



E.N.A. - EQUIPO NACIONAL ABSOLUTO

NATACIÓN Y AGUAS ABIERTAS

TEMPORADA 2022-2023 – 1º CICLO / CICLO OLÍMPICO 2021-2024

1. ASPECTOS GENERALES

El presente documento tiene por objetivo establecer el grupo de nadadores/as que formarán parte del **Equipo Nacional Absoluto – Natación y Aguas Abiertas (E.N.A.)** para la temporada 2022-2023.

La R.F.E.N. centralizará gran parte de los recursos de alta competición para la preparación de este grupo de nadadores/as frente a las competiciones internacionales de referencia de cada temporada y con vistas al objetivo final de los Juegos Olímpicos de París 2024.

E.N.A. - NATACIÓN

Se actualizará a lo largo de todo el ciclo olímpico, en 2 ocasiones por temporada, con un total de 8 veces dentro del ciclo olímpico. Se establecen dos ciclos durante la temporada:

- 1º ciclo: desde el inicio de temporada (1 de octubre) hasta el Campeonato de España “Open”.
- 2º ciclo: a partir del Campeonato de España “Open” hasta la última competición internacional de referencia de la temporada.

La composición reflejada en el presente documento se mantendrá hasta el mes de abril, una vez disputado el **Campeonato de España Absoluto Open de Primavera** (Palma de Mallorca, 29 de marzo al 2 de abril de 2023), única competición de referencia para la composición del E.N.A. - NATACIÓN. del 2º ciclo de la temporada 2022-2023.

E.N.A. - AGUAS ABIERTAS

Se actualizará al principio de cada temporada, de acuerdo con la valoración de los resultados obtenidos durante la temporada previa, con un total de 4 veces dentro del ciclo olímpico.

A diferencia del equipo de Natación, la composición reflejada en el presente documento se mantendrá hasta el campeonato selectivo internacional que determine la Dirección del E.N., a partir del cual el equipo quedará compuesto -hasta final de temporada- por aquellos nadadores/as clasificados para las competiciones internacionales de referencia.

Las competiciones de referencia para la temporada 2022-2023, que se tendrán en cuenta para la composición del próximo E.N.A. - AGUAS ABIERTAS de la temporada 2023-2024, son:

Campeonato de España Absoluto - AA – Sevilla – 2 al 4 de junio de 2023
Campeonato del Mundo Absoluto - AA – Fukuoka (JAPÓN) – 15 al 20 julio 2023
Campeonato de Europa Junior e Infantil - AA – Corfu (GRECIA) – 29 septiembre al 1 octubre 2023
FINA Open Water Tour 2023



2. COMPOSICIÓN DEL E.N.A. – SEPTIEMBRE 2022

Se relacionan a continuación los nadadores/as que formarán parte del E.N.A. en el 1º ciclo de la temporada 2022-2023, de acuerdo con los criterios publicados la pasada temporada.

E.N.A. – NATACIÓN Y AGUAS ABIERTAS				
NIVEL 1				
DE VALDÉS ÁLVAREZ Maria	5 K	2ª	20/08/2022	ROMA (ITA)
NIVEL 2				
DE VALDÉS ÁLVAREZ Maria	10 K	10ª	29/06/2022	BUDAPEST (HUN)
MARTÍNEZ GUILLEN Ángela	10 K	16ª	21/08/2022	ROMA (ITA)
MARTÍNEZ MURCIA Alberto	10 K	14º	29/06/2022	BUDAPEST (HUN)
PUJOL BELMONTE Guillem	10 K	10º	21/08/2022	ROMA (ITA)
NIVEL 3				
OTERO FERNÁNDEZ Paula	1500 L	16:18,27	15/08/2022	ROMA (ITA)
VÁZQUEZ RUIZ Alba	400 Ei	04:42,40	13/08/2022	ROMA (ITA)
WEILER SASTRE Carmen	200 E	02:11,31	23/07/2022	SABADELL (ESP)
ZAMORANO SANZ África	200 E	02:11,07	11/08/2022	ROMA (ITA)
DE CELIS MONTALBAN Sergio	100 L	00:48,41	14/08/2022	ROMA (ITA)
GARACH BENITO Carlos	1500 L	15:05,11	16/08/2022	ROMA (ITA)
	800 L	07:52,73	01/09/2022	LIMA (PER)
GONZÁLEZ DE OLIVEIRA Hugo	100 E	00:53,50	19/06/2022	BUDAPEST (HUN)
	200 Ei	01:58,41	21/06/2022	BUDAPEST (HUN)
PONS RAMÓN Joan Lluís	400 Ei	04:14,31	11/08/2022	ROMA (ITA)
NIVEL JÓVENES				
CARRASCO CADENS Emma	400 Ei	04:44,97	30/08/2022	LIMA (PER)
	200 Ei	02:13,74	02/09/2022	LIMA (PER)
	200 B	02:26,93	04/09/2022	LIMA (PER)
MARTÍNEZ GUILLÉN Ángela	1500 L	16:22,37	15/08/2022	ROMA (ITA)
OTERO FERNÁNDEZ Paula	800 L	08:35,60	12/08/2022	ROMA (ITA)
SÁNCHEZ LORA Candela	10 K	2º	17/09/2022	MAHÉ (SYC)
	200 L	01:48,33	05/07/2022	ORÁN (ARG)
DOMÍNGUEZ CALONGE Luis	400 L	03:50,83	23/07/2022	SABADELL (ESP)
	100 L	00:48,98	12/08/2022	ROMA (ITA)
GARCÍA SAIZ Nicolás	200 E	01:58,68	12/08/2022	ROMA (ITA)
GONZÁLEZ ÁLVAREZ Arbidel	200 M	01:57,42	15/08/2022	ROMA (ITA)
MOLLA YANES Mario	50 M	00:23,52	11/08/2022	ROMA (ITA)
	100 M	00:52,07	13/08/2022	ROMA (ITA)



