



EQUIPO NACIONAL ESP-2020

Temporada 2016 / 2017

INTRODUCCION

El desarrollo de un nadador de nivel olímpico requiere la participación de diferentes agentes a lo largo de su carrera. La identificación, la formación y el desarrollo del talento deportivo son procesos complejos en los que la intervención del círculo más cercano al deportista debe complementarse con el apoyo de las instituciones que velan por el desarrollo del deporte, tanto a nivel local como nacional e internacional.

La clave para la mejora de nuestro nivel deportivo a medio y largo plazo es una correcta coordinación de los esfuerzos dirigidos a la formación y desarrollo de los deportistas jóvenes con talento.

El Programa España 2020 (ESP-2020) nació precisamente con esa intención, la de coordinar los esfuerzos de todos aquellos programas en los que hay nadadores con talento para conseguir orientar la preparación de los mismos en el camino de los Juegos Olímpicos.

El programa ESP-2020 pretende, detectar, hacer el seguimiento, y apoyar a este grupo de nadadores jóvenes y a sus entrenadores, con el fin de tutelar su formación en busca de crear en todos ellos en las características propias de los deportistas y técnicos de Alto Rendimiento, y así que puedan instalarse en el menor plazo de tiempo posible y con todas las garantías, en los programas de preparación de los Juegos de Tokio 2020.

JUSTIFICACIÓN

La evolución deportiva de un país se mide fundamentalmente por sus resultados olímpicos. Por ello, los programas de preparación de los equipos nacionales han de estructurarse con carácter cuatrienal o superior, y con el objetivo prioritario del rendimiento en los Juegos Olímpicos.

Pero la preparación de un deportista que aspire a conseguir un buen rendimiento en unos Juegos Olímpicos exige un trabajo estructurado y consistente durante más de 6 años. De manera que los planes de preparación que van de un ciclo olímpico a otro necesitan un complemento que permita asegurar que deportistas jóvenes cuyo objetivo excede del ciclo olímpico en curso, tengan el seguimiento y apoyo necesarios.

Algunos nadadores/as capaces de acceder a la final en los JJ. OO probablemente ya habrán participado anteriormente en una final olímpica. y forman parte del Equipo Nacional Absoluta, de sus programas de apoyo y seguimiento, enfocados a su preparación olímpica.

Pero la gran mayoría de posibles finalistas y medallistas olímpicos, por edad, lo harán en su primera participación olímpica. Esta es la razón por la que resulta extremadamente necesario estructurar un programa que permita complementar y dar consistencia a la preparación de aquellos nadadores cuya edad, talento y rendimiento actual les coloca como candidatos para estar en las finales olímpicas en el año 2020.

En todo este proceso resulta muy importante, el exponer a nuestros jóvenes deportistas y a sus técnicos a niveles de preparación y exigencia muy elevados, en busca de lograr la consistencia necesaria que requiere su trabajo cotidiano, si queremos lograr resultados deportivos en las grandes competiciones internacionales, y especialmente en unos Juegos Olímpicos.

La línea de trabajo de la RFEN para sus Equipos de grupos de Edad durante la presente temporada, está inscrita en la estrategia de preparación a medio-largo plazo, que finalizará con los Juegos Olímpicos de 2020. No obstante, las



características del deporte olímpico y en concreto las de la natación de nivel internacional, exigen también que los equipos que participen en las competiciones de referencia de cada año, reúnan todas las garantías para un óptimo rendimiento

La inclusión en el programa ESP-2020 debe suponer una gran oportunidad para aprovechar las diversas actuaciones previstas, y no solo utilizar esta herramienta para la mejoría puntual de su preparación, sino al mismo tiempo recoger información, experiencia y conocimientos para que sus programas de entrenamiento mejoren paralelamente a su participación en el programa ESP-2020

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Los nadadores que representarán a España en los JJ.OO. de Tokio 2020 están ya entrenando en nuestras piscinas, y salvo excepciones, lo más probable es que tengan entre 14 y 18 años, y un nivel deportivo muy superior a la media, de manera que en los criterios de inclusión en el programa deben tenerse en cuenta la edad y el rendimiento actual.

Para determinar los criterios que dan acceso al programa, nos hemos basado en las medias de las edades de los finalistas olímpicos de natación, que está entorno a los 21-23 años, y en las marcas de referencia de nivel olímpico. Considerando uno y otro aspecto, y en base a una progresión lógica del rendimiento, se establecen los criterios para la inclusión en el Programa.

Atendiendo a los resultados conseguidos en las competiciones clasificatorias durante la temporada, 2015-2016 y en función de las marcas de referencia y criterios de dicha temporada, se compone el grupo de nadadores que se relaciona más adelante y que integran el Programa ESP-2020 para la temporada 2016-2017.

- A. Accederán al programa un máximo de 3 nadadores por prueba y edad.
- B. La incorporación y aceptación definitiva estará supeditada a los acuerdos con la CTN, sobre los objetivos internacionales y el programa de entrenamiento, por parte del nadador, su entrenador y su club, por medio de la presentación del correspondiente "Documento de Disponibilidad" anexo a este documento.
- C. Los nadadores deben mostrar un compromiso inequívoco con su preparación y conducta, de acuerdo con el plan establecido por su entrenador responsable y aprobado por el Responsable de los Equipos Nacionales por Edades. Si a criterio de dicho Responsable algún nadador no cumpliera con el mencionado compromiso, podrá ser retirado del equipo
- D. Los nadadores, y sus técnicos responsables, que finalmente se incorporen al Equipo ESP-2020 dispondrán del soporte derivado de los programas de apoyo a la preparación, que con tal fin desarrolla la RFEN (competiciones, concentraciones,...) , así como del apoyo de los distintos profesionales (biomecánicos, médicos, fisioterapeutas,..) , que habitualmente trabajan con los Equipos de la RFEN
- E. El Responsable del Programa valorará y propondrá, atendiendo a los objetivos, gestión, control, y trabajo del Equipo, la inclusión de nadadores que no cumplan con estos criterios en alguna de las actividades previstas en el Programa. Siempre que ello suponga una mejora en los resultados del programa y en el rendimiento del Equipo.
- F. La CTN podrá valorar tomar en consideración los resultados conseguidos en otras competiciones
- G. La renuncia a cualquiera de las actividades previstas en el Programa supondrá la renuncia a él en su totalidad. El programa está ejecutado como un único plan de trabajo, donde las adaptaciones y las progresiones de las cargas de trabajo hacen necesario su total seguimiento para lograr los objetivos marcados.



COMPETICIONES CLASIFICATORIAS

- Campeonato de España por Edades de invierno 2017
- Campeonato de España Open 2017.
- Campeonato de Europa Junior 2017
- Campeonatos de España de Verano 2017 (Abs, Junior, Infantil y Alevín)
- EYOF 2017
- Campeonato del Mundo Absoluto 2017
- Campeonato del Mundo Junior 2017
- Otras Competiciones Internacionales, siempre que se haga representando al Equipo Nacional

El Equipo ESP-2020, se actualizará en Marzo de 2017, una vez finalizado en Open de España 2017, con arreglo a las marcas de referencia para esta temporada 2016-17 que figuran en el anexo 1, y a las competiciones clasificatorias que aquí se detallan.

