:19,19                 |
| 04:28,56                 | 04:24,59       | 04:21,97       | 04:19,38       | <b>400 ESTILOS IND.</b> | 04:43,91       | 04:46,75       | 04:49,62       | 04:52,52                 |



## 6. Declaración de disponibilidad

Todos los nadadores/as y sus entrenadores/as responsables, que hayan logrado su clasificación para integrarse en dicho programa, y en las actuaciones que se detallan del mismo, deberán cumplimentar este impreso.

### 6.1. DISPONIBILIDAD

ACEPTO participar

RENUNCIO a participar

*Indicar motivos de la renuncia*

#### a. DATOS PERSONALES DEL NADADOR/A

|                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| <b>NOMBRE</b>                        |  |
| <b>TELEFONO</b>                      |  |
| <b>E-MAIL DE CONTACTO</b>            |  |
| <b>E-MAIL DE CONTACTO FAMILIAR</b>   |  |
| <b>TELEFONO DE CONTACTO FAMILIAR</b> |  |
| <b>ENTRENADOR/A</b>                  |  |
| <b>E-MAIL DEL ENTRENADOR/A</b>       |  |



Real Federación Española de Natación



## ACUERDO

He leído y comprendido todos los apartados explicados en este documento, y por tanto **ACEPTO / NO ACEPTO** dichas condiciones.

Firma del Nadador/a \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Firma del tutor/a \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
(Menores de 18 años)

Firma del entrenador/a \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Firma/Sello del Club \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

***Para aquellos nadadores/as no clasificados para competiciones internacionales, este documento deberá ser enviado debidamente cumplimentado en el plazo de una semana de su publicación, a la dirección de correo: [santiveiga@rfen.es](mailto:santiveiga@rfen.es)***

Madrid, abril de 2019