3. ANÁLISIS DETALLADO E.N.A. – SEPTIEMBRE 2022

NADADORES/AS

	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel JÓVENES	TOTAL
Femenino	1	1	4	2	8
Masculino	0	2	4	4	10
TOTAL	1	3	8	6	18

ENTRENADORES/AS – GRUPOS DE ENTRENAMIENTO (* Según temporada 2021-22)

ENTRENADOR/A RESPONSABLE	Nivel 1	Nivel 2	Nivel 3	Nivel JÓVENES
Jesús de la Fuente C.N. Liceo	DE VALDÉS María			
Xavi Casademont / Jose A. Romacho C.E.T.D. Málaga - F.A.N.		MARTÍNEZ Ángela	GARACH Carlos VÁZQUEZ Alba	
Fernando Possenti Centro Nacional Maria Lenk - Brasil		MARTÍNEZ Alberto		
Joan Giralt C.N. Mataró		PUJOL Guillem		
Jordi Jou / Juan M. Rando C.N. Sant Andreu			PONS Joan L. ZAMORANO África	
Dave Durden / Bart Kizierowski Berkeley / Madrid N.C.			GONZÁLEZ Hugo	
Ivan Bunakov / Rob Greenwood Nexus ST Singapore / C.N.E. Madrid-Blume			WEILER Carmen	
Jose A. del Castillo / Antonio Jiménez C.N. Sabadell			DE CELIS Sergio	
Luisa Domínguez / Fernando Zarzosa C.G.T.D. Pontevedra			OTERO Paula	
Rob Greenwood C.N.E. Madrid-Blume				GONZÁLEZ Arbidel
Sergi López / Pedro Simón Virginia Tech / Gredos San Diego				GARCÍA Nicolas
Pedro Simón Gredos San Diego				SÁNCHEZ Candela
Sergi López / Fernando Alaez Virginia Tech / C.N. El Olivar				DOMÍNGUEZ Luis
Sergi López / Ben Tittley Virginia Tech / C.N.E. Sant Cugat				MOLLA Mario
Lourdes Becerra CTD Sant Cugat - F.C.N.				CARRASCO Emma



CLUBES – FEDERACIONES TERRITORIALES (* Según temporada 2021-22)

CLUB	FEDERACIÓN	FEMENINOS	MASCULINOS
C.N. SANT ANDREU	CATALUÑA	ZAMORANO África CARRASCO Emma	PONS Joan L.
C.N. TERRASSA		-	MOLLA Mario
C.N. SABADELL		-	DE CELIS Sergio
C.N. MATARÓ		-	PUJOL Guillem
C.D. GREDOS SAN DIEGO	MADRID	SÁNCHEZ Candela	GARCÍA Nicolás
REAL CANOE N.C.		WEILER Carmen	-
MADRID N.C.		-	GONZÁLEZ Hugo
C.N. LICEO	GALICIA	DE VALDÉS María	-
C.N. ARTEIXO		OTERO Paula	-
C.N. CHURRIANA	ANDALUCIA	VÁZQUEZ Alba	GARACH Carlos
KZM SWIMMING TEAM	COMUNIDAD VALENCIANA	MARTÍNEZ Ángela	-
C.N. SANTA OLAYA	ASTURIAS	-	GONZÁLEZ Arbidel
C.N. EL OLIVAR	ARAGÓN	-	DOMÍNGUEZ Luis
C.N. MARINA CARTAGENA ANCORA	REGIÓN DE MURCIA	-	Alberto MARTÍNEZ