ACTUACIONES

1.- Las actuaciones de preparación previstas dentro del Programa de preparación del Equipo ESP-2020, para aquellos nadadores/as que hayan cumplido con los criterios para su inclusión en el programa serán:

- Concentración General- CAR Sant Cugat: Octubre - Noviembre 2016
- Competición Preparatoria Pisc.50mts Diciembre 2016
- Concentración Específica en Altura – CARD Sierra Nevada: Enero 2017
- Concentración Específica CARD Sierra Nevada Mayo 2017
- Competición Preparatoria Mayo 2017

2.- En todas ellas, se plantea sentar las bases y los objetivos en la preparación de dichos nadadores para afrontar las competiciones de referencia para esta temporada 2016-2017, y al mismo tiempo con vistas a su futura incorporación a los programas de los Equipos Nacionales Absolutos, con garantías de conseguir los objetivos marcados para este Equipo.

Dichas bases incluyen desde el desarrollo de habilidades técnicas imprescindibles en la natación internacional de alto nivel, la mejora de su condición física fuera del agua, mejora de sus hábitos dentro y fuera de la piscina, desarrollo de la “Cultura del Equipo Nacional”, mejora de su capacidad de entrenamiento, etc.

3.- Dicho programa debe suponer una importante herramienta para la mejora de la preparación y formación de los nadadores clasificados para el mismo, en vistas a su incorporación a los programas del Equipo Nacional Absoluto. Pero al mismo tiempo para la mejora de su rendimiento de cara a su progresión y clasificación dentro de las competiciones internacionales de referencia dentro de las categorías por edades.

Los resultados de los nadadores clasificados para este programa en las últimas temporadas nos confirman en la utilidad y la necesidad de un programa de estas características con vista a la mejora de nuestra natación en al ámbito internacional.



**A.- 33 Nadadores/as han logrado marca de referencia del Programa ESP-2020.
19 en categoría Masculina y 14 en categoría Femenina.**

NADADOR/A	AÑO	CAT	CLUB	PRUEBA	TIEMPO	MINIMA	%	TÉCNICO	NUCLEO	
1	Aguada B. Cons**	00	F	CN Galaico	800libres	08:39,99	08:46,33	-1,20	Luisa Domínguez	CTD Galicia
					400libres	04:15,47	04:15,47	0,00		
2	Aina Olivan	02	F	CN Sabadell	800libres	09:06,34	09:06,67	-0,06	Noelia Martínez	CN Sabadell
3	Albert Escrits**	98	M	CN Granollers	1500libres	15:11,60	15:32,54	-2,25	Luis Rodríguez	CTD Catalunya
					400libres	03:54,06	03:54,62	-0,24		
4	Alberto García	00	M	CD Gredos S. Diego	200libres	01:52,31	01:54,35	-1,78	Paloma García	CTD Madrid
					100libres	00:51,75	00:52,05	-0,58		
5	Alberto Lozano**	98	M	CN Cdad de Alcorcon	100Mariposa	00:52,65	00:53,49	-1,57	Diego Méndez	CN Cdad de Alcorcon
6	Alejandro Raez	99	M	Navial	200brazo	02:15,21	02:16,66	-1,06	Xavier Casademont	CTD Andalucía
					100brazo	01:03,11	01:03,17	-0,09		
7	Alex Ramos	99	M	CN Cornellà	200libres	01:51,21	01:52,51	-1,16	Luis Rodríguez	CTD Catalunya
					100libres	00:50,77	00:51,08	-0,61		
8	Alexia Arredondo	02	F	CN Sta. Olaya	200Espalda	02:18,67	02:19,11	-0,32	Montse Suarez	CN Sta. Olaya
9	Alonso Carazo	00	M	CD Gredos S. Diego	400Est.Ind.	04:25,91	04:33,03	-2,61	Paloma García	CTD Madrid
10	Ana M^a Lamberto	02	F	UCAM Fuensanta	200mariposa	02:16,54	02:17,60	-0,77	Rubén Gambín	UCAM Fuensanta
					100mariposa	01:02,22	01:02,35	-0,21		
11	Andrea F. Prades	01	F	CN Atl-Barceloneta	200Espalda	02:15,27	02:16,52	-0,92	Marc Tribulietx	CTD Catalunya
					200libres	02:02,94	02:03,34	-0,32		
					400libres	04:19,95	04:20,41	-0,18		
12	Andrea Galisteo	01	F	Real Canoe NC	800libres	08:45,82	08:56,50	-1,99	Santiago Veiga	CTD Madrid
					400libres	04:17,20	04:20,41	-1,23		
13	Ariadna Escribano	01	F	CN Sabadell	800libres	08:54,31	08:56,50	-0,41	Eloi Gómez	CN Sabadell
14	Aroa Silva	02	F	CN Manuel Llana	400libres	04:21,97	04:25,34	-1,27	Jerónimo Sánchez	CTD Asturias
					200libres	02:04,18	02:05,68	-1,19		
					800libres	09:03,69	09:06,67	-0,55		



Real Federación Española de Natación



15	César Castro**	99	M	CN Plasencia	1500libres	15:08,01	15:50,56	-4,48	Serafin Calvo	CTD Extremadura
					200libres	01:49,31	01:52,51	-2,84		
					400libres	03:55,05	03:59,16	-1,72		
16	Claudia Espinosa	03	F	CD Gredos S. Diego	100Espalda	01:04,07	01:04,38	-0,48	Paloma Garcia	CTD Madrid
					200Espalda	02:15,80	02:19,11	-2,38		
17	Eusebio Alcantarilla	99	M	CN Mairena	400libres	03:59,16	03:59,16	0,00	Emilio García	CN Mairena
18	Ferran Julià	00	M	CN Cervera	1500libres	15:46,94	16:06,50	-2,02	Marc Tribulietx	CTD Catalunya
					400libres	03:59,31	04:03,69	-1,80		
					200libres	01:53,65	01:54,35	-0,61		
19	Francisco J. Chacón	99	M	CN Alcala	400Est.Ind.	04:27,57	04:27,95	-0,14	Xavier Casademont	CTD Andalucía
20	Francisco Arévalo	99	M	Real Canoe NC	1500libres	15:44,01	15:50,56	-0,69	Santiago Veiga	CTD Madrid
					400libres	03:57,94	03:59,16	-0,51		
21	Héctor Fontabella	98	M	CN Delfin	200Espalda	02:01,08	02:01,54	-0,38	Rubén Zahinos	CN Delfin
22	Hugo González**	99	M	Real Canoe NC	100Espalda	00:54,18	00:56,48	-4,07	Santiago Veiga	CTD Madrid
					400Est.Ind.	04:17,27	04:27,95	-3,99		
					200Est.Ind.	02:01,49	02:04,89	-2,72		
					200Espalda	01:57,00	01:59,27	-1,90		
					200libres	01:51,42	01:52,51	-0,97		
23	Izan Cubillas	00	M	CN Minorisa	200Espalda	02:04,13	02:06,24	-1,67	Marc Tribulietx	CTD Catalunya
24	Jorge García	00	M	CN Las Escuevas	400libres	04:02,25	04:03,69	-0,59	Alberto Juez	CN Las Escuevas
25	Laura García	02	F	CD Gredos S. Diego	400libres	04:23,00	04:25,34	-0,88	Paloma Garcia	CTD Madrid
26	Mai Ortega	02	F	CD Gredos S. Diego	400Est.Ind.	04:57,13	04:58,93	-0,60	Pedro Simón	CD Gredos San Diego
27	Manuel Martos	00	M	CN H2O El Ejido	200Espalda	02:02,82	02:06,24	-2,71	Jose Romacho	H2O El Ejido
					100Espalda	00:57,50	00:57,56	-0,10		
28	Marcos Gil	00	M	CN Granollers	400libres	03:55,80	04:03,69	-3,24	Marc Tribulietx	CTD Catalunya
					1500libres	15:38,38	16:06,50	-2,91		
					200libres	01:52,32	01:54,35	-1,78		
29	Nadia González	02	F	Real Canoe NC	200libres	02:02,71	02:05,68	-2,36	Paloma Garcia	CTD Madrid
					200Est.Ind.	02:18,84	02:21,86	-2,13		
					400libres	04:20,10	04:25,34	-1,97		



