



III MEMORIAL NATACIÓN - NATACIÓN MÁSTER “PEDRO LUIS FERNÁNDEZ POMBO” **REGULAMENTO NATACIÓN**

- 1. DATA:** Sábado 13 de decembro de 2025.
Sesión de mañá 10:15 horas - Sesión de tarde 17:00 horas.
Proba incluída no calendario oficial da FEGAN e subvencionada polo Concello de Carballo.
- 2. PISCINA:** Piscina Municipal “CARBALLO CALERO” (25 metros) cuberta, 6 estaxes.
Cronometraxe electrónica.

3. PROGRAMA DE PROBAS:

SESIÓN MAÑÁ	SESIÓN TARDE
01- 400 Libres Feminina	18- 400 Estilos Masculino
02- 400 Libres Masculino	19- 400 Estilos Feminina
03- 50 Bolboreta Feminina	20- 50 Braza Masculino
04- 50 Bolboreta Masculino	21- 50 Braza Feminina
05- 200 Costas Feminina	22- 200 Libres Masculino
06- 200 Costas Masculino	23- 200 Libres Feminina
07- 100 Braza Feminina	24- 200 Bolboreta Masculino
08- 100 Braza Masculino	25- 200 Bolboreta Feminina
09- 50 Libres Feminina	26- 100 Costas Masculino
10- 50 Libres Masculino	27- 100 Costas Feminina
11- 100 Bolboreta Feminina	28- 200 Braza Masculino
12- 100 Bolboreta Masculino	29- 200 Braza Feminina
13- 200 Estilos Feminina	30- 100 Estilos Masculino
14- 200 Estilos Masculino	31- 100 Estilos Feminina
15- 50 Costas Feminina	32- 100 Libres Masculino
16- 50 Costas Masculino	33- 100 Libres Feminina
17- 4 x 50 Libres Mixta	34- 4 x 50 Estilos Mixta



Deputación
DA CORUÑA



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO





4. PARTICIPACIÓN E FÓRMULA DA COMPETICIÓN:

- 4.1. A piscina Carballo Calero estará ao dispor dos clubs participantes 1 hora e media antes do comezo da competición e o quecemento levaráse a cabo en dúas quendas que serán comunicadas nos días previos. Durante os quecementos so se permitirá o uso de pull-buoys e táboas. Por seguridade, non se poderán utilizar aletas, palas, gomas de resistencia...
- 4.2. A participación está aberta a nadadores/as españois e estranxeir@s con licenza federativa en vigor.
- 4.3. Poderán participar os nadadores/as absolut@s nad@s no ano 2012 e anteriores.
- 4.4. O club organizador resérvase o dereito de admisión e inscrición así como o de incluír a calquera dos seus nadadores/as.
- 4.5. Os tempos de participación deberán acreditarse a partir do 1 de outubro de 2023.
- 4.6. O límite para as probas de 50 e 100 será de 4 series por sexo (24 participantes), para as probas de 200 será de 3 series por sexo (18 participantes) e para as probas de 400 será de 2 series por sexo (12 participantes); que se confeccionarán cos mellores tempos de inscrición.
- 4.7. O límite para as probas de remudas será de 2 series (12 participantes).
- 4.8. Cada nadador/a poderá participar nun máximo de 3 probas individuais (so 2 por sesión) e nas substitucións.
- 4.9. Cada club poderá presentar 1 só equipo de remudas e este terá que estar formado obrigatoriamente por 2 nadadores e 2 nadadoras.
- 4.10. A competición desenvolverase polo sistema de series contra o reloxo.
- 4.11. As baixas comunicaranse na secretaría de competición ata 45 minutos antes do inicio de cada sesión. A ausencia desta comunicación debidamente formalizada supoñerá a baixa automática da persoa en todas as probas que lle resten por nadar nesa sesión, xa sexan probas individuais ou probas de remudas.
- 4.12. As fichas de remudas entregaranse cubertas na secretaría de competición ata 30 minutos antes do inicio de cada sesión.
- 4.13. A A.D.Fogar resolverá como considere oportuno naqueles aspectos non recollidos na presente normativa.





