



REGLAMENTO  
DE  
ACTIVIDADES MASTER  
2013-2017

# **REGLAMENTO MASTER 2013-2017**

## **INDICE GENERAL**

REGLAMENTO TÉCNICO F.I.N.A: PARTE GENERAL.....	2
REGLAMENTO TÉCNICO F.I.N.A: NATACION.....	3
Solicitud para el Récords del Mundo Master.....	6
Códigos Descalificación.....	11
REGLAMENTO TÉCNICO F.I.N.A: AGUAS ABIERTAS .....	12
REGLAMENTO TÉCNICO F.I.N.A: SALTOS.....	13
REGLAMENTO TÉCNICO F.I.N.A: WATERPOLO.....	16
REGLAMENTO TÉCNICO F.I.N.A: NATACION SINCRONIZADA .....	18
BY LAW.....	29

# REGLAMENTO TÉCNICO MASTER-FINA GENERAL

## PARTE VIII DE FINA

El programa de master deberá promocionar la puesta a punto física, la amistad, el entendimiento y la competición a través de la natación, saltos, natación sincronizada, waterpolo y aguas abiertas entre los deportistas con una edad mínima de 25 años (Excepción en la MSS 5).

*The Masters programme shall promote fitness, friendship, understanding and competition through Swimming, Diving, Synchronised Swimming, Water Polo and Open Water Swimming among competitors with a minimum age of 25 years. (Note: exception in MWP 1.3 and MSS 1.6).*

Las normas técnicas de las diferentes disciplinas contenida en su reglamento (SW, OW, DV, WP y SS) deberán ser seguidas con las excepciones mencionadas en esta parte del reglamento de Masters.

*The Technical Rules for the different disciplines (SW, OW, D, WP and SS) in this handbook shall be followed with exceptions mentioned in this Masters part of the Handbook.*

Por favor consulte la sección BL de este reglamento para regulaciones adicionales relacionadas con el Campeonato Mundial de Master. (BL 10)

*Please refer to BL section of this Handbook for additional regulations related to FINA World Masters Championships. (BL 10)*

**MGR 1** Las Federaciones Miembros registrarán a los participantes Master en una categoría especial para cada una de las 5 disciplinas reconocidas. Un participante que se inscriba en Master en cualquier disciplina retendrá este derecho de forma ilimitada para participar en otras competiciones.

*The Members shall register Masters competitors in a special category for each of the five recognised disciplines. A competitor who registers for Masters in any discipline will still retain his/her unrestricted right to compete in other competitions.*

**MGR 2** Salvo en las excepciones especificadas para las Normas FINA , todas las demás Normas y Normativas FINA se aplicarán en las competiciones Master.

*Except for specific exceptions in the FINA Rules and regulations all other FINA Rules and Regulations shall apply to Masters Competitions.*

**MGR 3** Las inscripciones individuales sólo se aceptarán de personas que representan a clubes.

Ningún nadador o equipo podrá designarse para representar a un país o a una Federación.

*Individual entries shall only be accepted from persons representing clubs. No swimmer or team may be designated as representing a country or Federation.*

**MGR 4** La edad se determinará al 31 de Diciembre del año de la competición.

*Age shall be determined as of December 31 of the year of competition.*

**MGR 5** Los competidores master deberán ser conscientes de la necesidad de estar bien preparados y estar bien físicamente antes de inscribirse en competiciones Master. Asumirá toda la responsabilidad por los riesgos derivados de participar en dichas competiciones. En relación a su inscripción, deberán estar de acuerdo en desligar a FINA, la Federación Organizadora y el Comité Organizador de cualquier tipo de responsabilidad por accidente que puede causar la muerte, lesiones o pérdida de propiedad. Los formularios en los que figuren las advertencias de los riesgos, así como la exención de responsabilidad en caso de accidente, y deberán ser firmados por cada participante Master

*Masters Competitors must be aware of the need of being well prepared and medically fit before entering into Masters competitions. They shall assume full responsibility for the risks included in such competitions. In consideration of their entry, they must agree to waive and release FINA, the Organising National Federation and the Organising Committee from any kind of liability for accidents, which may cause death, injury or property loss. Entry Forms containing a warning of the risks, an Accident Waiver and Release of Liability must be signed by each Masters competitor.*

## NORMAS DE NATACION MASTER (MSW)

Las Normas Técnicas de Natación contenidas en el Reglamento de Natación (Parte III de FINA), se aplicará a los Master con las siguientes excepciones:

*The Swimming Rules in Part III of this Handbook shall apply to Masters with the following exceptions:*

### **MSW.1. Grupos de Edad**

*Age Groups*

**MSW.1.1** Pruebas individuales: 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75-79, 80-84, 85-89, 90-94 ... (se aumentarán grupos de edad de cinco en cinco años hasta que sea necesario).

*Individual Events: 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75-79, 80-84, 85-89, 90-94 ... (five year age groups as high as is necessary).*

**MSW.1.2** Relevos: se conformará con la edad total de los miembros de los equipos en años completo. Los grupos de edad en pruebas de relevos son: 100-119, 120-159, 160-199, 200-239, 240-279, 280-319, 320-359, y ... (con incrementos de cuarenta años hasta que sea necesario).

*Relays: To be conducted on the total age of team members in whole years. Age groups of relay events are as follows: 100 - 119, 120 - 159, 160 - 199, 200 - 239, 240 - 279, 280 - 319, 320 - 359, and ... (forty year increments as high as is necessary).*

**MSW.1.3** Para todos los efectos relacionados con Campeonato Master, la edad alcanzada real del participante vendrá determinada al del 31 de diciembre del año de la competición.

*For all purposes pertaining to Masters meet competition, the actual attained age of the competitor shall be determined as of December 31st of the year of competition.*

## **MSW.2 Pruebas**

### *Events*

Se podrán llevar a cabo las siguientes pruebas para cada grupo de edad.

*The following events may be conducted for each age group.*

### **MSW.2.1 Piscina de 25m**

#### *Short course (25 m)*

50, 100, 200, 400, 800, 1500 metros Libres

50, 100, 200 metros Espalda

50, 100, 200 metros Braza

50, 100, 200 metros Mariposa

100, 200, 400 metros Estilos Individual.

Relevos 4 x 50 metros Libres

Relevos 4 x 50 metros Estilos

Relevos 4 x 50 metros Libre Mixtos (2 mujeres y 2 hombres)

Relevos 4 x 50 metros Estilos Mixtos (2 mujeres y 2 hombres)

Relevos 4 x 100 metros Libres

Relevos 4 x 100 metros Estilos

Relevos 4 x 100 metros Libres Mixtos (2 mujeres y 2 hombres)

Relevos 4 x 100 metros Estilos Mixtos (2 mujeres y 2 hombres)

Relevos 4 x 200 metros Libres

Relevos 4 x 200 metros Libres Mixto (2 mujeres y 2 hombres)

### **MSW.2.2 Piscina de 50m**

#### *Long course (50 m)*

50, 100, 200, 400, 800, 1500 metros Libres

50, 100, 200 metros Espalda

50, 100, 200 metros Braza

50, 100, 200 metros Mariposa

200, 400 metros Estilos Individual.

Relevos 4 x 50 metros Libres

Relevos 4 x 50 metros Estilos

Relevos 4 x 50 metros Libres Mixtos (2 mujeres y 2 hombres)

Relevos 4 x 50 metros Estilos Mixtos (2 mujeres y 2 hombres)

Relevos 4 x 100 metros Libres

Relevos 4 x 100 metros Estilos

Relevos 4 x 100 metros Libres Mixtos (2 mujeres y 2 hombres)

Relevos 4 x 100 metros Estilos Mixtos (2 mujeres y 2 hombres)

Relevos 4 x 200 metros Libres

Relevos 4 x 200 metros Libres Mixto (2 mujeres y 2 hombres)

## **MSW. 3 NORMAS TECNICA DE NATACION MASTER.**

### *Masters Swimming Technical Rules*

**MSW.3.1** Los grupos de edad y sexos podrá combinarse de forma que ningún nadador tenga que nadar solo y las calles se puedan llenar.

*Age groups and sexes may be combined so that no swimmer has to swim alone and lanes may be filled.*

**MSW.3.2** Cuando se utiliza la salida hacia delante, el silbato del árbitro indicará que los nadadores pueden tomar posiciones con al menos un pie en la parte frontal de la plataforma de salida o zona de piscina, o directamente en el agua con una mano siempre en contacto con la pared de salida.

*When using the forward start, the referee's whistle shall indicate that the swimmers may take their positions with at least one foot at the front of the starting platform or pool deck, or in the water with one hand having contact with the starting wall.*

**MSW.3.3** Cualquier nadador que salga antes de que el juez de salidas de la señal de salida, será descalificado. (Reemplaza SW.4.1).