Real Federación Española de Natación



					800libres	08:57,47	09:06,67	-1,68		
					100libres	00:57,44	00:57,75	-0,54		
30	Oriol Fábregas	99	M	CN Sabadell	1500libres	15:48,85	15:50,56	-0,18	Eugeni López	CN Sabadell
31	Paula Juste	03	F	CN Lleida	200libres	02:04,98	02:05,68	-0,56	Erika Espejo	CN Lleida
					200Est.Ind.	02:21,53	02:21,86	-0,23		
32	Sandra Nicolás	02	F	CN Sabadell	400Est.Ind.	04:58,10	04:58,93	-0,28	Noelia Martínez	CN Sabadell
33	Sergio Santiesteban	00	M	CD Gredos S. Diego	1500libres	15:55,04	16:06,50	-1,19	Paloma García	CTD Madrid

** Nadadoras con mínima ENA

Clubes y técnicos correspondientes a la temporada 2015-2016

B.- Se han logrado **61** mínimas en **21** pruebas Olímpicas

	NADADOR/A	AÑO	CAT	CLUB	PRUEBA	TIEMPO	MINIMA	%	TÉCNICO	NUCLEO
1	Alejandro Raez	99	M	Navial	100brazo	01:03,11	01:03,17	-0,09	X.Casademont	CTD Andalucía
2	Claudia Espinosa	03	F	CD Gredos S. Diego	100Espalda	01:04,07	01:04,38	-0,48	P.Garcia	CTD Madrid
3	Hugo González	99	M	Real Canoe NC	100Espalda	00:54,18	00:56,48	-4,07	S. Veiga	CTD Madrid
	Manuel Martos	00		CN H2O El Ejido		00:57,50	00:57,56	-0,10	J.Romacho	CN H2O El Ejido
4	Nadia González	02	F	Real Canoe NC	100libres	00:57,44	00:57,75	-0,54	P.Garcia	CTD Madrid
5	Alberto García	00	M	CD Gredos S. Diego	100libres	00:51,75	00:52,05	-0,58	P.Garcia	CTD Madrid
	Alex Ramos	99		CN Cornellà		00:50,77	00:51,08	-0,61	L.Rodriguez	CTD Catalunya
6	Ana Mª Lamberto	02	F	UCAM Murcia	100mariposa	01:02,22	01:02,35	-0,21	R.Gambín	UCAM Fuensanta
7	Alberto Lozano	98	M	CN Cdad de Alcorcon	100Mariposa	00:52,65	00:53,49	-1,57	D.Mendez	CN Cdad de Alcorcon
8	Albert Escrits	98	M	CN Granollers	1500libres	15:11,60	15:32,54	-2,25	L. Rodriguez	CTD Catalunya
	César Castro	99		CN Plasencia		15:08,01	15:50,56	-4,48	S. Calvo	CTD Extremadura
	Ferran Julia	00		CN Cervera		15:46,94	16:06,50	-2,02	M. Tribulietx	CTD Catalunya
	Francisco Arévalo	99		Real Canoe NC		15:44,01	15:50,56	-0,69	S.Veiga	CTD Madrid
	Marcos Gil	00		CN Granollers		15:38,38	16:06,50	-2,91	M. Tribulietx	CTD Catalunya
	Oriol Fábregas	99		CN Sabadell		15:48,85	15:50,56	-0,18	E.López	CN Sabadell
	Sergio Santiesteban	00		CD Gredos S. Diego		15:55,04	16:06,50	-1,19	P.Garcia	CTD Madrid
9	Alejandro Raez	99	M	Navial	200brazo	02:15,21	02:16,66	-1,06	X.Casademont	CTD Andalucía
10	Alexia Arredondo	02	F	CN Sta. Olaya	200Espalda	02:18,67	02:19,11	-0,32	M.Suarez	CN Sta. Olaya
	Andrea F. Prades	01		CN Atl-Barceloneta		02:15,27	02:16,52	-0,92	M. Tribulietx	CTD Catalunya
	Claudia Espinosa	03		CD Gredos S. Diego		02:15,80	02:19,11	-2,38	P.Garcia	CTD Madrid
11	Héctor Fontabella	98	M	CN Delfin	200Espalda	02:01,08	02:01,54	-0,38	R.Zahinos	CN Delfin
	Hugo González	99		Real Canoe NC		01:57,00	01:59,27	-1,90	S.Veiga	CTD Madrid
	Izan Cubillas	00		CN Minorisa		02:04,13	02:06,24	-1,67	M. Tribulietx	CTD Catalunya
	Manuel Martos	00		CN H2O El Ejido		02:02,82	02:06,24	-2,71	J. Romacho	CN H2O El Ejido
12	Nadia González	02	F	Real Canoe NC	200Est.Ind.	02:18,84	02:21,86	-2,13	P.Garcia	CTD Madrid
	Paula Juste	03		CN Lleida		02:21,53	02:21,86	-0,23	E.Espejo	CN Lleida



