

Regulament Special de Concurs
Campionat Național Seniori, Tineret, Juniori – București
Feminin 12-15.06.2021 - bazin “Tolea Grintescu” Dinamo
Masculin 18-20.06.2021 - Bazin Lia Manoliu

Având în vedere necesitatea respectării prevederilor Ordinului Comun MTS și MS nr. 310/708-20.05.2021, Programul și Regulamentul de concurs au fost adaptate pentru a asigura prevenția împotriva infectării cu COVID 19.

Drept urmare, competiția a fost împărțită în 2 părți distincte, respectiv 4 zile de competiție pentru probele feminine și 3 zile de competiție în probele masculine, în următoarea săptămână. De asemenea, reuniunile pentru calificare au fost împărțite în 2 părți pentru a asigura o ocupare rezonabilă a spațiului de concurs. În acest mod, participanții, înscrși în probe aferente fiecăreia dintre cele 2 părți, nu vor intra în contact între ei.

Pentru a asigura în incinta bazei sportive, spațiul minim necesar de 7mp/persoană, nu va fi permis accesul spectatorilor, iar FRNPM va publica în timp real rezultatele competiției pe site-ul www.frnpm.ro.

Programul general este următorul:

Partea I – 12.06 - 15.06.2021 feminin – bazin „Tolea Grintescu” Dinamo:

Sambata 12.06.2021 – 1 antrenament oficial (dimineața) și reuniune serii (după amiaza);

Duminică 13.06.2021 – 2 reuniuni (1 dimineața/1 după amiaza);

Luni 14.06.2021 – 2 reuniuni (1 dimineața/1 după amiaza);

Marti 15.06.2021 – 1 reuniune (dimineața);

Partea II – 17 - 20.06.2021 masculin – bazin Lia Manoliu (cu excepția antrenamentului oficial care se va desfășura la bazinul Dinamo):

Joi 17.06.2021 – antrenament oficial 15-18 bazin descoperit Dinamo;

Vineri 18.06.2021 – 3 reuniuni (2 dimineața - serii/1 după amiaza - finale);

Sambata 19.06.2021 – 3 reuniuni (2 dimineața - serii/1 după amiaza - finale);

Duminică 20.06.2021 – 3 reuniuni (2 dimineața - serii/1 după amiaza - finale);

Masuri de protectie sanitara:

- Se va asigura dezinfectarea spatiilor comune la inceputul si la finalul fiecarei reuniuni;
- Se vor asigura dispersoare cu solutii dezinfectante in toate zonele comune;
- Se va face triajul epidemiologic la intrarea in baza sportiva;
- Se vor delimita zonele de stationare si circuitele de deplasare in interiorul bazei sportive, pentru a permite distantarea sociala pe toata perioada concursului;
- Modul de deplasare si stationare in baza sportiva este prezentat in „Planul functional”;
- In tribuna, locurile de stationare a sportivilor se vor marca si vor fi la o distanta de minim 2m intre ele;
- Zonele de tarc si de incalzire pe uscat vor fi delimitate, iar fiecare loc pentru sportivi va fi marcat, respectandu-se o distantare de minim 2m;
- Toti oficialii vor purta masti pe toata desfasurarea competitiei;
- Toti participantii vor purta permanent masca de protectie, cu exceptia sportivilor, doar atunci cand vor concura;

Actiuni necesare inainte de competitie:

- Fiecare club va trimite un tabel nominal cu sportivii si antrenorii ce vor participa la competitie. Doar persoanele nominalizate vor avea acces in baza sportiva. De asemenea, pe tabel se va specifica faptul ca sportivii au viza medicala la zi, iar toti cei cuprinsi in tabel vor fi informati de continutul prezentului Regulament. Tabelul va fi trimis pana cel tarziu in data de 9.06.2021/14.06.2021 pe adresa office@frnmpm.ro. Originalul va fi predat intr-un dosar la sosirea delegatiei in baza sportiva (zona triaj).