*MSW 3.3 Any swimmer starting before the starting signal has been given by the Starter shall be disqualified. (Supersedes SW 4.1).*

**MSW.3.4** Todas las pruebas Master se realizaran en base a tiempo final.

*All Masters events shall be conducted on a timed final basis.*

**MSW.3.5** Se permitirá a los nadadores permanecer en su calle mientras que otros estén compitiendo, hasta que el árbitro les mande salir de la piscina.

*Swimmers may be allowed to remain in their lane while other swimmers are competing until directed by the referee to exit the pool.*

**MSW.3.6** El orden de los nadadores por género es opcional en los relevos mixtos.

*The order of swimmers by gender is optional in mixed relays.*

**MSW.3.7** El Comité Organizador puede poner 400 m, 800 m y 1500 m libre para que lo naden dos (2) nadadores del mismo sexo en un calle. Se requerirá cronometraje separado para cada nadador.

*The Organising Committee may arrange 400 metre, 800 metre and 1500 metre Freestyle to be swum two (2) swimmers of the same sex in a lane. Separate timing will be required for each swimmer*

**MSW.3.8** El calentamiento deberá ser supervisado.

*The Warm Up must be supervised.*

**MSW.3.9** Un movimiento de patada de braza esta permitido en mariposa. Sólo una patada de braza esta permitida por tirón de los brazos excepto que una sola patada de braza esta permitida antes del viraje y de la llegada sin un tirón de brazos. Después de la salida y después de cada viraje, una sola patada de braza esta permitida antes del primer tirón de brazos.

*A breaststroke kicking movement is permitted for butterfly. Only one breaststroke kick is permitted per arm pull except that a single breaststroke kick is permitted prior to the turn and the finish without an arm pull. After the start and after each turn, a single breaststroke kick is permitted prior to the first arm pull.*

**MSW.3.10** Los nadadores que ha sido descalificados, deberán aparecer en los resultados con el código de la razón de su descalificación.

*Swimmers who had to be disqualified must be listed with coded reason for disqualification in the results list.*

## **MSW.4 Relevos**

*Relays*

**MSW.4.1** Los relevos consistirá en cuatro nadadores inscritos en el mismo club. Ningún nadador podrá representar a más de un club.

*Relays shall consist of four swimmers each registered with the same club. No swimmer is allowed to represent more than one club*

## **MSW.5 Récords**

*Records*

**MSW.5.1** Los Records del Mundo Master para todas las pruebas que aparecen en la MSW.2 para ambos sexos en cada grupo de edad, serán reconocidos y se mantendrán a la centésima de segundo y según las estipulaciones que aparecen en el formulario. Los Récords del Mundo también podrán registrarse con cronometraje manual en centésimas de segundo (según la SW 11.3).

*Masters World Records for all events listed in MSW 2 for both sexes in each age group shall be recognised and maintained in 1/100 second time (2 decimal places) and according to the provisions listed on the application form. World Records may also be recorded with manual timing in 1/100 second time (2 decimal places in accordance with SW 11.3).*

**MSW.5.2** Las solicitudes para el Récords del Mundo Master deberán hacerse en el formulario oficial de la FINA (ver páginas siguientes, hojas originales) por la persona en cuestión, dentro de los 60 días siguientes desde el final de la prueba.

*Applications for Masters World Records must be made on the FINA official forms (See next page) by the individual in question within 60 days from the end of the event*

**MSW.5.3** Los Records del Mundo solo pueden establecerse en competiciones Master:  
World Records can only be established in a Masters meet:

- a. Establecida oficialmente por una federación miembro de FINA; y  
*formally sanctioned by a FINA Member Federation; and*
- b. Organizada en nombre de un club o una organización, que es miembro de esta federación miembro de FINA o reconocidas por la FINA; y  
*organised for on behalf of a club or an organisation, which is a member of this FINA Member Federation or recognised by FINA; and*
- c. realiza bajo las reglas de la FINA (y especialmente los correspondientes a la natación Master); y  
*conducted under the rules of FINA (and specially those relevant to Masters Swimming); and*
- d. En la que sólo los nadadores inscritos son miembro del club de una federación miembro de FINA.  
*in which only swimmers registered in a club member of a FINA Member Federation participated.*





MASTERS

### MASTERS SWIMMING WORLD RECORD APPLICATION FORM

1 EVENT ..... Male / Female / Mixed (Circle One)

2 OFFICIAL TIME .....min.....sec.....sec/100

3 AGE GROUP .....

4 POOL LENGTH Short course (25m)  Long course (50m)

5 LOCATION/DATE OF OFFICIAL SANCTIONED MASTERS MEET  
 .....  
 Pool Name ..... City ..... Country ..... Date .....

6 CONFIRMATION OF POOL LENGTH BY A RESPONSIBLE PERSON: ATTACHED  OR ON FILE   
 First Name / Last Name Sex Age Date of Birth (Name Month)

7 NAME OF SWIMMER ..... M / F .....

8 RELAY TEAM NAMES  
 1 ..... M/F .....  
 2 ..... M/F .....  
 3 ..... M/F .....  
 4 ..... M/F .....

9 PHOTOSTAT OF BIRTH CERTIFICATE OR PASSPORT: ATTACHED  OR ON FILE

10 CLUB NAME ..... COUNTRY .....

11 ELECTRONIC TIME .....min.....sec.....sec/100

12 NON-ELECTRONIC TIME (Three digital watches required)  
 (1).....min.....sec.....sec/100 (2).....min.....sec.....sec/100 (3).....min.....sec.....sec/100

13 PHOTOSTAT OF TIME RECORD TO BE ATTACHED

14 ALL FINA RULES WERE FOLLOWED INCLUDING THE USE OF LEGAL SWIM SUIT  
 CERTIFYING OFFICIAL  
 PRINTED NAME ..... SIGNATURE .....  
 OFFICIAL TITLE ..... DATE .....

15 NATIONAL RECORDER  
 PRINTED NAME ..... SIGNATURE .....  
 ADDRESS ..... COUNTRY .....  
 DATE .....

16 FINA RECORDER Long Course/Short Course Approved / Not Approved  
 Reason for Non Approval .....  
 Signature..... Date.....

17 FINA OFFICE Ratified / Not Ratified  
 Signature..... Date.....





## MASTERS SWIMMING WORLD RECORD APPLICATION INSTRUCTIONS

### 1. GENERAL

World Records for Masters are recognized by FINA in both Long Course (50 metre pools only) and Short Course (25 metre pool only). Performances must be registered at a sanctioned Masters Meet. All events must be swum under FINA rules as applied to Masters Swimming.

### 2. EVENTS AND AGE GROUPS

#### 2.1 INDIVIDUAL EVENTS – for Men and Women

Freestyle – 50m, 100m, 200m, 400m, 800m and 1500m;

Backstroke, Breaststroke and Butterfly – 50m, 100m and 200m;

Individual Medley – 100m (Short Course only), 200m and 400m.

Age Groups 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69  
70-74, 75-79, 80-84, 85-89, 90-94, 95-99, 100-104, ...

#### 2.2 RELAY EVENTS – for Men, Women and Mixed (2 men and 2 women)

4x50m Freestyle, 4x50m Medley, 4x100m Freestyle, 4x100m Medley, 4x200m Freestyle

Relay Age Groups are calculated from the total age of team members (in whole years)

100 – 119 years, 120 to 159 years, 160 – 199 years, 200 to 239 years

240 – 279 years, 280 to 319 years, 320 – 359 years, 360 to 399 years...

### 3. ELIGIBILITY

All applicants must be financial members of a Federation affiliated with FINA. Relay teams must be made up of four swimmers each properly registered with a single club. Swimmers may swim for only one club at any particular meet.

### 4. TIMING

a. Electronic timing will take precedence.

b. If non-electronic, three digital watches are required and all 3 times must be submitted.

c. Meet timing record or photocopy is to be attached to the application form.

### 5. AGE DETERMINING DATE

For all purposes pertaining to Masters World Records and Masters World Championship meets, the actual attained age of the competitor as of 31 December of the year of the meet shall determine their age group for that competition and any record set during that competition.

### 6. APPLICATIONS

Applications for records should be placed on FINA Masters Swimming World Record Application Forms (FINA Form MSR1) by the Meet Director and submitted within sixty (60) days of the event. The application is to be endorsed by either the Chief Timekeeper or the Referee of the meet. The National Federation is to verify the details of the applicant and ensure that all documentation is complete including:

a. Certification of pool length;

b. Proof of date of birth;

c. Timing record.