Real Federación Española de Natación



13	Hugo González	99	M	Real Canoe NC	200Est.Ind.	02:01,49	02:04,89	-2,72	S.Veiga	CTD Madrid
14	Andrea F. Prades	01	F	CN Atl-Barceloneta	200libres	02:02,94	02:03,34	-0,32	M.Tribulietx	CTD Catalunya
	Aroa Silva	02		CN Manuel Llana		02:04,18	02:05,68	-1,19	J. Sánchez	CTD Asturias
	Nadia González	02		Real Canoe NC		02:02,71	02:05,68	-2,36	P.Garcia	CTD Madrid
	Paula Juste	03		CN Lleida		02:04,98	02:05,68	-0,56	E. Espejo	CN Lleida
15	Alberto García	00	M	CD Gredos S. Diego	200libres	01:52,31	01:54,35	-1,78	P.Garcia	CTD Madrid
	Alex Ramos	99		CN Cornellà		01:51,21	01:52,51	-1,16	L.Rodriguez	CTD Catalunya
	César Castro	99		CN Plasencia		01:49,31	01:52,51	-2,84	S.Calvo	CTD Extremadura
	Ferran Julia	00		CN Cervera		01:53,65	01:54,35	-0,61	M.Tribulietx	CTD Catalunya
	Hugo González	99		Real Canoe NC		01:51,42	01:52,51	-0,97	S.Veiga	CTD Madrid
	Marcos Gil	00		CN Granollers		01:52,32	01:54,35	-1,78	M. Tribulietx	CTD Catalunya
16	Ana M ^a Lamberto	02	F	UCAM Murcia	200mariposa	02:16,54	02:17,60	-0,77	R.Gambín	UCAM Fuensanta
17	Mai Ortega	02	F	CD Gredos S. Diego	400Est.Ind.	04:57,13	04:58,93	-0,60	P.Simón	CD Gredos San Diego
	Sandra Nicolás	02		CN Sabadell		04:58,10	04:58,93	-0,28	N.Martinez	CN Sabadell
18	Alonso Carazo	00	M	CD Gredos S. Diego	400Est.Ind.	04:25,91	04:33,03	-2,61	P.Garcia	CTD Madrid
	Francisco J. Chacón	99		CN Alcala		04:27,57	04:27,95	-0,14	X.Casademont	CTD Andalucía
	Hugo González	99		Real Canoe NC		04:17,27	04:27,95	-3,99	S. Veiga	CTD Madrid
19	Aguada B. Cons	00	F	CN Galaico	400libres	04:15,47	04:15,47	0,00	L.Dominguez	CTD Galicia
	Andrea F. Prades	01		CN Atl-Barceloneta		04:19,95	04:20,41	-0,18	M.Tribulietx	CTD Catalunya
	Andrea Galisteo	01		Real Canoe NC		04:17,20	04:20,41	-1,23	S.Veiga	CTD Madrid
	Aroa Silva	02		CN Manuel Llana		04:21,97	04:25,34	-1,27	J. Sánchez	CTD Asturias
	Laura García	02		CD Gredos S. Diego		04:23,00	04:25,34	-0,88	P.Garcia	CTD Madrid
	Nadia González	02		Real Canoe NC		04:20,10	04:25,34	-1,97	P.Garcia	CTD Madrid
20	Albert Escrits	98	M	CN Granollers	400libres	03:54,06	03:54,62	-0,24	L.Rodriguez	CTD Catalunya
	César Castro	99		CN Plasencia		03:55,05	03:59,16	-1,72	S. Calvo	CTD Extremadura
	Eusebio Alcantarilla	99		CN Mairena		03:59,16	03:59,16	0,00	E.García	CN Mairena
	Ferran Julia	00		CN Cervera		03:59,31	04:03,69	-1,80	M. Tribulietx	CTD Catalunya
	Francisco Arévalo	99		Real Canoe NC		03:57,94	03:59,16	-0,51	S.Veiga	CTD Madrid
	Jorge García	00		CN Las Escuevas		04:02,25	04:03,69	-0,59	A. Juez	CN Las Escuevas
	Marcos Gil	00		CN Granollers		03:55,80	04:03,69	-3,24	M. Tribulietx	CTD Catalunya
21	Aguada B. Cons	00	F	CN Galaico	800libres	08:39,99	08:46,33	-1,20	L. Dominguez	CTD Galicia



Real Federación Española de Natación



Aina Olivan	02	CN Sabadell	09:06,34	09:06,67	-0,06	N.Martinez	CN Sabadell
Andrea Galisteo	01	Real Canoe NC	08:45,82	08:56,50	-1,99	S.Veiga	CTD Madrid
Ariadna Escribano	01	CN Sabadell	08:54,31	08:56,50	-0,41	E.Gomez	CN Sabadell
Aroa Silva	02	CN Manuel Llana	09:03,69	09:06,67	-0,55	J. Sanchez	CTD Asturias
Nadia González	02	Real Canoe NC	08:57,47	09:06,67	-1,68	P.Garcia	CTD Madrid

**C.- 20** son los entrenadores responsables de los nadadores integrantes del programa

	NADADOR/A	AÑO	CAT	CLUB	PRUEBA	TIEMPO	MINIMA	%	TÉCNICO	NUCLEO
1	Jorge García	00	M	CN Las Escuevas	400libres	04:02,25	04:03,69	-0,59	Alberto Juez	CN Las Escuevas
2	Alberto Lozano	98	M	CN Cdad de Alcorcón	100Mariposa	00:52,65	00:53,49	-1,57	Diego Méndez	CN Cdad de Alcorcón
3	Ariadna Escribano	01	F	CN Sabadell	800libres	08:54,31	08:56,50	-0,41	Eloi Gómez	CN Sabadell
4	Eusebio Alcantarilla	99	M	CN Mairena	400libres	03:59,16	03:59,16	0,00	Emilio García	CN Mairena
5	Paula Juste	03	F	CN Lleida	200libres	02:04,98	02:05,68	-0,56	Erika Espejo	CN Lleida
					200Est.Ind.	02:21,53	02:21,86	-0,23		
6	Oriol Fábregas	99	M	CN Sabadell	1500libres	15:48,85	15:50,56	-0,18	Eugeni López	CN Sabadell
7	Aroa Silva	02	F	CN Manuel Llana	800libres	09:03,69	09:06,67	-0,55	Jerónimo Sánchez	CTD Asturias
					200libres	02:04,18	02:05,68	-1,19		
					400libres	04:21,97	04:25,34	-1,27		
8	Manuel Martos	00	M	CN H2O El Ejido	200Espalda	02:02,82	02:06,24	-2,71	José Romacho	CN H2O El Ejido
					100Espalda	00:57,50	00:57,56	-0,10		
9	Alex Ramos	99	M	CN Cornellà	100libres	00:50,77	00:51,08	-0,61	Luis Rodríguez	CTD Catalunya
					200libres	01:51,21	01:52,51	-1,16		
	Albert Escrits	98	M	CN Granollers	1500libres	15:11,60	15:32,54	-2,25		
					400libres	03:54,06	03:54,62	-0,24		
10	Aguada B. Cons	00	F	CN Galaico	800libres	08:39,99	08:46,33	-1,20	Luisa Domínguez	CTD Galicia
					400libres	04:15,47	04:15,47	0,00		
11	Andrea F. Prades	01	F	CN Atl-Barceloneta	200Espalda	02:15,27	02:16,52	-0,92	Marc Tribulietx	CTD Catalunya
					200libres	02:02,94	02:03,34	-0,32		
					400libres	04:19,95	04:20,41	-0,18		
	Izan Cubillas	00	M	CN Minorisa	200Espalda	02:04,13	02:06,24	-1,67		
					200libres	01:52,32	01:54,35	-1,78		
	Marcos Gil	00	M	CN Granollers	1500libres	15:38,38	16:06,50	-2,91		
					400libres	03:55,80	04:03,69	-3,24		
Ferran Julia	00	M	CN Cervera	1500libres	15:46,94	16:06,50	-2,02			