- Toti participantii (sportivi – prin reprezentant legal, antrenori si oficiali vor completa zilnic o declaratie pe propria raspundere referitoare la expunere Covid); Declaratiile vor fi depuse la punctul de triaj in fiecare zi. In ziua in care sunt doua reuniuni de concurs, declaratia va fi adusa la reuniunea de dimineata. Nu este necesar test Covid.

- Fiecare antrenor se va asigura ca sportivii care vor face deplasarea nu prezinta simptome;

- In cazul in care un membru al unui colectiv (grupa) a fost depistat pozitiv cu Covid 19, toate persoanele componente ale acestui colectiv (sportivi, antrenori, oficiali, specialist) nu vor avea acces la competitii organizate de catre FRNPM, pentru o perioada de 14 zile de la ultimul contact cu persoana infectata, indiferent de rezultatul unui test Covid efectuat in perioada de 14 zile.

- In cazul in care unul dintre membrii colectivului (grupa), in care a fost depistat un caz pozitiv, face parte/preda si in alt colectiv (grupa), si participarea la competitii FRNPM ale acestui colectiv va fi permisa dupa 14 zile de la ultimul contact cu persoana infectata.

Numarul maxim de antrenori permis la fiecare reuniune, va fi urmatorul:

- 1-3 sportivi – 1 antrenor;

- 4-8 sportivi – 2 antrenori;
- Peste 9 sportivi – 3 antrenori;
- In cazul in care un conducator de club doreste sa asiste la concurs, acesta va face o solicitare distincta, care va fi trimisa pe adresa office@frnpm.ro;
- **Taxa de participare** - este recomandat a fi platita prin ordin de plata (confirmarea platii va fi trimisa pe adresa coralia.nistoroiu@frnpm.ro; in cazul in care acest lucru nu este posibil, se va putea achita in numerar la sosirea in baza sportiva dupa urmatorul program: sambata 12.06.2021 ora 15 – 16.30; vineri 18.06.2021 ora 8.30 – 14, sambata 19.06.2021 ora 8.30 – 12.00;
- **Sedinta tehnica** – se va desfasura pe platforma Zoom in data de 11.06.2021 ora 19.00. Pentru a participa la sedinta, antrenorii vor primi link-ul corespunzator sedintei pe adresa oficiala de e-mail a clubului.
- **Antrenamentul oficial:**
(Feminin bazin acoperit Dinamo, 12.06.2021; Ora: 9-9.50 si 10-10.50) (Masculin bazin descoperit Dinamo, 17.06.2021; Ora: 15-15.50, 16-16.50, 17-17.50)
- Se va efectua dupa un program ce va fi trimis ulterior finalizarii inscrierilor.
- Intrarea in baza sportiva se va face dupa un triaj, unde va fi masurata temperatura corporala si va fi verificat tabelul de prezenta; se va respecta o distantare de 2m intre fiecare persoana; Toti participantii vor prezenta declaratia pe propria raspundere referitoare la expunerea la Covid 19.
- Antrenorii vor purta masca pe toata durata prezentei in baza sportiva;
- Sportivii vor purta masca pe toata durata prezentei in baza, mai putin in urmatoarele momente:
 - a. in timpul efectuarii antrenamentului in apa;
 - b. dupa iesirea din apa si pana la recuperarea echipamentului sportiv;

Actiuni necesare in timpul competitiei:

- CN feminin – accesul auto va fi permis in cadrul complexului Dinamo, conform regurilor complexului (contracost).
- CN masculin – traficul va fi permis pe strada Maior Coravu, dar parcare va fi restrictionata. Se pot folosi pentru parcare strazile adiacente.
- Accesul in Complex va fi permis numai pentru sportivi, antrenori si oficiali conform tabelului transmis in prealabil;
- Intrarea in incinta bazei sportive se va face dupa un triaj, unde va fi masurata temperatura corporala si va fi verificat tabelul de prezenta; se va respecta o distantare de 2m intre fiecare persoana;

La fiecare reuniune vor avea acces in baza sportiva doar sportivii inscrisi pe lista de start a fiecarei reuniuni.