The application should be forwarded to the FINA Office located at Avenue de l'Avant-Poste Nr. 4, 1005 Lausanne, SWITZERLAND. Email: [masters@fina.org](mailto:masters@fina.org)

FINA will decide whether to approve the record application. The FINA Office will inform the National Federation of the results of each application. If after publication an error is detected, the swimmers have the right to appeal for a correction within 6 months of the publication date.

**DETAILED INSTRUCTIONS:**

Line 1 – If the Record Application is for an Individual Event, then enter that Event Name from the above list item # 2.1. If it is for a Relay Event then enter that Event Name from the above list item # 2.2. Circle either Male, Female or Mixed.

Line 2 - Enter the Official Time in minutes, seconds and 1/100<sup>th</sup> of second without rounding.

Line 3 - If the Record Application is for an Individual Event then enter the Age Group from the above list item # 2.1. If for a Relay Event then enter the Age Group from the above list item #2.2.

Line 4 – Identify the Course Type as either Short Course 25 metres or Long Course 50 metres.

Line 5 – Enter the Pool Name, City, Country and Date of the Official Sanctioned Masters Meet.

Line 6 – A copy of the pool length confirmation must either be attached with this application or already on file with the FINA Masters Recorder. A one-time measurement is required unless there are changes to the pool that might cause the pool measurements to change. Then the pool length must be confirmed again.

Line 7 – If an Individual Event then list the swimmer's first name then last name, circle M for male or F for female, enter age (see item #5 above) and the full date of birth including the name of the month.

Line 8 – If this record is for a Relay then list each member of the relay in the order they swam. List the swimmer's first name then last name, circle M for male or F for female, enter age (see item #5 above) and the full date of birth including the name of the month.

Line 9 – A copy of each swimmer's birth certificate or passport must either be attached with this application or already on file with the FINA Masters Recorder. A marriage certificate is not required.

Line 10 – Enter the Club name of the individual swimmer or relay team and the Federation that this club is affiliated with.

Line 11 – If the primary timing system used Automatic Officiating Equipment then enter the electronic time in minutes, seconds, 1/100<sup>th</sup> second without rounding.

Line 12 – If the primary timing system did not use Automatic Officiating Equipment then enter the Non-Electronic times from the 3 sources.

Line 13 – If the primary timing system used Automatic Officiating Equipment then a copy of that systems printout is required. The printout must show the details from the specific heat where the record occurred. Meet results with splits are not acceptable. If the primary timing

2

system did not use Automatic Officiating Equipment then submit a copy of the timers sheet/card.

Line 14 – Enter the Name and Title of the Certifying Official. A signature and date is required.

Line 15 – The National Masters Recorder for the Federation where the swimmer(s) is affiliated must enter the Name and Federation. A signature and date is required.

Line 16 & 17 – For Official Use Only.

**MSW.5.4** El primer nadador en relevos mixtos puede solicitar un Record del Mundo Master.

*The first swimmer in mixed relays may apply for a Masters World Record.*

## APENDICE 1

### APPENDIX 1

Para determinar los Top Ten en Natación Master.

*Ruling for Masters Top Ten tabulations.*

Los resultados que son válidos para Top Ten FINA Masters sólo pueden establecerse en una competición Master:

*Results that are valid for the FINA Masters Top Ten results can only be established in a Masters meet:*

- a. Establecida oficialmente por una federación miembro de FINA; y  
*formally sanctioned by a FINA Member Federation; and*
- b. Organizada en nombre de un club o una organización, que es miembro de esta federación miembro de FINA o reconocidas por la FINA; y  
*organised for on behalf of a club or an organisation, which is a member of this FINA Member Federation or recognised by FINA; and*
- c. realiza bajo las reglas de la FINA (y especialmente los correspondientes a la natación Master); y  
*conducted under the rules of FINA (and specially those relevant to Masters Swimming); and*
- d. En la que sólo los nadadores inscritos son miembro del club de una federación miembro de FINA.  
*in which only swimmers registered in a club member of a FINA Member Federation participated.*

**DISQUALIFICATION CODES****GENERAL:**

- GA** False start (Salida Falsa)  
**GB** Delay of meet (Retraso de cumplir)  
**GC** Unsportsmanlike manner (Manera antideportiva)  
**GD** Interference with another swimmer (Interfiere a otro nadador)  
**GE** Did not swim stroke specified (No nadó el estilo especificado)  
**GF** Did not swim distance specified (No nadó la distancia especificada)  
**GG** Did not finish in same lane (No terminó en la misma calle)  
**GH** Standig on botton during any stroke but freestyle (De pie en el fondo durante algún estilo, pero de estilo libre)  
**GI** Swimmer swan in wrong lane (El nadador nado en una calle equivocado)  
**GJ** Swimmer made use of aids (El nadador hizo uso de ayudas)  
**GK** Swimmer dit not finish (El nadador no terminó)  
**GL** Pulled on lane ropes (Empuja en la corchera)  
**GM** Use of not FINA approved swim suite (El uso de bañadores no aprobado por FINA)  
**GN** Use of more than one swim suite (El uso de más de un traje de baño)  
**GO** Use of tape on the body (El uso de cinta adhesiva en el cuerpo)

**FREESTYLE - LIBRES:**

- FrA** No touch at turn or finish (No toca en el viraje o llegada)  
**FrB** Swam under water more than 15 meters after start or turn (Nada debajo del agua más de 15m después de la salida o viraje).  
**FrC** Walked on pool botton and/or pushed off botton (Caminar sobre el fondo de la piscina y/o empujarse sobre el fondo).

**BACKSTROKE - ESPALDA :**

- BaA** Toes over the gutter (Dedos de los pies sobre el rebosadero)  
**BaB** Head dit not break surface by 15 meters after start or Turn (La cabeza no rompe la superficie antes de los 15m después de la salida/viraje).  
**BaC** Shoulders past vertical (Hombros pasa la vertical).  
**BaD** No touch at turn and/or finish (No toca en el viraje o llegada).  
**BaE** Not on back off wall (No sobre la espalda fuera de la pared)  
**BaF** Did not finish on back (No terminó sobre la espalda)  
**BaG** Past vertical at turn: non continuous turning action (Pasa la vertical en el viraje; Acción de giro no continuo).  
**BaH** Past vertical at turn: independent kicks (Pasa la vertical en el viraje: Patada independiente)  
**BaL** Past vertical at turn: independent strokes (Pasa la vertical en el viraje: brazadas independientes)

**BREASTSTROKE - BRAZA:**

- BrA** Head did not break surface before hands turned inside at widest part of second stroke. La cabeza no se rompió la superficie antes de que las manos girasen hacia dentro en la parte más amplia de la segunda brazada.  
**BrB** Head did not break surface of water during each complete stroke cycle. (La cabeza no se rompió la superficie del agua durante cada ciclo de brazada completa)  
**BrC** Arm movements not always simultaneous and in horizontal plane (El movimiento de brazos no siempre simultáneo y en plano horizontal).  
**BrD** Leg Movements not always simultaneous and in horizontal plane (Movimiento de piernas no siempre simultáneo y en el plano horizontal).  
**BrE** Hands not pushed forward on, under or over water (Las manos no llevadas hacia delante en, debajo o sobre el agua).  
**BrF** Elbows not always submerged during race (Los codos no siempre sumergidos durante la carrera).

- BrG** Feet not turned outward during propulsive part of kick (Los pies no girados hacia fuera en la parte propulsiva de la patada).  
**BrH** Did not touch wall with both hands simultaneously at turn and/or finish (No toca la pared con ambas manos simultáneamente en el viraje y/o llegada).  
**Brl** Body not on breast from beginning of first arm stroke after start and/or turn (El cuerpo no se encuentra sobre el pecho desde el principio de la primera brazada después de la salida y/o el viraje)  
**BrJ** illegal downward butterfly kick (Illegal patada de mariposa hacia abajo)  
**BrK** Broke Stroke Cycle (Rompió ciclo de brazada)  
**Brl** More than one butterfly kick during the first arm stroke after start or turn (Más de una patada de mariposa durante la primera brazada después de la salida o viraje )  
**BrM** Butterfly kick after turn not followed by breaststroke kick (Después de la patada de mariposa a su vez no es seguido por patada de braza )