Real Federación Española de Natación



					200libres	01:53,65	01:54,35	-0,61		
					400libres	03:59,31	04:03,69	-1,80		
12	Alexia Arredondo	02	F	CN Sta. Olaya	200Espalda	02:18,67	02:19,11	-0,32	Montse Suárez	CN Sta. Olaya
13	Sandra Nicolás	02	F	CN Sabadell	400Est.Ind.	04:58,10	04:58,93	-0,28	Noelia Martínez	CN Sabadell
	Aina Olivan	02	F	CN Sabadell	800libres	09:06,34	09:06,67	-0,06		
14	Alberto García	00	M	CD Gredos S. Diego	100libres	00:51,75	00:52,05	-0,58	Paloma García	CTD Madrid
					200libres	01:52,31	01:54,35	-1,78		
	Alonso Carazo	00	M	CD Gredos S. Diego	400Est.Ind.	04:25,91	04:33,03	-2,61		
	Sergio Santiesteban	00	M	CD Gredos S. Diego	1500libres	15:55,04	16:06,50	-1,19		
	Claudia Espinosa	03	F	CD Gredos S. Diego	200Espalda	02:15,80	02:19,11	-2,38		
					100Espalda	01:04,07	01:04,38	-0,48		
	Nadia González	02	F	Real Canoe NC	200Est.Ind.	02:18,84	02:21,86	-2,13		
					100libres	00:57,44	00:57,75	-0,54		
					200libres	02:02,71	02:05,68	-2,36		
					400libres	04:20,10	04:25,34	-1,97		
Laura García	02	F	CD Gredos S. Diego	800libres	08:57,47	09:06,67	-1,68			
				400libres	04:23,00	04:25,34	-0,88			
15	Mai Ortega	02	F	CD Gredos S. Diego	400Est.Ind.	04:57,13	04:58,93	-0,60	Pedro Simón	CD Gredos San Diego
16	Ana Mª Lamberto	02	F	UCAM Fuensanta	100mariposa	01:02,22	01:02,35	-0,21	Rubén Gambín	UCAM Fuensanta
					200mariposa	02:16,54	02:17,60	-0,77		
17	Héctor Fontabella	98	M	CN Delfin	200Espalda	02:01,08	02:01,54	-0,38	Rubén Zahinos	CN Delfin
18	Hugo González	99	M	Real Canoe NC	100Espalda	00:54,18	00:56,48	-4,07	Santiago Veiga	CTD Madrid
					400Est.Ind.	04:17,27	04:27,95	-3,99		
					200Espalda	01:57,00	01:59,27	-1,90		
					200Est.Ind.	02:01,49	02:04,89	-2,72		
	200libres	01:51,42	01:52,51	-0,97						
	Andrea Galisteo	01	F	Real Canoe NC	800libres	08:45,82	08:56,50	-1,99		
					400libres	04:17,20	04:20,41	-1,23		
Francisco Arévalo	99	M	Real Canoe NC	400libres	03:57,94	03:59,16	-0,51			
				1500libres	15:44,01	15:50,56	-0,69			
19	César Castro	99	M	CN Plasencia	1500libres	15:08,01	15:50,56	-4,48	Serafín Calvo	CTD Extremadura



Real Federación Española de Natación



					400libres	03:55,05	03:59,16	-1,72		
					200libres	01:49,31	01:52,51	-2,84		
20	Alejandro Raez	99	M	Navial	100brazo	01:03,11	01:03,17	-0,09	Xavier Casademont	CTD Andalucía
					200brazo	02:15,21	02:16,66	-1,06		
	Francisco J. Chacon	99	M	CN Alcala	400Est.Ind.	04:27,57	04:27,95	-0,14		



D.- 16 son los programas de entrenamiento donde se preparan los nadadores del programa

	NADADOR/A	AÑO	CAT	CLUB	PRUEBA	TIEMPO	MINIMA	%	TÉCNICO	NUCLEO
1	Mai Ortega	02	F	CD Gredos S. Diego	400Est.Ind.	04:57,13	04:58,93	-0,60	P. Simón	CD Gredos San Diego
2	Alberto Lozano	98	M	CN Cdad de Alcorcon	100Mariposa	00:52,65	00:53,49	-1,57	D. Méndez	CN Cdad de Alorcón
3	Héctor Fontabella	98	M	CN Delfin	200Espalda	02:01,08	02:01,54	-0,38	R. Zahinos	CN Delfin
4	Manuel Martos	00	M	CN H2O El Ejido	100Espalda	00:57,50	00:57,56	-0,10	J. Romacho	CN H2O El Ejido
					200Espalda	02:02,82	02:06,24	-2,71		
5	Jorge García	00	M	CN Las Escuevas	400libres	04:02,25	04:03,69	-0,59	A. Juez	CN Las Escuevas
6	Paula Juste	03	F	CN Lleida	200Est.Ind.	02:21,53	02:21,86	-0,23	E. Espejo	CN Lleida
					200libres	02:04,98	02:05,68	-0,56		
7	Eusebio Alcantarilla	99	M	CN Mairena	400libres	03:59,16	03:59,16	0,00	E. García	CN Mairena
8	Oriol Fábregas	99	M	CN Sabadell	1500libres	15:48,85	15:50,56	-0,18	E. López	CN Sabadell
	Sandra Nicolás	02	F	CN Sabadell	400Est.Ind.	04:58,10	04:58,93	-0,28	N. Martínez	
	Aina Olivan	02	F	CN Sabadell	800libres	09:06,34	09:06,67	-0,06		
	Ariadna Escribano	01	F	CN Sabadell	800libres	08:54,31	08:56,50	-0,41	E. Gómez	
9	Alexia Arredondo	02	F	CN Sta. Olaya	200Espalda	02:18,67	02:19,11	-0,32	M. Suarez	CN Sta. Olaya
10	Alejandro Raez	99	M	Navial	100brazo	01:03,11	01:03,17	-0,09	X. Casademont	CTD Andalucía
					200brazo	02:15,21	02:16,66	-1,06		
	Francisco J. Chacón	99	M	CN Alcala	400Est.Ind.	04:27,57	04:27,95	-0,14		
11	Aroa Silva	02	F	CN Manuel Llana	200libres	02:04,18	02:05,68	-1,19	J. Sánchez	CTD Asturias
					400libres	04:21,97	04:25,34	-1,27		
					800libres	09:03,69	09:06,67	-0,55		
12	Albert Escrits	98	M	CN Granollers	400libres	03:54,06	03:54,62	-0,24	L. Rodríguez	CTD Catalunya
					1500libres	15:11,60	15:32,54	-2,25		
	Alex Ramos	99	M	CN Cornellà	100libres	00:50,77	00:51,08	-0,61		
					200libres	01:51,21	01:52,51	-1,16		
	Ferran Julia	00	M	CN Cervera	1500libres	15:46,94	16:06,50	-2,02	M. Tribulietx	
				200libres	01:53,65	01:54,35	-0,61			



