

## NORMATIVA LLIGA CATALANA BENJAMINA

Període de Competició		Jornada	Resultats	
Inici	Final		Lliurament (fins)	Publicació
23/09/2019	20/10/2019	PRIMERA	24/10/2019	31/10/2019
21/10/2019	24/11/2019	SEGONA	28/11/2019	05/12/2019
25/11/2019	22/12/2019	TERCERA	26/12/2019	02/01/2020
06/01/2020	02/02/2020	QUARTA	06/02/2020	13/02/2020
03/02/2020	01/03/2020	CINQUENA	05/03/2020	12/03/2020
02/03/2020	29/03/2020	SISENA	02/04/2020	09/04/2020
13/04/2020	15/05/2020	SETENA	19/05/2020	26/05/2020

### 1. ANYS:

Edats		Gènere	
10 anys (2010)	i	11 anys (2009)	Femení
10 anys (2010)	i	11 anys (2009)	Masculí

### 2. LLOC

2.1. Els clubs podran agrupar-se lliurement entre ells, respectant la normativa general.

### 3. PARTICIPACIÓ

- 3.1. Els Clubs podran inscriure i participar amb el nombre de nedadors i equips de relleus que desitgin.
- 3.2. Només podran nedar els relleus els esportistes de la categoria Benjamí. En cap cas poden participar els nascuts després del 2010 (és a dir 2011, 2012...).

### 4. NORMES DE COMPETICIÓ

- 4.1. Les proves es disputaran amb el sistema de contrarellotge.
- 4.2. Les series es poden confeccionar agrupant edats i sexes sempre que sigui la mateixa prova.
- 4.3. En les proves de relleus 4x50 mixtes la composició haurà de ser 50% nois i 50% noies. El club organitzarà lliurement l'ordre dels esportistes.

### 5. PUNTUACIÓ

Proves	Puntuació	Punts
Individuals	3 Nedadors/prova/Club	300, 295, 290, 287, 285, 284...
Relleus	2 Equips/Prova/Club	500, 490, 480, 470, 460...

COMITÈ DE NATACIÓ  
Temporada 2019/2020

Normativa NT\_05  
06/09/19  
pàg 2 de 2

6. PROGRAMA

1a Jornada			2a Jornada			3a Jornada		
	Prova	Any		Prova	Any		Prova	Any
1	100 m. lliure fem.	2010	11	100 m. esquena fem.	2010	21	200 m. estils fem.	2009
2	100 m. lliure fem.	2009	12	100 m. esquena fem.	2009	22	200 m. estils masc.	2009
3	100 m. lliure masc.	2010	13	100 m. esquena masc.	2010	23	100 m. estils fem.	2010
4	100 m. lliure masc.	2009	14	100 m. esquena masc.	2009	24	100 m. estils masc.	2010
5	50 m. braça fem.	2010	15	50 m. pap. fem.	2010	25	200 m. esquena fem.	2009
6	100 m. braça fem.	2009	16	100 m. pap. fem.	2009	26	200 m. esquena masc.	2009
7	50 m. braça masc.	2010	17	50 m. pap. masc.	2010	27	50 m. esquena fem.	2010
8	100 m. braça masc.	2009	18	100 m. pap. masc.	2009	28	50 m. esquena masc.	2010
9	4x50 m. peus esquena fem.	Benj.	19	4x50 m. lliure fem.	Benj.	29	4x50 m. peus braça fem.	Benj.
10	4x50 m. peus esquena masc.	Benj.	20	4x50 m. lliure masc.	Benj.	30	4x50 m. peus braça masc.	Benj.

  

4a Jornada			5a Jornada			6a Jornada		
	Prova	Any		Prova	Any		Prova	Any
31	50 m. braça fem.	2010	41	50 m. pap. fem.	2010	51	400 m. lliure fem.	2009
32	100 m. braça fem.	2009	42	100 m. pap. fem.	2009	52	400 m. lliure masc.	2009
33	50 m. braça masc.	2010	43	50 m. pap. masc.	2010	53	200 m. lliure fem.	2010
34	100 m. braça masc.	2009	44	100 m. pap. masc.	2009	54	200 m. lliure masc.	2010
35	100 m. lliure fem.	2010	45	100 m. esquena fem.	2010	55	50 m. lliure fem.	2009
36	100 m. lliure fem.	2009	46	100 m. esquena fem.	2009	56	50 m. lliure masc.	2009
37	100 m. lliure masc.	2010	47	100 m. esquena masc.	2010	57	50 m. lliure fem.	2010
38	100 m. lliure masc.	2009	48	100 m. esquena masc.	2009	58	50 m. lliure masc.	2010
39	4x50 m. peus pap. fem.	Benj.	49	4x50 m. estils fem.	Benj.	59	4x50 m. estils mixt.	Benj.
40	4x50 m. peus pap. masc.	Benj.	50	4x50 m. estils masc.	Benj.			

  

7a Jornada		
	Prova	Any
60	200 m. lliure fem.	2009
61	200 m. lliure masc.	2009
62	200 m. estils fem.	2010
63	200 m. estils masc.	2010
64	200 m. braça fem.	2009
65	200 m. braça masc.	2009
66	100 m. braça fem.	2010
67	100 m. braça masc.	2010
68	4x50 m. lliure mixt.	Benj.

6.1. Tot allò que no quedi reflectit en aquesta normativa, regirà d'acord als Reglaments Esportius de Competicions de la FCN.