**BUTTERFLY - MARIPOSA :**

- BfA** Head did not break surface 15 meter after start or turn (La cabeza no rompió la superficie de 15m después de la salida o viraje)  
**BfB** More than one arm pull under water after start or turn (Más de una brazada bajo el agua después de la salida o viraje)  
**BfC** Not toward breast off the wall (No hacia la pared del pecho)  
**BfD** Did not bring arms forward and/or backward simultaneously (Brazos no llevados simultáneamente adelante y/o atrás)  
**BfE** Did not bring arms forward over water (Brazos no llevados adelante por encima del agua)  
**BfF** Did not execute movement of both feet in same way (No se ha ejecutado el movimiento de ambos pies de la misma forma)  
**BfG** Did not touch wall with both hands simultaneously at turn and/or finish (No toca ambas manos simultáneamente en el viraje y/o llegada)  
**BfH** No touch at turn and/or finish (No toca en viraje y/o llegada)  
**BfI** Arm movements did not continue throughout race (Movimiento de brazos no continuo durante de prueba)  
**BfJ** More than one breaststroke kick per arm pull (Mas de una patada de braza por brazada de brazos)

**INDIVIDUAL MEDLEY - ESTILOS INDIVIDUAL :**

- IMA** Freestyle swam as backstroke, breaststroke or butterfly (Nado el estilo libre como espalda, pecho o mariposa)  
**IMB** Not swum in right order (No nadar en el orden correcto)  
**IMC** Stroke infraction- use stroke codes (Infracción de estilo- utilizar los códigos de estilo)

**RELAYS -RELEVOS:**

- RA** Early swimmer take-off # (RA#) (Nadador salida anticipada)  
**RB** Medley not swum in right order (Estilos no nadados en orden correcto)  
**RC** Changed order of swimmers (Cambiado el orden de los nadadores)  
**RD** Non listed swimmer swam (Nadó un nadador no inscrito)  
**RE** Stroke infraction- use stroke codes and swimmer # (RE#) (Infracción de estilo- poner código estilo y nadador #(RE#)  
**RF** Swimmer other than the swimmer designated to swim entered race area before all finished (Un nadador distinto al nadador designado para nadar entra en la prueba ante de que todos terminen)

## NORMAS MASTER DE AGUAS ABIERTAS (MOWS)

La Natación Master en Aguas Abiertas se define como una prueba cuya distancia sea mayor de 1500 metros y en la que la inscripción esta restringida a nadadores Master. Se aplicarán los grupos de edad de Natación Master.

*Masters Open Water Swimming shall be defined as any event for which the distance is greater than 1500 metres and where entry is restricted to Master swimmers. Masters Swimming age groups shall apply.*

Se aplicarán las normas técnicas de Natación en aguas abiertas, incluidas en el Reglamento de Aguas Abiertas, con las siguientes excepciones.

*The Open Water Swimming Rules in Part IV of the FINA Handbook shall apply to Masters Open Water Swimming with the following exceptions.*

**MOWS.1.** Las pruebas de natación master para Aguas Abiertas se llevarán a cabo en una distancia de hasta 5km.

*Masters Open Water Swimming events will be up to 5 km.*

**MOWS.2** La temperatura del agua se medirá en los 30 minutos antes del inicio de la Carrera y debe tener un mínimo de 18 grados y una máxima de 31 grados. La temperatura del agua deberá ser certificada por el oficial de Seguridad, en la mitad de recorrido y lo más posible a una profundidad de 40 cm.

*The water temperature shall be measured within 30 minutes before start of race and must be a minimum of 18 C and maximum of 31 C. The water temperature shall be certified by the Safety Officer as measured in as near to the middle of the course as possible at a depth of 40 cm.*

**MOWS.3** Será obligatorio para todos los nadadores llevar gorros de colores muy visibles.

*It shall be compulsory for all swimmers to wear highly visible coloured swim caps*

**MOWS.4** En todas las pruebas de Aguas Abiertas Master la seguridad de la competición será de primordial importancia.

*At all Masters Open Water events the safety of the competition shall be of paramount importance.*

## NORMAS MASTERS DE SALTOS (MD)

Las normas del Reglamento Técnico de Saltos (Parte V) se aplicarán a los saltos master con las siguientes excepciones

*The Diving Rules in Part V of this Handbook shall apply to Masters Diving with the following exceptions.*

### MD.1 Grupo de edad y Pruebas

Age Groups and Events

#### MD 1.1 Saltos de trampolín - Masculino y Femenino ( 1 y 3 metros).

*Springboard Diving - Men and Women (1 metre and 3 metre)*

Grupo de edad (años) Age Group (years)	Número de saltos total requerido Total number of dives required	
	Masculino	Femenino
	25-29	7
30-34	7	6
35-39	7	6
40-44	7	6
45-49	7	6
50-54	6	5
55-59	6	5
60-64	6	5
65-69	6	5
70-74	5	4
75-79	5	4
80+	4	3

(grupos de edad de cinco en cinco años, tantos como sea necesario)  
(five years age groups as long as necessary)

#### MD 1.2 Saltos de Plataforma- Masculino y Femenino (5, 7.5 o 10 metros)

*Platform Diving - Men and Women (5 metre, 7.5 metre, or 10 metre)*

Grupo de edad (años) Age Group (years)	Número de saltos total requerido Total number of dives required	
	Masculino	Femenino
	25- 29	6
30- 34	6	6
35- 39	6	6
40- 44	6	6
45- 49	6	6
50- 54	5x	5x
55- 59	5x	5x
60- 64	5x	5x
65- 69	5x	5x
70- 74	4x	4x
75- 79	4x	4x





## **MD 2. Normas técnica Salto Master**

### *Masters Diving Technical Rules*

**MD 2.1** El saltador puede escoger libremente las saltos de la tabla de salto que figura en el Reglamento de salto de FINA. El único requisito es que en los grupos de edad 25-69 años, cada salto realizado tenga número de salto diferente (según establece el reglamento de FINA ).

*The diver can freely choose the dives from the dive table given in the FINA Handbook. The only requirement is that in age groups 25 – 69 years, each dive performed has different dive number (as to FINA Handbook).*

En los grupos de edad de 70 y más edad, los saltos con el mismo número se puede repetir, si se realizan en una posición distinta (estirado, carpado, encogido o libre).

*In age groups 70 and older dives with the same dive number can be repeated, if performed in a different position (straight, pike, tuck or free position).*

**MD 2.2** Los saltadores que miren hacia delante se pueden realizar con o sin enfoque corriendo.

*Forward facing dives can be performed with or without running approach.*

**MD 2.3** En las pruebas de saltos sincronizados, se permite a dos saltadores de diferentes clubes dentro de la misma federación competir como un equipo de saltos sincronizados en la competición de saltos de 3 metros en trampolín y competiciones de saltos sincronizados en plataforma.

*In synchronised diving events two divers from different clubs within the same Federation are permitted to compete as a synchronised diving team in the 3m springboard and the platform synchronised diving competitions*

**MD 2.4** En Saltos Sincronizados los dos saltadores deben realizar el mismo número de salto y la posición. De lo contrario, los árbitros deberán declarar salto nulo (0 puntos)

*In Synchronised Diving both divers must perform the same dive number and position. Otherwise, the Referees shall declare a failed dive (0 points)*

## NORMAS WATERPOLO MASTER (MWP) MASTERS WATER POLO RULES (MWP)

Las normas del Reglamento Técnico de waterpolo (PARTE VI), se aplicarán al waterpolo master, con las siguientes excepciones:

*The Water Polo Rules in Part VI of this Handbook shall apply to Masters Water Polo with the following exceptions:*

### **MWP.1** Grupo de Edad.

*Age Groups*

**MWP.1.1** Los grupos de edad para Waterpolo Master se aplicarán para equipos de hombres y equipos de mujeres.

*Age groups for Masters Water Polo shall apply for men and women teams.*

**MWP.1.2** La edad del miembro más joven determina el grupo de edad del equipo. No hay restricciones en las edades de ningún jugador que sea mayor que el jugador más joven del equipo.

*The age of the youngest member of the team determines the age group of the team. There are no restrictions on the ages of any players older than the youngest player on the team.*

**MWP.1.3** Los grupos de edad de los equipos son en intervalos de cinco años, comenzando con 30. Ejemplo: 30 y más, 35 y más, 40 y más, etc.

*Age groups for teams are at five-year intervals beginning with 30. i.e. 30+, 35+, 40+. . . .*

### **MWP.2** Normas Técnico de Waterpolo Master.

*Masters Water Polo Technical Rules*

**MWP 2.1** Cada equipo estará compuesto por siete jugadores, uno de los cuales será el portero y será quien lleve el gorro de portero, y no podrá haber más de ocho reservas como substitutes, enumerados en la lista del partido, que deberán presentarse en la mesa de secretaría en cada partido, al menos 45 minutos antes del comienzo de cada partido. Todos los jugadores enumerados en la lista del partido serán elegibles para jugar en el partido. Después de que los partidos han comenzado, un equipo que juegue con menos de siete jugadores no necesitará tener portero.