Real Federación Española de Natación

	Marcos Gil	00	M	CN Granollers	400libres	03:59,31	04:03,69	-1,80	S. Calvo	CTD Extremadura
					1500libres	15:38,38	16:06,50	-2,91		
					400libres	03:55,80	04:03,69	-3,24		
					200libres	01:52,32	01:54,35	-1,78		
	Izan Cubillas	00	M	CN Minorisa	200Espalda	02:04,13	02:06,24	-1,67		
	Andrea F. Prades	01	F	CN Atl-Barceloneta	200libres	02:02,94	02:03,34	-0,32		
					400libres	04:19,95	04:20,41	-0,18		
					200Espalda	02:15,27	02:16,52	-0,92		
13	César Castro	99	M	CN Plasencia	1500libres	15:08,01	15:50,56	-4,48	S. Calvo	CTD Extremadura
					200libres	01:49,31	01:52,51	-2,84		
					400libres	03:55,05	03:59,16	-1,72		
14	Aguada B. Cons	00	F	CN Galaico	800libres	08:39,99	08:46,33	-1,20	L. Domínguez	CTD Galicia
					400libres	04:15,47	04:15,47	0,00		
15	Hugo González	99	M	Real Canoe NC	100Espalda	00:54,18	00:56,48	-4,07	S. Veiga	CTD Madrid
					200Espalda	01:57,00	01:59,27	-1,90		
					200Est.Ind.	02:01,49	02:04,89	-2,72		
					200libres	01:51,42	01:52,51	-0,97		
					400Est.Ind.	04:17,27	04:27,95	-3,99		
	Francisco Arévalo	99	M	Real Canoe NC	400libres	03:57,94	03:59,16	-0,51		
					1500libres	15:44,01	15:50,56	-0,69		
	Andrea Galisteo	01	F	Real Canoe NC	800libres	08:45,82	08:56,50	-1,99		
					400libres	04:17,20	04:20,41	-1,23		
	Alonso Carazo	00	M	CD Gredos S. Diego	400Est.Ind.	04:25,91	04:33,03	-2,61	Parcia	
	Sergio Santiesteban	00	M	CD Gredos S. Diego	1500libres	15:55,04	16:06,50	-1,19		
	Nadia González	02	F	Real Canoe NC	800libres	08:57,47	09:06,67	-1,68	Parcia	
200Est.Ind.					02:18,84	02:21,86	-2,13			
100libres					00:57,44	00:57,75	-0,54			
200libres					02:02,71	02:05,68	-2,36			
Alberto García	00	M	CD Gredos S. Diego	400libres	04:20,10	04:25,34	-1,97			
				100libres	00:51,75	00:52,05	-0,58			
				200libres	01:52,31	01:54,35	-1,78			



Real Federación Española de Natación



	Laura García	02	F	CD Gredos S. Diego	400libres	04:23,00	04:25,34	-0,88		
	Claudia Espinosa	03	F	CD Gredos S. Diego	200Espalda	02:15,80	02:19,11	-2,38		
					100Espalda	01:04,07	01:04,38	-0,48		
16	Ana M ^a Lamberto	02	F	UCAM Fuensanta	100mariposa	01:02,22	01:02,35	-0,21	R. Gambín	UCAM Fuensanta
			F		200mariposa	02:16,54	02:17,60	-0,77		



E.- 21 Clubes aportan nadadores al Programa

	NADADOR/A	AÑO	CAT	CLUB	PRUEBA	TIEMPO	MINIMA	%	TÉCNICO	NUCLEO
1	Alberto Garcia	00	M	CD Gredos S. Diego	100libres	00:51,75	00:52,05	-0,58	P. García	CTD Madrid
					200libres	01:52,31	01:54,35	-1,78		
	Alonso Carazo	00	M		400Est.Ind.	04:25,91	04:33,03	-2,61	P. García	CTD Madrid
	Claudia Espinosa	03	F		200Espalda	02:15,80	02:19,11	-2,38	P. García	CTD Madrid
					100Espalda	01:04,07	01:04,38	-0,48		
	Laura García	02	F		400libres	04:23,00	04:25,34	-0,88	P. García	CTD Madrid
	Mai Ortega	02	F		400Est.Ind.	04:57,13	04:58,93	-0,60	P. Simón	CD Gredos San Diego
Sergio Santiesteban	00	M	1500libres	15:55,04	16:06,50	-1,19	P. García	CTD Madrid		
2	Francisco J. Chacon	99	M	CN Alcalá	400Est.Ind.	04:27,57	04:27,95	-0,14	X.Casademont	CTD Andalucía
3	Andrea F. Prades	01	F	CN Atl-Barceloneta	200libres	02:02,94	02:03,34	-0,32	M. Tribulietx	CTD Catalunya
					400libres	04:19,95	04:20,41	-0,18		
					200Espalda	02:15,27	02:16,52	-0,92		
4	Alberto Lozano	98	M	CN Cdad de Alcorcón	100Mariposa	00:52,65	00:53,49	-1,57	D. Méndez	CN Cdad de Alcorcón
5	Ferran Julia	00	M	CN Cervera	1500libres	15:46,94	16:06,50	-2,02	M. Tribulietx	CTD Catalunya
					200libres	01:53,65	01:54,35	-0,61		
					400libres	03:59,31	04:03,69	-1,80		
6	Alex Ramos	99	M	CN Cornellà	100libres	00:50,77	00:51,08	-0,61	L. Rodríguez	CTD Catalunya
					200libres	01:51,21	01:52,51	-1,16		
7	Héctor Fontabella	98	M	CN Delfin	200Espalda	02:01,08	02:01,54	-0,38	R. Zahinos	CN Delfin
8	Aguada B. Cons	00	F	CN Galaico	800libres	08:39,99	08:46,33	-1,20	L. Domínguez	CTD Galicia
					400libres	04:15,47	04:15,47	0,00		
9	Albert Escrits	98	M	CN Granollers	400libres	03:54,06	03:54,62	-0,24	L. Rodríguez	CTD Catalunya
					1500libres	15:11,60	15:32,54	-2,25		
	Marcos Gil	00	M		1500libres	15:38,38	16:06,50	-2,91	M. Tribulietx	CTD Catalunya
					400libres	03:55,80	04:03,69	-3,24		