4. ACTIVIDADES DE PREPARACIÓN – 1º CICLO

El plan de actividades tiene como objetivo complementar la preparación de los nadadores/as para las competiciones de referencia de la temporada y con ello contribuir a la consecución de los objetivos marcados para el Equipo Nacional Absoluto.

El plan detallado será enviado a los entrenadores/as responsables, incluyendo concentraciones y competiciones, así como las correspondientes actualizaciones a lo largo de la temporada.

La Dirección del E.N. podrá incluir en las actividades de preparación previstas a nadadoras/es no incluidos en la composición anteriormente detallada, en base a los siguientes criterios:

- Nadadores/as becados en los Programas Nacionales RFEN (Madrid-Blume, Sant Cugat y Málaga).
- Nadadores/as integrantes del Programa ESP-2028 con vistas a su futura incorporación al programa E.N.A.
- Nadadores/as integrantes del Programa de Relevos Paris 2024.
- Nadadores/as que, por interés del Equipo Nacional, se considere beneficiosa su incorporación a las actividades del E.N.A.

Los deportistas incluidos en el programa mostrarán el máximo compromiso con todas las actividades propuestas por la Dirección del Equipo Nacional con el objetivo del seguimiento y preparación del E.N.A. (concentraciones, competiciones, etc.), así como con todas las competiciones nacionales de la disciplina durante la temporada en vigor. La falta del compromiso mencionado podrá conllevar la exclusión del programa.

5. CRITERIOS PARA LA COMPOSICIÓN DEL E.N.A.

Para la selección del E.N.A., se considerarán los resultados obtenidos en las competiciones de referencia señaladas en el Punto 1.

La distribución de los nadadores/as pertenecientes al Equipo Nacional Absoluto se realiza en CUATRO niveles para Natación y TRES para Aguas Abiertas.

E.N.A.- NATACIÓN

- ✓ Para confeccionar los diferentes niveles se han tomado como referencia las posiciones del **Ranking Mundial F.I.N.A en p50m a 4 de septiembre de 2022** (incluido el Campeonato del Mundo Junior).
- ✓ Marcas de referencia señaladas en el Punto 6.

NIVEL	CRITERIO	VENTAJAS
1	– Nadadores/as que consigan la marca correspondiente al puesto 8º del Ranking Mundial F.I.N.A. (2 nadadores/as por país).	– Estudio necesidades individuales con incidencia en el rendimiento del deportista.
2	– Nadadores/as que consigan la marca correspondiente al puesto 16º del Ranking Mundial F.I.N.A. (2 nadadores/as por país).	– Actividades “Mentorship” para entrenadores/as y deportistas.
3	<ul style="list-style-type: none"> – Pruebas OLÍMPICAS: nadadores/as que consigan la marca correspondiente al puesto 50º del Ranking Mundial F.I.N.A. – Pruebas NO OLÍMPICAS: nadadores/as que consigan la marca correspondiente al puesto 25º del Ranking Mundial F.I.N.A. – Nadadores/as que consigan la marca correspondiente Nivel 1, 2 y 3 fuera de las competiciones de referencia reflejadas en este documento (Punto 1), siempre que sean competiciones oficiales pertenecientes a calendarios nacionales o internaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> – Participación en competiciones internacionales con el objetivo de mejorar la experiencia internacional. – Acceso a concentraciones preparatorias durante la temporada con el objetivo de complementar el programa de entrenamiento y mejorar el rendimiento en momentos importantes de la temporada. – Acceso al Equipo de Apoyo del E.N.A. y de los Centros Nacionales (servicios médicos, nutrición, psicología, etc.) – Póliza integral de salud ASISA.
JÓVENES Masc: 2003 y menores Femn: 2004 y menores	– Nadadores/as que consigan la marca correspondiente al Nivel Jóvenes.	