*Each team shall consist of seven players, one of who shall be the goal keeper and who shall wear the goalkeepers cap. and not more than eight reserves may be used as substitutes, listed on the game roster, which must be submitted to the official's table for each game, not less than 45 minutes before each game commences. All players listed on the game roster will be eligible to play in the game. After the games has commeced, a team playing with less than seven players shall not be required to have a goal keeper.*

**MWP.2.2** WP 4.3 aplicará excepto que el portero usará el gorro no. 1 y los otros gorros estarán numerados del 2 al 15. El sustituto del portero usará un gorro rojo con el número 13.

*WP 4.3 shall apply except that the goalkeeper shall wear cap no. 1 and the other caps shall be numbered 2 to 15. A substitute goalkeeper shall wear a red cap numbered 13.*

**MWP.2.3** La distancia uniforme entre las líneas de portería será de 23.5 metros como mínimo, y la anchura del campo de juego de 17 metros mínimo.

*The uniform distance between the respective goal lines shall be 23.5 metres minimum, and the uniform width of the field of play shall be 17 metres minimum*

**MWP.2.4** Se aplicará la norma WP.11. de duración del partido del Reglamento Técnico de Waterpolo FINA, excepto que la duración de los partidos master será de cuatro períodos de siete minutos cada uno de juego real para los grupos de edad 30+, 35+, 40+ y 45+ y seis minutos cada uno de juego real para los grupos de edad 50+, 55+, 60+, etc.

*WP 11 time standards shall apply except that the duration of the Masters games shall be four periods of seven minutes each actual play for the 30+, 35+, 40+ and 45+ age groups and six minutes each actual play for the 50+, 55+, 60+, etc. Age groups.*

**MWP.2.5** Habrá un intervalo de dos minutos entre cada período de juego. Los equipos incluidos los jugadores, entrenadores y oficiales de equipo, cambiarán de lado antes del comienzo del tercer período.

*There shall be a two minute interval between each period of play. The teams including the players, coaches and team officials, shall change ends before starting the third period.*

**MWP.2.6** Se aplicará el método de puntuación WP.14.4 del Reglamento Técnico de Waterpolo FINA, exceptuando al tiempo de posesión del balón que será de 35 segundos.

*WP 14.4 method of scoring shall apply except that the time of possession of the ball shall be 35 seconds.*

**MWP.2.7** Las jugadoras femeninas pueden ser miembros de los equipos masculinos.

*Women players may be members of men's teams.*

## NORMAS MASTER NATACION SINCRONIZADAS (MSS) MASTERS SYNCHRONISED SWIMMING RULES (MSS)

Se aplicará el Reglamento Técnico de Natación Sincronizada (Parte VII) para todos los master de Natación Sincronizada, con las siguientes excepciones:

*The Synchronised Swimming Rules in Part VII of this Handbook shall apply to all Masters Synchronised Swimming except for the following:*

### MSS.1 Grupo de Edad.

*Age Groups*

**MSS.1.1** Solo: 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70-79, 80 y más.

*Solo: 25 - 29, 30-39, 40-49, 50-59, 60 - 69, 70-79, 80 and over.*

**MSS.1.2** Dúos: 25-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70-79, 80 y más, con la edad determinada por la media de edad de las participantes.

*Duet: 25-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70-79, 80 and over with age determined by the average age of the competitors.*

**MSS.1.3** Equipo: 25-34, 35-49, 50-64, 65 y más, con la edad determinada por la media de edad de las participantes.

*Team: 25-34, 35-49, 50-64, 65 and over with age determined by the average age of the competitors.*

**MSS.1.4** Combo Libre: 25-39, 40-64, 65 y más, con la edad determinada por la media de edad de las participantes.

*Free Combination 25 - 39, 40 - 64, 65 and over with age determined by the average age of the competitors.*

**MSS.1.5** La edad media de los competidores en una rutina será determinada por la suma de las edades de los nadadores actuales, dividido por el número de nadadores (no incluyendo a los reservas) y descartando cualquier fracción o decimal en el resultado. (Por ejemplo, si la media de edad de un equipo es 49.833, ellos deberán nadar en el grupo de edad de 35-49).

*The average age of the competitors in a routine shall be determined by adding the ages of the actual swimmers, dividing by the number of swimmers (not including the reserves) and dropping any resulting fraction or decimal. (For example, if the average age of a Team is 49.833, they would swim in the 35-49 age group).*

**MSS.1.6** En las competiciones hasta finales del año 2014, con las nadadoras con edad de 22 a 24 años pueden ser parte de un equipo en el equipo y prueba de combinación libre si el promedio de edad del equipo es de al menos 25 años.

*At competitions until the end of year 2014 swimmers with an age of 22 to 24 can be part of a team in the team and free combination event if the average age of the team is at least 25 years.*

## MSS.2 Pruebas

### Events

**MSS.2.1** Las pruebas de Natación Sincronizada Master son Solos, Dúos, Equipos y Libres Combo . Técnica y Solo Libres juntas constituyen una prueba. Del mismo modo, las Técnicas y Duos Libres juntas es una prueba, y las Técnicas y Equipo Libres es una prueba. La Técnica. La Combo por si mismo es una prueba.

*The events of Masters Synchronised Swimming are Solo, Duet, Team and Free Combination. Technical and Free Solos together constitute one event. Similarly, the Technical and Free Duets together is one event, and the Technical and Free Team is one event. The Combination by itself is one event.*

**MSS.2.2** El programa de Pruebas Master será Rutinas Técnicas, Rutinas Libres y Combo Libres.

*The programme for the Masters Event shall be Technical Routines, Free Routines and Free Combination.*

### MSS.2.2.1 Rutina Técnica

#### Technical Routine

Se celebrará Rutina Técnica en Solos, Dúos y Equipos, con todos los elementos obligatorios seleccionados por el Comité FINA de Master cada cuatro años, y sometido a la aprobación del Bureau de FINA. En las rutinas técnicas tienen que incluirse todos los elementos obligatorios. La selección de música es opcional y puede ser la misma que la música utilizada en la Rutina Libre.

*The Technical Routine shall be performed for Solos, Duets and Teams, with the required elements selected by FINA Masters Committee every four (4) year, subject to approval by the FINA Bureau. Technical Routines have to include all required elements. Music selection is optional and may be the same as the music used in the Free Routine.*

### MSS.2.2.2 Rutina Libre

#### Free Routine

La Rutina Libre consistirá de Solos, Dúos, y Equipos y Combo Libre. No hay restricciones en la elección de la música, su contenido o coreografía

*The Free Routine shall consist of Solo, Duets, and Teams and Free Combination. There are no restrictions as to choice of music, content or choreography.*

## MSS.3 Competiciones

### Competitors

**MSS.3.1** Los participantes en Dúo, Equipo y Combo Libre, representarán al mismo club.

*Competitors in Duet, Team and Free Combination competitors shall represent the same club.*

**MSS.3.2** Los equipos estarán compuestos por un mínimo de cuatro (4) miembros y un máximo de ocho (8) miembros. El Combo Libre estará compuesto por un mínimo de cuatro (4) miembros y un máximo de diez (10) miembros.

*Teams shall consist of a minimum of four (4) members and a maximum of eight (8) members. Combination shall consist of a minimum of four (4) members and a maximum of ten (10) members.*

## **MSS.4 Normas técnicas de natación sincronizadas**

*Masters Synchronised Swimming Technical Rules*

### **MSS.4.1 Límites de tiempo para las Rutinas**

*Time Limits for Routines*

Los límites de tiempo para las Rutinas Técnicas y para las Rutinas Libres incluyendo diez (10) segundos para el movimiento en la zona en seco:

*Time limits for Technical Routines and Free Routines including ten (10) seconds for the deck movement.*

**MSS 4.1.1** Rutina Técnica: Solo - 1 minuto 30 segundos.

Rutina Libre: Solo - 2 minutos 30 segundos.

*Technical Routines: Solo - 1 minute 30 seconds*

*Free Routines: Solo - 2 minutes 30 seconds*

**MSS 4.1.2** Rutina Técnica: Duo - 1 minuto 40 segundos.

Rutina Libre: Duo - 3 minutos.

*Technical Routines: Duet - 1 minute 40 seconds*

*Free Routines: Duet - 3 minutes*

**MSS 4.1.3** Rutina Técnica: Equipos - 1 minuto 50 segundos.

Rutina Libre: Equipos - 4 minutos.