5. INSCRICIÓN:

- 5.1. O período de inscrición ao trofeo será ata as 23:59 horas do domingo día 30/11/2025 a través da plataforma FEDERATIO.
- 5.2. Os clubs estranxeiros deberán poñerse en contacto co club organizador para recibir o ficheiro de invitación e poder facer as inscricións.
- 5.3. A lista provisional de participantes será publicada o luns 1/12/2025. A partir desta data abrírase un período de recepción de baixas ata o domingo 7/12/2025 a través do correo electrónico do club info@adfogar.com
- 5.4. A lista definitiva de participantes será publicada o luns 8/12/2025.
- 5.5. A cota de participación establecida é de 5€ por participante, independentemente das probas nas que participase.
- 5.6. A forma de pago farase por transferencia bancaria á conta corrente da A.D. Fogar da Xuventude (CAIXABANK: ES57 2100 4912 2522 0006 7843) en CONCEPTO Inscrición T.Natación PLFP 25 "nome da entidade", remitindo o xustificante de pago antes do xoves día 11/12/2025 ao correo electrónico do club info@adfogar.com. Non se admitirán inscricións que non veñan acompañadas do xustificante de pago.
- 5.7. A publicación de participantes considerárase definitiva a partir das 20:00 hs do día 8/12/2025, non admitíndose novas baixas a partir desta data ata a propia competición. Durante a competición permitíranse baixas ata 30 minutos antes do inicio de cada sesión.
- 5.8. Aqueles clubs que poideran ter inscricións pendentes de pago da edición anterior, non poderán participar nesta nova edición baixo ningún concepto.

6. PUNTUACIÓN:

- 6.1. Nas probas individuais puntuarán @s 12 mellores nadadores/as por proba e sexo do seguinte xeito: 15, 12, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 puntos; e só sumarán puntos @s 2 mellores nadadores/as de cada club. En todo caso serán 12 os nadadores/as con dereito a puntuar.
- 6.2. Nas probas de remudas puntuarán os 12 mellores clubs do seguinte xeito: 30, 24, 20, 18, 16, 14, 12, 10, 8, 6, 4, 2 puntos.

7. CLASIFICACIÓN:

- 7.1. Clasificación individual por proba e sexo.





7.2. Clasificación individual masculina e feminina por puntos WAQ 2025, que se fará coa suma dos puntos das 3 probas individuais.

7.3. Clasificación por clubs:

- Clasificación masculina co total dos puntos obtidos nas probas individuais.
- Clasificación feminina co total dos puntos obtidos nas probas individuais.
- Clasificación conxunta co total dos puntos obtidos nas probas individuais masculinas, femininas e nas probas de remudas mixtas.

8. PREMIOS:

8.1. Trofeo ao primeir@, segund@ e terceir@ clasificad@ absolut@ por puntos WAQ (punto 7.2.).

8.2. Trofeo ao mellor club feminino, mellor club masculino e mellor club conxunto (punto 7.3.).

Para calquera aclaración podedes poñervos en contacto connosco na seguinte dirección de correo electrónico: info@adfogar.com ou no teléfono 625.207.170.





REGULAMENTO NATACIÓN MÁSTER

9. DATA: Domingo 14 de decembro de 2025.

Sesión de mañá 10:15 horas.

Proba incluída no calendario oficial da FEGAN e subvencionada polo Concello de Carballo.

10. PISCINA: Piscina Municipal “CARBALLO CALERO” (25 metros) cuberta, 6 estaxes. Cronometraxe electrónica.

11. PROGRAMA DE PROBAS:

SESIÓN MAÑÁ
01- 50 Bolboreta Feminina
02- 50 Bolboreta Masculino
03- 50 Costas Feminina
04- 50 Costas Masculino
05- 200 Libres Mixto
06- 50 Braza Feminina
07- 50 Braza Masculino
08- 50 Libres Feminina
09- 50 Libres Masculino
10- 100 Estilos Feminina
11- 100 Estilos Masculino



Deputación
DA CORUÑA



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO





12. PARTICIPACIÓN E FÓRMULA DA COMPETICIÓN:

12.1. A piscina Carballo Calero estará ao dispor dos clubs participantes 1 hora e media antes do comezo da competición e o quecemento podería levarse a cabo en dúas quendas comunicadas nos días previos. Durante os quecementos so se permitirá o uso de pull-buoys e táboas. Por seguridade, non se poderán utilizar aletas, palas, gomas de resitencia...