E.N.A.- AGUAS ABIERTAS

- ✓ Para confeccionar los diferentes niveles se tomarán como referencia las **posiciones obtenidas en las competiciones de referencia de la temporada 2022/23.**

NIVEL	CRITERIO	VENTAJAS
1	<ul style="list-style-type: none"> Nadadores/as que consigan clasificar dentro de los 8 primeros puestos en los Campeonatos de Europa, Campeonatos del Mundo y JJOO. 	<ul style="list-style-type: none"> Estudio necesidades individuales con incidencia en el rendimiento del deportista. Actividades “Mentorship” para entrenadores/as y deportistas.
2	<ul style="list-style-type: none"> Nadadores/as que consigan clasificar dentro de los 16 primeros puestos en los Campeonatos de Europa, Campeonatos del Mundo y JJOO (prueba 10K). 1º Clasificado/a español en el Campeonato de España de Aguas Abiertas Absoluto (prueba 10K). La Dirección del E.N. valorará los resultados conseguidos en la FINA Marathon Swim World Series 2023. 	<ul style="list-style-type: none"> Participación en competiciones internacionales con el objetivo de mejorar la experiencia internacional. Acceso a concentraciones preparatorias durante la temporada con el objetivo de complementar el programa de entrenamiento y mejorar el rendimiento en momentos importantes de la temporada.
JÓVENES Masc: 2003 y menores Femn: 2004 y menores	<ul style="list-style-type: none"> Nadadores/as que consigan clasificar dentro de los 25 primeros puestos en los Campeonatos de Europa, Campeonatos del Mundo y JJOO (prueba 10K). Nadadores/as que consigan clasificar dentro de los 10 primeros puestos en los Campeonatos de Europa Junior y Campeonatos del Mundo Junior (10K – Jun2). La Dirección del E.N. valorará los resultados conseguidos en la FINA Marathon Swim World Series 2023. 	<ul style="list-style-type: none"> Acceso al Equipo de Apoyo del E.N.A. y de los Centros Nacionales (servicios médicos, nutrición, psicología, etc.) Póliza integral de salud ASISA.

6. MARCAS DE REFERENCIA – E.N.A. NATACIÓN

JÓVENES	NIVEL 3	NIVEL 2	NIVEL 1	Pruebas	NIVEL 1	NIVEL 2	NIVEL 3	JÓVENES
00:25,58	00:25,15	00:24,78	00:24,57	50 Libre	00:21,60	00:21,85	00:22,18	00:22,56
00:55,71	00:54,62	00:54,10	00:53,45	100 Libre	00:47,65	00:47,97	00:48,67	00:49,52
02:00,37	01:58,49	01:57,54	01:56,25	200 Libre	01:45,32	01:46,14	01:47,44	01:48,91
04:12,88	04:10,51	04:07,81	04:03,84	400 Libre	03:44,53	03:47,20	03:49,69	03:51,85
08:41,64	08:37,11	08:30,84	08:24,33	800 Libre	07:45,32	07:50,69	07:57,48	08:01,15
16:40,02	16:32,43	16:18,27	16:05,25	1500 Libre	14:48,86	15:00,75	15:16,42	15:22,10
00:28,50	00:28,05	00:27,83	00:27,46	50 Espalda	00:24,44	00:24,79	00:24,85	00:25,32
01:01,44	01:00,74	00:59,75	00:59,40	100 Espalda	00:52,95	00:53,55	00:54,33	00:55,01
02:13,70	02:11,73	02:10,45	02:09,22	200 Espalda	01:56,22	01:56,97	01:58,80	02:00,22
00:31,20	00:30,77	00:30,41	00:30,08	50 Braza	00:26,85	00:27,16	00:27,22	00:27,73
01:08,83	01:07,85	01:06,48	01:06,02	100 Braza	00:59,22	00:59,64	01:00,51	01:01,57
02:29,21	02:26,93	02:24,28	02:23,60	200 Braza	02:08,38	02:09,29	02:11,52	02:13,64
00:26,48	00:26,03	00:25,89	00:25,43	50 Mariposa	00:22,88	00:23,19	00:23,28	00:23,70
00:59,84	00:58,89	00:57,89	00:56,70	100 Mariposa	00:51,18	00:51,50	00:52,06	00:53,07
02:12,44	02:10,83	02:08,90	02:07,12	200 Mariposa	01:54,78	01:55,60	01:57,42	01:58,82
02:15,69	02:14,08	02:12,01	02:10,47	200 Estilos I.	01:57,43	01:58,34	02:00,00	02:01,54
04:47,45	04:44,63	04:41,81	04:36,77	400 Estilos I.	04:10,15	04:13,29	04:18,23	04:19,56

Madrid, septiembre de 2022
Dirección Equipo Nacional – Natación y Aguas Abiertas