*Technical Routines: Teams - 1 minute 50 seconds*

*Free Routines: Teams - 4 minutes*

**MSS 4.1.4** Combo Libre - 4 minutos 30 segundos.

*Free Combinations - 4 minutes 30 seconds*

**MSS 4.1.5** No habrá tiempo límite mínimo.

*There shall be no minimum time limit*



### **MSS.4.1.6** Límites de Tiempo Máximo:

Maximum Time Limits:

Tendrá una concesión de quince (15) segundos más, además del tiempo asignado para la Rutinas Técnicas, las Rutinas Libres y los Combos Libres

*There shall be an allowance of fifteen (15) seconds plus the allotted time for Technical Routines, Free Routines and Combination.*

### **MSS.4.2** Las dimensiones de la piscina de competición será de 25x20 metros y un mínimo de profundidad de 2.5 metros.

*The size of the competition pool shall be 25x20 metres and minimum 2.5 metres deep.*

### **MSS.4.3** Se pueden llevar gafas.

*Goggles may be worn.*

### **MSS.4.4** Juzgando y calificando

*Judging and scoring*

#### **MSS 4.4.1** Para juzgar en Rutinas Libres cada juez otorgará tres puntuaciones, 0 al 10 puntos cada uno.

*For judging Free Routines each judge shall award three scores, 0 to 10 points each.*

a) En merito técnico calificarán en las puntuaciones de los jueces en la ejecución, sincronización y dificultad.

*The Technical Merit judges shall awards scores for Execution, Synchronisation and Difficulty.*

b) La impresión Artística los jueces calificarán en coreografía, interpretación musical y forma de presentación.

*The Artistic Impression judges shall award scores for Choreography, Music Interpretation and Manner of Presentation.*

#### **MSS 4.4.2**

Para la anotación en Rutina Libres en donde los jueces están otorgando cada 3:

To score Free Routines where judges are giving 3 scores each:

a) Para cada uno de los seis(6) componentes de jueces para rutinas Libres, el calificador tachará la más alta y la más baja (uno de cada uno) para cada conjunto de las puntuaciones.

*For each of the six (6) components of the Free Routines, the scorer shall cancel the highest and lowest (one each) for each set of awards.*

b) Se suman las puntuaciones restantes, y las sumas se divide por el número de jueces menos dos (2).

*The remaining awards are added, and the sum is divided by the number of judges less two (2).*

c) Para la puntuación de Mérito Técnico, la puntuación de ejecución se multiplica por 40%, la puntuación de sincronización en un 30%, y la puntuación de dificultad en un 30%. La puntuación de Mérito Técnico será la suma de estos tres resultados.

*For the Technical Merit score, the Execution score is multiplied by 40%, the Synchronisation score by 30%, and the Difficulty Score by 30%. The Technical Merit score shall be the sum of these three results.*

d) Para la puntuación de Impresión Artística, la puntuación de la Coreografía se multiplica por un 50%, la Puntuación de la música de Interpretación por un 30%, y la puntuación por la forma de presentación por un 20%. La Puntuación por Impresión Artístico será la suma de estos resultados.

*For the Artistic Impression score, the Choreography Score is multiplied by 50%, the Music Interpretation Score by 30%, and the Manner of Presentation Score by 20%. The Artistic Impression Score shall be the sum of these results.*

e) La Puntuación en Mérito Técnico será la suma de la ejecución, sincronización y la puntuación en dificultad. La Puntuación en Impresión Artístico será la suma de la Coreografía, Música por Interpretación y forma de Puntuación en presentación.

*The Technical Merit Score shall be the sum of the Execution, Synchronisation and Difficulty scores. The Artistic Impression Score shall be the sum of the Choreography, Music Interpretation and Manner of Presentation Scores.*

f) La Puntuación de Rutina Libre será la suma del 50% de la puntuación en Mérito Técnico y el 50% de la puntuación de Impresión Artística, menos las deducciones de penalización.

*The Free Routine Score shall be the sum of 50% of the Technical Merit Score and 50% of the Artistic Impression score, less any penalty deductions.*

**MSS 4.4.3** Para las rutinas técnicas, cada juez deberá conceder una sola de ejecución o Impresión general, de 0 a 10 puntos cada uno. Los paneles cada uno el 50% de la puntuación de rutina.

*For Technical Routines, each judge shall award a single for Execution or Overall Impression, from 0 to 10 points each. The panels will each be 50% of the routine score.*

**MSS 4.4.4** Para puntuar Rutinas Técnicas:

*To score Technical Routines:*

a) El puntador deberá anular el mayor y el menor puntuación (uno cada uno) para cada conjunto de premios, ejecución e impresión general.

*The scorer shall cancel the highest and lowest award (one each) for each set of awards, Execution and Overall Impression.*

b) Se suman los puntuaciones restantes, la suma se divide por el número de jueces menos dos (2) y el resultado se multiplica por 5 en un máximo de 50 puntos.

*The remaining awards are added, the sum is divided by the number of judges less two (2) and the result is multiplied by 5 for a maximum of 50 points.*

c) La Rutina Técnica será la suma de la puntuación de Ejecución y la puntuación global de impresión, menos las deducciones de penalización.

*The Technical Routine shall be the sum of the Execution score and the Overall Impression Score, less any penalty deductions.*

**MSS 4.4.5** El resultado final se determina sumando los resultados de la Rutina Técnica y Rutina Libre - para un máximo de 200 puntos.

*The final result is determined by adding the results of the Technical Routine and Free Routine – for a maximum of 200 points.*

### MSS 4.4.6

**LIBRE**                      **RUTINA**                      **ANOTACION**  
 FREE                              ROUTINE                              SCORING

**EJEMPLO**  
 EXAMPLE

(Masters reúne con sistema informático y Touchpads juez)  
 (Masters meets with Computer system and Judge Touchpads)

#### TECHNICAL MERIT EXAMPLE

JUDGE		1	2	3	4	5	6	AVG	COMP.	SCORE
CAT	%									50%
E	40	8,4	8,3	8,3	8,4	8,5	8,3	8,350	33,350	
S	30	8,5	8,2	8,2	8,4	8,2	8,5	8,325	24,975	
D	30	8,4	8,4	8,4	8,5	8,4	8,5	8,524	25,275	
									<b>83,650</b>	<b>41,8250</b>

#### ARTISTIC IMPRESSION EXAMPLE

JUDGE		1	2	3	4	5	6	AVG	COMP.	SCORE
CAT	%									50%
E	40	8,5	7,9	7,9	8,3	8,4	8,4	8,250	41,250	
S	30	8,5	8,3	8,0	8,4	8,5	8,3	8,375	25,125	
D	30	8,4	8,3	8,2	8,3	8,5	8,2	8,300	16,600	
									<b>82,975</b>	<b>41,4875</b>
								<b>TOTAL</b>		<b>83,3125</b>

## Elementos solicitados por FINA para Rutinas Técnicas Masters

FINA REQUIRED ELEMENTS FOR MASTERS TECHNICAL ROUTINES

### REQUISITOS GENERALES

#### GENERAL REQUIREMENTS

1. Podrán añadirse elementos suplementarios.
2. A menos que se especifique lo contrario en la descripción de un elemento:
  - Todas las figuras o componentes se ejecutarán según los requisitos que se describen en el Anexo II.
  - Todos los elementos se ejecutarán altos y controlados, con un movimiento uniforme y con cada sección claramente definida.
3. Tiempos límites según la MSS.4.1
4. Los trajes de baño serán negros y la competidora llevará un gorro blanco.

1. *Supplementary elements may be added*

2. *Unless otherwise specified in the description of an element:*

• *All figures or components thereof shall be executed according to the requirements described in Appendix II*

• *All elements shall be executed high and controlled, in uniform motion with each section clearly defined*

3. *Time limits as in MSS 4.1*

4. *Swimwear shall be black and the competitor shall wear a white cap.*

### SOLO

Elementos 1 a 5, se deben realizar en el orden indicado.

Elemento 6 puede ser realizado en cualquier momento durante la rutina.

**1. COLA DE PEZ-** desde la Posición Estirada de Frente, una posición Carpa de Frente se supone, una pierna elevada hasta la Posición Cola de Pez, la segunda pierna se eleva hasta la Posición Vertical (la terminación es opcional).

**2. IMPULSO DEL CUERPO-** Un rápido aumento de cabeza primero, con un máximo por encima de la superficie del cuerpo (brazos opcional). Un descenso se ejecuta hasta que el nadador esté completamente sumergido.

**3. BARRACUDA RODILLA FLEXIONADA-** Desde la posición **CARPA DE ESPALDA CON LAS PIERNAS** y con los dedos de los pies junto debajo de la superficie, un empuje que se ejecuta como una pierna se dibuja a lo largo del interior de la otra pierna extendida a asumir la **POSICION VERTICAL DE RODILLA FLEXIONADA**. Un Descenso Vertical se ejecuta hasta la **POSICION VERTICAL DE RODILLAS FLEXIONADA** al mismo tiempo ritmo que el Empuje.