La triaj, persoanele acreditate se vor identifica dupa cum urmeaza:

- Sportivii vor preciza proba/seria si culoarul pe care urmeaza sa concureze;
- Antrenorii si oficialii se vor legitima cu cartea de identitate;
- Antrenorii si oficialii vor purta masca pe toata durata prezentei in baza sportiva;

- Sportivii vor purta masca pe toata durata prezentei in baza, mai putin in urmatoarele momente:
 - a. la incalzirea in apa si in timpul probei;
 - b. dupa iesirea din apa si pana la recuperarea echipamentului sportiv;
- Se vor putea utiliza doar locurile inscriptionate din tribuna. Numarul de locuri si amplasamentul acestora este prevazut in „planul functional”.
- Incalzirea pe uscat se va efectua in zona destinata tarcului, iar sportivii vor purta masca.
- se va respecta in orice moment ocuparea la incalzire a bazinului conform regulamentelor in vigoare. Repartizarea sportivilor la incalzire se va anunta ulterior finalizarii inscrierilor.
- Intrarea in apa la incalzire se va face doar prin capatul bazinului din dreptul tablei de cronometraj.
- Perioada de timp alocata incalzirii se va stabili ulterior finalizarii inscrierilor.
- In timpul incalzirii in apa este interzisa stationarea la capetele bazinului a unui numar mai mare de 2 sportivi.
- Nu este permisa efectuarea sprinturilor cronometrate.
- Este permisa efectuarea starturilor pe culoarele 0 si 9, cu respectarea distantei de 2m intre sportivi in timpul asteptarii la blockstart. In anumite circumstante, arbitrul general poate decide interzicerea starturilor pe culoarele 0 si 9 si folosirea acestora ca spatiu suplimentar pentru incalzire.
- Vestiare:
 - Ocuparea vestiarelor va fi facuta conform normei precizata pe planul functional; Intrarea sportivilor in vestiar va fi reglementata de catre un arbitru asistent;
 - Vestiarele vor fi inchise pentru igienizare dupa urmatorul program:
Vestiare 1 si 2 - 12.40 – 14.00;

Procedura desfasurare probe concurs:

1. Sportivii se vor prezenta la tarc purtand masca de protectie, conform programarii prealabile. In spatiul destinat tarcului pot intra concomitent maxim 64 de sportivi, respectiv 8 serii. Sportivii din urmatoarele serii vor putea intra in zona tarcului pe masura derularii probelor.
2. Dupa intrarea in spatiul de concurs (incinta bazinului), sportivii se vor dezechipa si vor lasa echipamentul si masca de protectie in cosurile special destinate fiecarei serii, dupa cum urmeaza:
 - Cos alb mare – seriile 1, 4, 7, 10, 13, 16;
 - Cosuri mici colorate – seriile 2, 5, 8, 11, 14;
 - Cosuri mici albe – seriile 3, 6, 9, 12, 15;
3. Dupa terminarea probei, sportivii isi vor pune masca de protectie, isi vor recupera echipamentul si vor parasii spatiul de concurs conform „planului functional”;

Cosurile vor fi dezinfectate dupa fiecare utilizare.

Solicitam colaborarea tuturor participantilor pentru a reusi sa avem o competitie cat mai aproape de dorintele fiecaruia.

PROGRAM
C.N.Seniori, Tineret și Juniori – București
Dinamo, Bazin Olimpic „ Anatol Grințescu ”

FEMININ, 12.06-15.06.2021

Orarul are scop orientativ. Acesta poate suferi modificări în funcție de desfășurarea competiției, sau a altor evenimente neprevăzute.

Reuniunea 1 - Serii ; 12.06 Juniori / Tineret și Seniori

Acces sportivi	16.00
Încălzire 50m Liber , 200m Bras,100m Fluture	16.30-16.55
Încălzire 200m Mixt, 50m Spate, 400m Liber	16.55 – 17.20
50m Liber Juniori	17.30
50m Liber Tineret Seniori	17.40
200m Bras Juniori	17.50
200m Bras Tineret Seniori	17.58
100m Fluture Juniori	18.06
100m Fluture Tineret Seniori	18.15
200m Mixt Juniori	18.24
200m Mixt Tineret Seniori	18.36
50m Spate Juniori	18.40
50m Spate Tineret Seniori	18.52
400m Liber Juniori	18.58
400m Liber Tineret Seniori	19.26