Real Federación Española de Natación



					200libres	01:52,32	01:54,35	-1,78		
10	Manuel Martos	00	M	CN H2O El Ejido	100Espalda	00:57,50	00:57,56	-0,10	J. Romacho	CN H2O El Ejido
					200Espalda	02:02,82	02:06,24	-2,71		
11	Jorge García	00	M	CN Las Escuevas	400libres	04:02,25	04:03,69	-0,59	A. Juez	CN Las Escuevas
12	Paula Juste	03	F	CN Lleida	200Est.Ind.	02:21,53	02:21,86	-0,23	E. Espejo	CN Lleida
					200libres	02:04,98	02:05,68	-0,56		
13	Eusebio Alcantarilla	99	M	CN Mairena	400libres	03:59,16	03:59,16	0,00	E. García	CN Mairena
14	Aroa Silva	02	F	CN Manuel Llana	200libres	02:04,18	02:05,68	-1,19	J. Sánchez	CTD Asturias
					400libres	04:21,97	04:25,34	-1,27		
					800libres	09:03,69	09:06,67	-0,55		
15	Izan Cubillas	00	M	CN Minorisa	200Espalda	02:04,13	02:06,24	-1,67	M. Tribulietx	CTD Catalunya
16	César Castro	99	M	CN Plasencia	1500libres	15:08,01	15:50,56	-4,48	S. Calvo	CTD Extremadura
					200libres	01:49,31	01:52,51	-2,84		
					400libres	03:55,05	03:59,16	-1,72		
17	Sandra Nicolás	02	F	CN Sabadell	400Est.Ind.	04:58,10	04:58,93	-0,28	N. Martínez	CN Sabadell
	Aina Olivan	02	F		800libres	09:06,34	09:06,67	-0,06	N., Martínez	CN Sabadell
	Ariadna Escribano	01	F		800libres	08:54,31	08:56,50	-0,41	E. Gómez	CN Sabadell
	Oriol Fábregas	99	M		1500libres	15:48,85	15:50,56	-0,18	E. López	CN Sabadell
18	Alexia Arredondo	02	F	CN Sta. Olaya	200Espalda	02:18,67	02:19,11	-0,32	M. Suarez	CN Sta. Olaya
19	Alejandro Raez	99	M	Navial	100braza	01:03,11	01:03,17	-0,09	X.Casademont	CTD Andalucía
					200braza	02:15,21	02:16,66	-1,06		
20	Andrea Galisteo	01	F	Real Canoe NC	800libres	08:45,82	08:56,50	-1,99	S. Veiga	CTD Madrid
					400libres	04:17,20	04:20,41	-1,23		
	Francisco Arévalo	99	M		400libres	03:57,94	03:59,16	-0,51	S. Veiga	CTD Madrid
					1500libres	15:44,01	15:50,56	-0,69		
	Hugo González	99	M		100Espalda	00:54,18	00:56,48	-4,07	S. Veiga	CTD Madrid
					200Espalda	01:57,00	01:59,27	-1,90		
					200Est.Ind.	02:01,49	02:04,89	-2,72		
					200libres	01:51,42	01:52,51	-0,97		
Nadia González	02	F	400Est.Ind.	04:17,27	04:27,95	-3,99	P. García	CTD Madrid		
			800libres	08:57,47	09:06,67	-1,68				



Real Federación Española de Natación



					200Est.Ind.	02:18,84	02:21,86	-2,13		
					100libres	00:57,44	00:57,75	-0,54		
					200libres	02:02,71	02:05,68	-2,36		
					400libres	04:20,10	04:25,34	-1,97		
21	Ana M ^a Lamberto	02	F	UCAM Fuensanta	100mariposa	01:02,22	01:02,35	-0,21	R. Gambín	UCAM Fuensanta
					200mariposa	02:16,54	02:17,60	-0,77		



F.- 9 son las Federaciones Territoriales que aportan nadadores al programa

	NADADOR/A	AÑO	CAT	CLUB	FED. TERRIT.	PRUEBA	TIEMPO	MINIMA	%	TÉCNICO	NUCLEO
1	Alejandro Raez	99	M	Navial	Andalucía	200brazo	02:15,21	02:16,66	-1,06	X. Casademont	CTD Andalucía
		99	M			100brazo	01:03,11	01:03,17	-0,09		
	Eusebio Alcantarilla	99	M	CN Mairena		400libres	03:59,16	03:59,16	0,00	E. García	CN Mairena
	Francisco J. Chacón	99	M	CN Alcalá		400Est.Ind.	04:27,57	04:27,95	-0,14	X. Casademont	CTD Andalucía
	Manuel Martos	00	M	CN H2O El Ejido		200Espalda	02:02,82	02:06,24	-2,71	J. Romacho	CN H2O El Ejido
		00	M			100Espalda	00:57,50	00:57,56	-0,10		
2	Jorge García	00	M	CN Las Escuevas	Canarias	400libres	04:02,25	04:03,69	-0,59	A. Juez	CN Las Escuevas
3	Aina Oliván	02	F	CN Sabadell	Cataluña	800libres	09:06,34	09:06,67	-0,06	N. Martínez	CN Sabadell
	Albert Escrits	98	M	CN Granollers		1500libres	15:11,60	15:32,54	-2,25	L. Rodríguez	CTD Cataluña
		98	M			400libres	03:54,06	03:54,62	-0,24		
	Alex Ramos	99	M	CN Cornellà		200libres	01:51,21	01:52,51	-1,16	L. Rodríguez	CTD Cataluña
		99	M			100libres	00:50,77	00:51,08	-0,61		
	Andrea F. Prades	01	F	CN Atl-Barceloneta		200Espalda	02:15,27	02:16,52	-0,92	M. Tribulietx	CTD Cataluña
		01	F			200libres	02:02,94	02:03,34	-0,32		
		01	F			400libres	04:19,95	04:20,41	-0,18		
	Ariadna Escribano	01	F	CN Sabadell		800libres	08:54,31	08:56,50	-0,41	E. Gómez	CN Sabadell
	Ferran Julià	00	M	CN Cervera		1500libres	15:46,94	16:06,50	-2,02	M. Tribulietx	CTD Cataluña
		00	M			400libres	03:59,31	04:03,69	-1,80		
		00	M			200libres	01:53,65	01:54,35	-0,61		
	Izan Cubillas	00	M	CN Minorisa		200Espalda	02:04,13	02:06,24	-1,67	M. Tribulietx	CTD Catalunya
	Marcos Gil	00	M	CN Granollers		400libres	03:55,80	04:03,69	-3,24	M. Tribulietx	CTD Cataluña
		00	M			1500libres	15:38,38	16:06,50	-2,91		
00		M	200libres		01:52,32	01:54,35	-1,78				
Oriol Fábregas	99	M	CN Sabadell	1500libres	15:48,85	15:50,56	-0,18	E. López	CN Sabadell		
Paula Juste	03	F	CN Lleida	200libres	02:04,98	02:05,68	-0,56	E. Espejo	CN Lleida		