**4. DESPLAZAMIENTO COMBINADO DE PIERNAS BALLE-** A partir de la **POSICION ESTIRADA DE ESPALDA** incluir al menos dos de las siguientes posiciones: **PIERNA DERECHA DE BALLE;** **PIERNA IZQUIERDA DE BALLE;** **DERECHA FLAMENCO;** **IZQUIERDA FLAMENCO;** **DOBLE PIERNA BALLE.**

**5-POSICION ESPAGAT-** Seguido de frente de salida de paseo o salida de paseo de espalda.

**6. DOS(2) FORMAS DE PROPULSION-** Deben incluir movimiento de batidora hacia los lados y /o hacia delante (brazos opcional).

**SOLO**

*Elements 1 to 5 must be performed in the order listed.*

*Element 6 may be performed at any time during the routine.*

**1. FISHTAIL** – from a **Front Layout Position**, a **Front Pike Position** is assumed; one leg is lifted to a **Fishtail Position**, the second leg is lifted to a **Vertical Position** (ending is optional).

**2. BODY BOOST** – A rapid headfirst rise, with a maximum of the body above the surface (arms optional) A descent is executed until the swimmer is completely submerged.

**3. BARRACUDA BENT KNEE** –From the **BACK PIKE POSITION** with legs perpendicular and with the toes just below the surface, a Thrust is executed as one leg is drawn along the inside of the other extended leg to assume a **BENT KNEE VERTICAL POSITION** . A vertical Descent is executed in a **Bend Knee Vertical Position** at the same tempo as the Thrust.

**4. TRAVELLING BALLET LEG COMBINATION** – Beginning in a **Back Layout Position** to include at least 2 of the following positions: **Right Ballet Leg; Left Ballet Leg; Right Flamingo; Left Flamingo; Double Ballet Leg.**

**5. SPLIT POSITION** followed by a walkout front or walkout back.

**6. TWO (2) FORMS OF PROPULSION** – Must include Egg Beater travelling sideways &/or forward (arms optional)

**DUO**

Elementos 1 a 5, SE DEBE de realizar en el orden indicado.

Elemento 6 – 7 puede ser ejecutado en cualquier momento durante la rutina.

**1. COLA DE PEZ-** desde la Posición Estirada de Frente, una posición Carpa de Frente se supone, una pierna elevada hasta la Posición Cola de Pez, la segunda pierna se eleva hasta la Posición Vertical (la terminación es opcional).

**2. IMPULSO DEL CUERPO** - Un rápido aumento de cabeza primero, con un máximo por encima de la superficie del cuerpo (brazos opcional). Un descenso se ejecuta hasta que el nadadora esté completamente sumergido.

**3. BARRACUDA RODILLA FLEXIONADA-** Desde la posición **CARPA DE ESPALDA CON LAS PIERNAS** y con los dedos de los pies junto debajo de la superficie, un empuje que se ejecuta como una pierna se dibuja a lo largo del interior de la otra pierna extendida a asumir la **POSICION VERTICAL DE RODILLA FLEXIONADA**. Un Descenso Vertical se ejecuta hasta la **POSICION VERTICAL DE RODILLAS FLEXIONADA** al mismo tiempo ritmo que el Empuje.

**4.DESPLAZAMIENTO COMBINADO DE PIERNAS BALLET-** A partir de la **POSICION ESTIRADA DE ESPALDA** incluir al menos dos de las siguientes posiciones: **PIERNA DERECHA DE BALLET; PIERNA IZQUIERDA DE BALLET; DERECHA FLAMENCO; IZQUIERDA FLAMENCO; DOBLE PIERNA BALLET.**

**5-POSICION ESPAGAT-** Seguido de frente de salida de paseo o salida de paseo de espalda.

**6. DOS(2) FORMAS DE PROPULSION-** Deben incluir movimiento de batidora hacia los lados y /o hacia delante (brazos opcional).

**7. ACCION CONJUNTA-** Donde se conectan las nadadoras (tocar) de alguna manera para llevar a cabo una de las siguientes:

- . Una figura conectada o una flotación conectada o una brazada conectada.
- . La acción debe llevarse a cabo simultáneamente. Se permite la acción de Espejo.
- . Agruparse, elevarse, lanzarse, no se permiten.

Con excepción del trabajo en ZONA SECA y LA ENTRADA y como se señalo en la ACCION CONJUNATA, todos los elementos, obligatorios o suplementarios DEBERAN de realizarse de forma simultánea y con todas las nadadoras desplazándose en la misma dirección. Variación en la propulsión y la dirección de desplazamiento se permite solo durante los cambios de modelo.

#### **DUET**

*Elements 1- 5 MUST be performed in the order listed. Elements 6- 7 may be executed at any time during the routine.*

- 1. FISHTAIL** – From a **Front Layout Position**, a **Front Pike Position** is assumed; one leg is lifted to a Fishtail Position, the second leg is lifted to a Vertical Position (ending is optional)
  - 2. BODY BOOST** - A rapid head- first rise, with a maximum of the body above the surface (arms optional). A descent is executed until the swimmer is completely submerged.
  - 3. BARRACUDA BENT KNEE** – From the **Back Pike Position** with legs perpendicular and with the toes just below the surface, a Thrust is executed as one leg is drawn along the inside of the other extended leg to assume a **Bent Knee Vertical Position**. A Vertical Descent is executed in a **Bent Knee Vertical Position** at the same tempo as the Thrust.
  - 4. TRAVELLING BALLET LEG COMBINATION** – beginning in a **Back Layout Position** to include at least 2 of the following positions: **Right Ballet Leg; Left Ballet Leg; Right Flamingo; Left Flamingo; Double Ballet Leg.**
  - 5. SPLIT POSITION** –followed by a walkout front or walkout back.
  - 6. TWO (2) FORMS OF PROPULSION** – Must include Egg Beater travelling sideways &/or forward (arms optional).
  - 7. JOINED ACTION** – Where the swimmers are connected (touching) in some manner to perform one of the following:
    - A connected figure or a connected float or connected stroking.
    - Action must be performed simultaneously. Mirror action is permitted.
    - Stacks, lifts, platforms, throws are not permitted.
- With the exception of the DECK WORK and ENTRY and as noted in the JOINED ACTION, all elements, required and supplementary, MUST be performed simultaneously and facing the same direction by all swimmers. Variation in propulsion and direction facing are permitted during pattern changes.*

## **ELEMENTOS OBLIGATORIOS DE EQUIPO**

Elementos 1 a 5, SE DEBE de realizar en el orden indicado.

Elemento 6 A 9 puede ser realizado en cualquier momento.

- 1. COLA DE PEZ-** desde la Posición Estirada de Frente, una posición Carpa de Frente se supone, una pierna elevada hasta la Posición Cola de Pez, la segunda pierna se eleva hasta la Posición Vertical (la terminación es opcional).
- 2. IMPULSO DEL CUERPO** - Un rápido aumento de cabeza primero, con un máximo por encima de la superficie del cuerpo (brazos opcional). Un descenso se ejecuta hasta que el nadadora esté completamente sumergido.
- 3. BARRACUDA RODILLA FLEXIONADA-** Desde la posición **CARPA DE ESPALDA CON LAS PIERNAS** y con los dedos de los pies junto debajo de la superficie, un empuje que se ejecuta como una pierna se dibuja a lo largo del interior de la otra pierna extendida a asumir la **POSICION VERTICAL DE RODILLA FLEXIONADA**. Un Descenso Vertical se ejecuta hasta la **POSICION VERTICAL DE RODILLAS FLEXIONADA** al mismo tiempo ritmo que el Empuje.

**4. DESPLAZAMIENTO COMBINADO DE PIERNAS BALLET-** A partir de la **POSICION ESTIRADA DE ESPALDA** incluir al menos dos de las siguientes posiciones: **PIERNA DERECHA DE BALLET; PIERNA IZQUIERDA DE BALLET; DERECHA FLAMENCO; IZQUIERDA FLAMENCO; DOBLE PIERNA BALLET.**

**5-POSICION ESPAGAT-** Seguido de frente de salida de paseo o salida de paseo de espalda.

**6. DOS(2) FORMAS DE PROPULSION-** Deben incluir movimiento de batidora hacia los lados y /o hacia delante (brazos opcional).

**7. ACCION CONJUNTA-** Donde se conectan las nadadoras (tocar) de alguna manera para llevar a cabo una de las siguientes:

- . Una figura conectada o una flotación conectada o una brazada conectada.
- . La acción debe llevarse a cabo simultáneamente. Se permite la acción de Espejo.
- . Agruparse, elevarse, lanzarse, no se permiten.