Reuniunea 2 - Finale ; 13.06.2021

Acces sportivi	08.00
Încălzire	08.30 – 09.20
50m Liber Finala C	09.30
50m Liber Finala B	09.33
50m Liber Finala A	09.36
200m Bras Finala B	09.39
200m Bras Finala A	09.44
100m Fluture Finala B	09.49
100m Fluture Finala A	09.53
Premiere 50m Liber, 200m Bras, 100m Fluture	09.57
200m Mixt Finala B	10.20
200m Mixt Finala A	10.25
50m Spate Finala C	10.30
50m Spate Finala B	10.33
50m Spate Finala A	10.36
400m Liber Finala C	10.39
400m Liber Finala B	10.47
400m Liber Finala A	10.55
Premiere 200m Mixt, 50m Spate, 400m Liber	11.03

Reuniunea 3 - Serii ; 13.06.2021, Juniori / Tineret și Seniori

Acces sportivi	16.00
Încălzire 50m Bras, 100m Liber	16.30 – 16.55
Încălzire 200m Spate, 50m Fluture	16.55 – 17.20
50m Bras Juniori	17.30
50m Bras Tineret Seniori	17.38
100m Liber Juniori	17.44
100m Liber Tineret Seniori	18.02
200m Spate Juniori	18.14
200m Spate Tineret Seniori	18.26
50m Fluture Juniori	18.34
50m Fluture Tineret Seniori	18.46

Reuniunea 4 - Finale ; 14.06.2021

Acces sportivi	08.00
Încălzire	08.30 – 09.20
50m Bras Finala C	09.30
50m Bras Finala B	09.33
50m Bras Finala A	09.36
100m Liber Finala C	09.39
100m Liber Finala B	09.43
100m Liber Finala A	09.47
200m Spate Finala B	09.51
200m Spate Finala A	09.56
Premiere 50m Bras, 100m Liber, 200m Spate	10.01
50m Fluture Finala C	10.20
50m Fluture Finala B	10.23

50m Fluture Finala A	10.26
1500m Liber Seria 1	10.29
1500m Liber Seria 2	10.50
Premiere 50m Fluture, 1500m Liber	11.15

Reuniunea 5 - Serii ; 14.06.2021, Juniori / Tineret și Seniori

Acces sportivi	16.00
Încălzire 100m Spate, 100m Bras	16.30 - 16.55
Încălzire 200m Liber, 200m Fluture	16.55 – 17.20
100m Spate Juniori	17.30
100m Spate Tineret Seniori	17.42
100m Bras Juniori	17.48
100m Bras Tineret Seniori	17.57
200m Liber Juniori	18.03
200m Liber Tineret Seniori	18.19
200m Fluture Juniori	18.31
200m Fluture Tineret Seniori	18.39

Reuniunea 6 - Finale ; 15.06.2021

Acces sportivi	08.00
Încălzire	08.30 – 09.20
800m Liber Seria 1	09.30
800m Liber Seria 2	09.43
800m Liber Seria 3	09.56
800m Liber Seria 4	10.09
100m Spate Finala C	10.22
100m Spate Finala B	10.26
100m Spate Finala A	10.30
100m Bras Finala B	10.34
100m Bras Finala A	10.38
Premiere 800m Liber, 100m Spate, 100m Bras	10.40
200m Liber Finala C	11.00
200m Liber Finala B	11.05
200m Liber Finala A	11.10
200m Fluture Finala B	11.15
200m Fluture Finala A	11.20
400m Mixt Seria 1	11.25
400m Mixt Seria 2	11.33
400m Mixt Seria 3	11.41
400m Mixt Seria 4	11.49
Premiere 200m Liber, 200m Fluture, 400m Mixt	11.57

PROGRAM
C.N.Seniori, Tineret și Juniori – București, Lia Manoliu

MASCULIN , 18 – 20.06.2021

Orarul are scop orientativ. Acesta poate suferi modificări în funcție de desfășurarea competiției , sau a altor evenimente neprevăzute.