12.2. A Participación está aberta a nadadores/as españois e estranxeir@s con licenza máster en vigor.

12.3. Poderán participar @s maiores de 20 anos nad@s no ano 2006 e anteriores.

12.4. O club organizador resérvase o dereito de admisión e inscrición así como o de incluír a calquera dos seus nadadores/as.

12.5. Os tempos de participación deberán acreditarse a partir do 1 de outubro de 2022.

12.6. O límite para as probas de 50 e 100 será de 8 series (48 participantes, 24 homes e 24 mulleres), para as probas de 200 será de 6 series (36 participantes, 18 homes e 18 mulleres), e confeccionaranse cos mellores tempos de inscrición.

12.7. Garántese a participación de polo menos 1 nadador/a por proba e categoría.

12.8. Cada nadador/a poderá participar nun máximo de 2 probas individuais.

12.9. A competición desenvolverase polo sistema de series contra o reloxo.

12.10. As baixas comunicaranse na secretaría de competición ata 45 minutos antes do inicio de cada sesión. A ausencia desta comunicación debidamente formalizada supoñerá a baixa automática da persoa en todas as probas que lle resten por nadar nesa sesión.

12.11. A A.D.Fogar resolverá como considere oportuno naqueles aspectos non recollidos na presente normativa.

13. INSCRICIÓN:

13.1. O período de inscrición ao trofeo será ata as 23:59 horas do domingo día 30/11/2025 a través da plataforma FEDERATIO.

13.2. Os clubs estranxeiros deberán poñerse en contacto co club organizador para recibir o ficheiro de invitación e poder facer as inscricións.

13.3. A lista provisional de participantes será publicada o luns 1/12/2025. A partir desta



Deputación
DA CORUÑA



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO





data abriráse un período de recepción de baixas ata o domingo 7/12/2025 a través do correo electrónico do club info@adfogar.com

13.4. A lista definitiva de participantes será publicada o luns 8/12/2025.

13.5. A cota de participación establecida é de 5€ por participante, independentemente das probas nas que participase.

13.6. A forma de pago farase por transferencia bancaria á conta corrente da A.D. Fogar da Xuventude (CAIXABANK: ES57 2100 4912 2522 0006 7843) en CONCEPTO Inscripción T.Máster PLFP 25 “nome da entidade”, remitindo o xustificante de pago antes do xoves día 11/12/2025 ao correo electrónico do club info@adfogar.com. Non se admitirán inscricións que non veñan acompañadas do xustificante de pago.

13.7. A publicación de participantes considerárase definitiva a partir das 20:00 hs do día 8/12/2025, non admitíndose novas baixas a partir desta data ata a propia competición. Durante a competición permitiránse baixas ata 30 minutos antes do inicio de cada sesión.

5.8. Aqueles clubs que poideran ter inscricións pendentes de pago da edición anterior, non poderán participar nesta nova edición baixo ningún concepto.

14. PUNTUACIÓN:

14.1. Nas probas individuais puntuarán os 12 mellores nadadores/as por proba e sexo da seguinte forma: 15, 12, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 puntos; e só sumarán puntos os 2 mellores nadadores/as de cada club. En todo caso serán 12 os nadadores/as con dereito a puntuar.

15. CLASIFICACIÓN:

15.1. Clasificación individual por proba e sexo.

15.2. Clasificación individual masculina e feminina por puntos WAQ MASTER 2024, que se fará coa suma dos puntos das 2 probas individuais.

15.3. Clasificación por clubs:

- Clasificación masculina co total dos puntos obtidos nas probas individuais.
- Clasificación feminina co total dos puntos obtidos nas probas individuais.
- Clasificación conxunta co total dos puntos obtidos nas probas individuais masculinas e femininas.



Deputación
DA CORUÑA



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO





16. PREMIOS:

16.1. Trofeo ao primeir@, segund@ e terceir@ clasificad@ máster por puntos WAQ MÁSTER 2024 (punto 15.2.).

16.2. Trofeo ao mellor club feminino, mellor club masculino e mellor club conxunto (punto 15.3.).

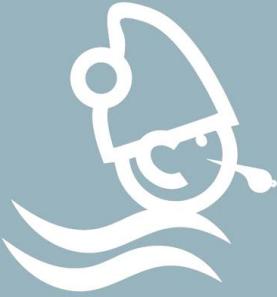
Para calquera aclaración podedes contactar connosco na seguinte dirección de correo electrónico: info@adfogar.com ou no teléfono 625.207.170.