**8. ACCION DE CADENCIA-** Los movimientos idénticos (s) se realizan secuencialmente, uno por uno, por todos los miembros del equipo. Cuando se lleva a cabo más de una acción de Cadencia, que deben ser consecutivos y no separadas por otros elementos opcionales o requeridos. Una segunda acción de Cadencia puede comenzar antes de la primera acción de cadencia se completa con todos los miembros del equipo, pero cada miembro del equipo debe hacer la acción de cada cadencia.

**9. MODELOS-** Deben mostrar un círculo y la línea recta. Los elementos puede ser realizadas cuando en el círculo o los modelos en línea recta.

Con la excepción de ejercicio **EN ZONA SECA, DE ENTRADA, CADENCIA** y como se señalo en la **ACCION CONJUNATA** todos los elementos, obligatorios o suplementarios **DEBERAN** de realizarse de forma simultánea y con todas las nadadoras desplazándose en la misma dirección. Variación en la propulsión y la dirección de desplazamiento se permite solo durante los cambios de modelo. Las acciones con espejos no están permitidas excepto como se especifica en la descripción de los elementos.

### **TEAM REQUIRED ELEMENTS**

*Elements 1-5 MUST be performed in the order listed.*

*Elements 6-9 may be performed at any time.*

**1. FISHTAIL** - From a **Front layout Position** a **Front Pike Position** is assumed; one leg is lifted to a **Fishtail Position**, the second leg is lifted to a **Vertical Position** (ending is optional)

**2. BODY BOOST** – a rapid headfirst rise, with a maximum of the body above the surface (arms optional). A descent is executed until the swimmer is completely submerged.

**3. BARRACUDA BENT KNEE** –From the **Back Pike Position** with legs perpendicular and with the toes just below the surface, a Thrust is executed as one leg is drawn along the inside of the other extended leg to assume a **Bent Knee Vertical Position**. A vertical Descent is executed in a **Bent Knee Vertical Position** at the same tempo as the Thrust.

**4. TRAVELLING BALLET LEG COMBINATION** – Beginning in a **BACK LAYOUT POSITION** to include at least 2 of the following positions: **Right Ballet Leg; Left Ballet Leg; Right Flamingo; Left Flamingo; Double Ballet Leg.**



5. **SPLIT POSITION** followed by a walkout front or walkout back

6. **TWO (2) FORMS OF PROPULSION** – Must include Egg Beater travelling sideways &/or forward (arms optional).

7. **JOINED ACTION** – Where the swimmers are connected (touching) in some manner to perform one of the following:

- A connected figure or a connected float or connected stroking.
- Action must be performed simultaneously. Mirror action is permitted.
- Stacks, lifts, platforms, throws are not permitted.

8. **CADENCE ACTION** – Identical movements (s) performed sequentially, one by one, by all team members. When more than one cadence action is performed, they must be consecutive **and** not separated by other optional or required elements. A second cadence action may begin before the first cadence action is completed by all team members but each team member must do the action of each cadence.

9. **PATTERNS** – must show a circle and straight line. Elements may be performed when in the circle or the straight-line patterns. With the exception of the **DECKWORK, ENTRY, CADENCE** and as noted in the **JOINED ACTION**, all elements, required and supplementary, **MUST** be performed simultaneously and facing the same direction by all swimmers, Swimmers need not face the same direction in the circle pattern. Variation in propulsion and direction facing are permitted during pattern changes. Mirror actions are not permitted except as specified in the description of the elements.

## By Laws

### BL 10 World Masters Championships

#### BL10.1 General

**BL 10.1.1** Para Campeonatos del Mundo FINA Master, el Comité de Dirección estará compuesto por la *Liaison del Bureau*, el presidente, el Vicepresidente y el Secretario Honorario de la Comité de Master y otros miembros del Bureau y Comité de Master presentes.

*For FINA World Masters Championships, the Management Committee shall consist of the Bureau Liaison, the Chairman, the Vice Chairman and Honorary Secretary of the Masters Committee and other members of the Bureau and Masters Committee present.*

**BL 10.1.2** La cuota de inscripción la decidirá el país que celebre el Campeonato del Mundo FINA Master pero estará sometido a la aprobación de FINA.

*Entry fees shall be decided upon by the country that is hosting the FINA World Masters Championships, but they shall be subject to approval by FINA.*

**BL 10.1.3** Para los Campeonatos del Mundo FINA Master se concederá medallas a los competidores y equipos clasificado en primero, segundo y tercer lugar en cada grupo de eventos y edad. Los reservas recibirán medallas sólo si ellos en realidad nadan en la Rutina Técnica y/o Rutina Libre. Con la recomendación del Comité de Masters FINA, el Comité Organizador (OC) puede presentar los premios de menor valor para los lugares de cuatro puestos. Diplomas pueden ser otorgados a los competidores y los miembros del equipo clasificado primero a diez en cada grupo de eventos y edad.

*For FINA World Masters Championships medals shall be awarded to competitors and teams placed first, second and third in each event and Age Group. In Synchronised Swimming the reserves will receive medals only if they actually swim in the technical and/or Free Routine. With the recommendation by the FINA Masters Committee, the Organising Committee (OC) may present awards of lesser value for places from four on. Diplomas can be awarded to competitors and team members placed first to ten in each event and Age Group.*

#### BL 10.2 Swimming

**BL 10.2.1** Las mínimas de calificación para el Campeonato del Mundo FINA Masters será consideradas por FINA y el Comité Organizador, si se considera necesario.

*Qualifying standards for FINA World Masters Championships will be considered by FINA and the Organising Committee if deemed necessary.*

**BL 10.2.2** En el Campeonato del Mundo FINA Masters no es necesario realizar todos los eventos mencionados en MSS 2. Sin embargo, en cada grupo de edad deberán incluirse pruebas más cortas de estilo libre, espalda, braza y mariposa más una prueba de estilos individual y relevos.

*At the FINA World Masters Championships it is not necessary to conduct all events mentioned in MSS 2. However, each age division should include shorter Freestyle, Backstroke, Breaststroke and Butterfly events plus an Individual Medley and Relays.*

**BL 10.2.3** Un nadador sólo puede competir una vez en una prueba de relevos.

*A swimmer can compete only once per relay event.*

**BL 10.2.4** Las pruebas serán preseleccionadas con el grupo de edad más antiguo en primer lugar, las eliminatorias más lentas se nadarán en primer lugar dentro de cada grupo de edad. Las pruebas de 400 metros y más largas pueden preseleccionarse en la piscina, desde la más lenta a la más rápida, independientemente de su edad.

*Events shall be pre-seeded with oldest age groups first, slowest heats swum first within each age group. Events 400 metres and over may be deck seeded from slowest to fastest, regardless of age.*

**BL 10.2.5** Un nadador puede participar por no más de cinco (5) pruebas individuales.

*A swimmer may be entered for not more than five (5) individual events.*

### **BL 10.3 Open Water Swimming**

**BL 10.3.1** Una prueba de master de aguas abiertas deberá incluirse en el Campeonato del Mundo FINA Masters.

*A Masters Open Water Swimming event may be included in FINA World Masters Championships.*

**BL 10.3.2** El Comité Organizador deberá seguir la Seguridad del Agua en el Reglamento FINA Open Masters.

*The Organising Committee shall follow the FINA Masters Open Water Safety Regulations*

**BL 10.3.3** Los nadadores serán seleccionados según los grupos de edad desde el más joven al más mayor. Los nadadores podrán ser seleccionados independientemente del género. Los nadadores más lentos de cada grupo de edad serán preseleccionados en eliminatorias especiales. Por recomendación de la Comisión Masters FINA y / o nominado al Oficial de Seguridad este orden puede ser cambiado.

*Swimmers shall be seeded according to age groups from the youngest to the oldest. Swimmers may be selected irrespective of gender. The slowest entered swimmers of each age group may comprise and be seeded in special heat(s). By recommendation of the FINA Masters Commission and/or nominated Safety Officer this order may be changed.*

**BL 10.3.4** Si el número de inscripciones es superior a 1.000 la competición puede ser nadado en dos o más días.

*If the number of entries is more than 1 000 the competition may be swum in two or more days.*

**BL 10.3.5** Los organizadores de la prueba, previa consulta con el árbitro y sometido a la opinión del Comité técnico de Aguas Abiertas, deberá señalar con antelación el límite de tiempo de cada carrera master. Como guía, se puede aplicar un tiempo de 30 minutos por kilómetro.

*Race organisers, in consultation with the referee and subject to advice from the FINA Technical Open Water Swimming Committee, are to designate in advance the cut off time for each Masters race. As a rough guide, a time of 30 minutes per kilometre could apply.*