Reuniunea 1 - Serii ; 18.06 Juniori

Acces sportivi	08.00
Încălzire	08.30 – 09.20
50m Liber	09.30
200m Bras	09.44
100m Fluture	09.52
200m Mixt	10.04
50m Spate	10.12
400m Liber	10.24

Reuniunea 2 - Serii ; 18.06. Tineret + Seniori

Acces sportivi	10.30
Încălzire	11.00 – 11.50
50m Liber	12.00
200m Bras	12.14
100m Fluture	12.22
200m Mixt	12.31
50m Spate	12.41
400m Liber	12.53

Reuniunea 3 - Finale ; 18.06.2021

Acces sportivi	16.00
Încălzire	16.30 – 17.20
50m Liber Finala C	17.30
50m Liber Finala B	17.33
50m Liber Finala A	17.36
200m Bras Finala B	17.39
200m Bras Finala A	17.44
100m Fluture Finala C	17.49
100m Fluture Finala B	17.53
100m Fluture Finala A	17.57
Premiere 50m Liber, 200m Bras, 100m Fluture	18.00
200m Mixt Finala B	18.20
200m Mixt Finala A	18.25
50m Spate Finala C	18.30
50m Spate Finala B	18.33
50m Spate Finala A	18.36
400m Liber Finala C	18.39
400m Liber Finala B	18.47
400m Liber Finala A	18.55
Premiere 200m Mixt, 50m Spate, 400m Liber	19.02

Reuniunea 4 - Serii ; 19.06.2021, Juniori

Acces sportivi	08.00
Încălzire	08.30 – 09.20
50m Bras	09.30
100m Liber	09.38
200m Spate	09.59
50m Fluture	10.11

Reuniunea 5 - Serii ; 19.06.2021 ; Tineret + Seniori

Acces sportivi	10.10
Încălzire	10.30 – 11.20
50m Bras	11.30
100m Liber	11.40
200m Spate	11.55
50m Fluture	12.00

Reuniunea 6 - Finale ; 19.06.2021

Acces sportivi	16.00
Încălzire	16.30 – 17.20
50m Bras Finala C	17.30
50m Bras Finala B	17.33
50m Bras Finala A	17.36
100m Liber Finala C	17.39
100m Liber Finala B	17.43
100m Liber Finala A	17.47
200m Spate Finala B	17.51
200m Spate Finala A	17.56
Premiere 50m Bras, 100m Liber, 200m Spate	18.00
50m Fluture Finala C	18.20
50m Fluture Finala B	18.23
50m Fluture Finala A	18.26
1500m Liber Seria 1	18.29
1500m Liber Seria 2	18.50
1500m Liber Seria 3	19.11
Premiere 50m Fluture, 1500m Liber	19.32

Reuniunea 7 - Serii ; 20.06.2021, Juniori

Acces sportivi	08.00
Încălzire	08.30 – 09.20
100m Spate	09.30
100m Bras	09.42
200m Liber	09.51
200m Fluture	10.10

Reuniunea 8 - Serii ; 20.06.2021 ; Tineret + Seniori

Acces sportivi	10.10
Încălzire	10.30 – 11.20
100m Spate	11.30
100m Bras	11.39
200m Liber	11.51
200m Fluture	12.07

Reuniunea 9 - Finale ; 20.06.2021

Acces sportivi	16.00
Încălzire	16.30-17.20
800m Liber Seria 1	17.30
800m Liber Seria 2	17.43
100m Spate Finala C	17.56
100m Spate Finala B	18.00
100m Spate Finala A	18.04
100m Bras Finala B	18.08
100m Bras Finala A	18.12
Premiere 800m Liber, 100m Spate, 100m Bras	18.15
200m Liber Finala C	18.30
200m Liber Finala B	18.35
200m Liber Finala A	18.40
200m Fluture Finala B	18.45
200m Fluture Finala A	18.50
400m Mixt Seria 1	18.55
400m Mixt Seria 2	19.02
400m Mixt Seria 3	19.09
Premiere 200m Liber, 200m Fluture, 400m Mixt	19.15

FRNPM 10.06.2021