MEMORIAL

Pedro Luis

Fernández Pombo



MELLORES MARCAS DO MEMORIAL PEDRO LUIS FERNANDEZ POMBO

400 Libres Feminina – 04.39.59 Carmela Insua Rey – ADFogar – 16/12/23	400 Estilos Masculino – 04.33.48 Mario Maneiros Paz – CNFerrol – 14/12/24
400 Libres Masculino – 04.05.09 Mario Maneiros Paz – CNFerrol – 14/12/24	400 Estilos Feminina – 05.00.15 Alba Gómez Mesías – CNArteixo – 16/12/23
50 Bolboreta Feminina – 00.28.28 Nadiuska Oubiña Picos – CNBoiro – 14/12/24	50 Braza Masculino – 00.28.89 Martín López Franco – ADFogar – 14/12/24
50 Bolboreta Masculino – 00.25.22 Javier Pontón Rodríguez – CNMonforte – 16/12/23	50 Braza Feminina – 00.33.56 Carla Jiménez Coppa – ADFogar – 16/12/23
200 Costas Feminina – 02.21.09 Eva Sánchez Bello – CNArteixo – 16/12/23	200 Libres Masculino – 01.56.27 Yago Quiroga Ramos – CNPOurense – 14/12/24
200 Costas Masculino – 02.15.97 Tomás Rey Munín – CNCSantiago – 14/12/24	200 Libres Feminina – 02.09.50 Nadiuska Oubiña Picos – CNBoiro – 16/12/23
100 Braza Feminina – 1.15.15 Andrea Gudín Pérez – CNMonforte – 16/12/23	200 Bolboreta Masculino – 02.18.98 Ricardo Díaz Domínguez – CNArteixo – 16/12/23
100 Braza Masculino – 1.03.22 Martín López Franco – ADFogar – 14/12/24	200 Bolboreta Feminina – 02.25.88 Carla Faro Martínez – CNPonteareas – 14/12/24
50 Libres Feminina – 00.26.70 Nerea López Sanmartín – CNFerrol – 14/12/24	100 Costas Masculino – 00.58.73 Paulo Gunche Barreiro – CNRedondela – 14/12/24
50 Libres Masculino – 00.23.92 Nikita Levchenko – CNArzúa – 16/12/23	100 Costas Feminina – 01.06.20 Eva Sánchez Bello – Carteadó – 14/12/24
100 Bolboreta Feminina – 01.03.97 Nadiuska Oubiña Picos – CNBoiro – 14/12/24	200 Braza Masculino – 02.21.60 Martín López Franco – ADFogar – 14/12/24
100 Bolboreta Masculino – 00.57.01 Hugo España Ventura – CEMeditarrani – 16/12/23	200 Braza Feminina – 02.39.63 Julia Rodríguez Alonso – CNGalaico – 14/12/24
200 Estilos Feminina – 02.24.89 Sofía Barros Da Silva – CNGalaico – 14/12/24	100 Estilos Masculino – 00.58.55 Hugo Estévez Crespo – CNPOurense – 14/12/24
200 Estilos Masculino – 02.10.49 Yago Quiroga Ramos – CNPOurense – 14/12/24	100 Estilos Feminina – 01.06.91 Alba Gómez Mesías – CNArteixo – 16/12/23
50 Costas Feminina – 00.31.73 Eva Martínez Otero – CNMos – 14/12/24	100 Libres Masculino – 00.52.49 Hugo Sanlés Dieste – CNBoiro – 16/12/23
50 Costas Masculino – 00.27.30 Sergio Campos Varela – CNPanas – 16/12/23	100 Libres Feminina – 00.57.10 Nadiuska Oubiña Picos – CNBoiro – 14/12/24
4 x 50 Libres Mixta – 01.44.70 CNGalaico – 14/12/24	4 x 50 Estilos Mixta – 01.55.80 ADFGAR – 16/12/23