Real Federación Española de Natación



		03	F			200Est.Ind.	02:21,53	02:21,86	-0,23		
	Sandra Nicolás	02	F	CN Sabadell		400Est.Ind.	04:58,10	04:58,93	-0,28	N. Martínez	CN Sabadell
4	Héctor Fontabella	98	M	CN Delfín	Com. Valenciana	200Espalda	02:01,08	02:01,54	-0,38	R. Zahinos	CN Delfín
5	César Castro	99	M	CN Plasencia	Extremadura	1500libres	15:08,01	15:50,56	-4,48	S. Calvo	CTD Extremadura
		99	M			200libres	01:49,31	01:52,51	-2,84		
		99	M			400libres	03:55,05	03:59,16	-1,72		
6	Aguada B. Cons	00	F	CN Galaico	Galicia	800libres	08:39,99	08:46,33	-1,20	L. Domínguez	CTD Galicia
		00	F			400libres	04:15,47	04:15,47	0,00		
7	Alberto García	00	M	CD Gredos S. Diego	Madrid	200libres	01:52,31	01:54,35	-1,78	P. García	CTD Madrid
		00	M			100libres	00:51,75	00:52,05	-0,58		
	Alberto Lozano	98	M	CN Cdad de Alcorcón		100Mariposa	00:52,65	00:53,49	-1,57	D. Méndez	CN Cdad de Alcorcón
	Alonso Carazo	00	M	CD Gredos S. Diego		400Est.Ind.	04:25,91	04:33,03	-2,61	P. García	CTD Madrid
	Andrea Galisteo	01	F	Real Canoe NC		800libres	08:45,82	08:56,50	-1,99	S. Veiga	CTD Madrid
		01	F			400libres	04:17,20	04:20,41	-1,23		
	Claudia Espinosa	03	F	CD Gredos S. Diego		100Espalda	01:04,07	01:04,38	-0,48	P. García	CTD Madrid
		03	F			200Espalda	02:15,80	02:19,11	-2,38		
	Francisco Arévalo	99	M	Real Canoe NC		1500libres	15:44,01	15:50,56	-0,69	S. Veiga	CTD Madrid
		99	M			400libres	03:57,94	03:59,16	-0,51		
	Hugo González	99	M	Real Canoe NC		100Espalda	00:54,18	00:56,48	-4,07	S. Veiga	CTD Madrid
		99	M			400Est.Ind.	04:17,27	04:27,95	-3,99		
		99	M			200Est.Ind.	02:01,49	02:04,89	-2,72		
		99	M			200Espalda	01:57,00	01:59,27	-1,90		
		99	M			200libres	01:51,42	01:52,51	-0,97		
	Laura García	02	F	CD Gredos S. Diego		400libres	04:23,00	04:25,34	-0,88	P. García	CTD Madrid
Mai Ortega	02	F	CD Gredos S. Diego	400Est.Ind.	04:57,13	04:58,93	-0,60	P. Simón	CD Gredos San Diego		
Nadia González	02	F	Real Canoe NC	200libres	02:02,71	02:05,68	-2,36	P. García	CTD Madrid		
	02	F		200Est.Ind.	02:18,84	02:21,86	-2,13				
		02	F			400libres	04:20,10	04:25,34	-1,97		



Real Federación Española de Natación



		02	F			800libres	08:57,47	09:06,67	-1,68		
		02	F			100libres	00:57,44	00:57,75	-0,54		
	Sergio Santiesteban	00	M	CD Gredos S. Diego		1500libres	15:55,04	16:06,50	-1,19	P. García	CTD Madrid
8	Alexia Arredondo	02	F	CN Sta. Olaya	Princ. Asturias	200Espalda	02:18,67	02:19,11	-0,32	M. Suarez	CN Sta. Olaya
	Aroa Silva	02	F	CN Manuel Llaneza		400libres	04:21,97	04:25,34	-1,27	J. Sánchez	CTD Asturias
		02	F			200libres	02:04,18	02:05,68	-1,19		
		02	F			800libres	09:03,69	09:06,67	-0,55		
9	Ana M ^a Lamberto	02	F	UCAM Fuensanta	Reg. Murcia	200mariposa	02:16,54	02:17,60	-0,77	R. Gambín	UCAM Fuensanta
		02	F			100mariposa	01:02,22	01:02,35	-0,21		



MARCAS DE REFERENCIA PROGRAMA ESP-2020 TEMP 2016-2017

MASCULINO				PRUEBA	FEMENINO			
16 años (2001) y menores	17 Años (2000)	18 Años (1999)	19 Años (1998)		18 Años (1999)	17 Años (2000)	16 Años (2001)	15 Años (2002) y menores
00:23,48	00:23,04	00:22,71	00:22,50	50 LIBRES	00:25,34	00:25,58	00:25,83	00:26,20
00:51,73	00:50,77	00:50,04	00:49,56	100 LIBRES	00:55,33	00:55,87	00:56,41	00:57,21
01:54,28	01:52,16	01:50,56	01:49,50	200 LIBRES	01:59,96	02:01,13	02:02,29	02:03,69
04:02,95	03:58,43	03:55,04	03:52,78	400 LIBRES	04:14,06	04:15,33	04:17,23	04:21,55
16:05,72	15:47,75	15:34,27	15:25,29	800/1500 LIBRES	08:40,82	08:44,68	08:48,63	08:57,51
01:04,10	01:02,91	01:02,02	01:01,42	100 BRAZA	01:08,63	01:09,30	01:09,96	01:10,96
02:19,64	02:17,04	02:15,10	02:13,80	200 BRAZA	02:28,35	02:29,79	02:31,23	02:33,39
00:57,49	00:56,42	00:55,62	00:55,08	100 ESPALDA	01:01,48	01:02,08	01:02,67	01:03,57
02:05,24	02:02,91	02:01,16	02:00,00	200 ESPALDA	02:12,53	02:13,42	02:14,52	02:16,77
00:55,51	00:54,48	00:53,71	00:53,19	100 MARIPOSA	00:59,43	01:00,01	01:00,59	01:01,45
02:04,84	02:02,52	02:00,78	01:59,61	200 MARIPOSA	02:11,51	02:12,39	02:13,27	02:15,51
02:07,62	02:05,25	02:03,47	02:02,87	200 EST. IND	02:15,18	02:16,49	02:17,80	02:19,77
04:32,91	04:27,83	04:24,02	04:21,49	400 EST.IND.	04:45,65	04:48,22	04:50,81	04:54,36



DECLARACION DE DISPONIBILIDAD

Todos los nadadores y sus técnicos responsables, que hayan logrado su clasificación para integrarse en dicho programa, y en las actuaciones que se detallan del mismo, deberán cumplimentar este impreso.

1.- DISPONIBILIDAD

ACEPTO participar

RENUNCIO a participar

Indicar motivos de la renuncia

2.-DATOS PERSONALES DEL NADADOR

NOMBRE	
TELEFONO	
E-MAIL DE CONTACTO	
ENTRENADOR	



ACUERDO

He leído y comprendido todos los apartados explicados en este documento, y por tanto **ACEPTO / NO ACEPTO** dichas condiciones.

Firma del Nadador _____ Fecha ____/____/____

Firma del tutor _____ Fecha ____/____/____
(Menores de 18 años)

Firma del entrenador _____ Fecha ____/____/____

Firma/Sello del Club _____ Fecha ____/____/____

Este documento deberá ser enviado debidamente cumplimentado, a no más tardar del miércoles 7 de octubre de 2016, a la dirección de correo: albert.tubella@rfen.es

Madrid, septiembre 2016