

E.N.A. - EQUIPO NACIONAL ABSOLUTO – Temporada 2019-2020

1.- CRITERIOS PARA LA COMPOSICIÓN DEL E.N.A. – CICLO OLÍMPICO 2017-2020

La composición del E.N.A. se actualizará a lo largo de todo el ciclo olímpico en 2 ocasiones por temporada, con un total de 8 veces en 4 años.

El objetivo de este documento es dar a conocer los/as nadadores/as que lo integran, según sus niveles y resultados.

Pertenecer al E.N.A. da la opción de participar en las actividades preparatorias programadas por la R.F.E.N. con la finalidad de complementar la preparación de los/as deportistas/as y ayudar a sus entrenadores/as y clubes de cara a la competición internacional prioritaria del año.

La inclusión en el programa E.N.A. debe suponer una 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 los programas de entrenamiento mejoren paralelamente a su participación en él.

La inclusión definitiva en el programa E.N.A. estará sujeto al compromiso por parte de los/as nadadores/as a la participación en las actividades programadas, que serán valoradas a la finalización las mismas, para su posterior toma en consideración en el momento de confeccionar el E.N.A. para el período sucesivo.

Los/as nadadores/as deben mostrar un compromiso inequívoco con su preparación y conducta, de acuerdo con el plan establecido por su entrenador/a responsable y aprobado por los responsables del Equipo Nacional. Si a criterio de la D.T.N. algún/a nadador/a no cumpliera con el mencionado compromiso, podrá ser retirado/a del programa.

La renuncia o no presentación a cualquiera de las actividades previstas en el Programa para las que sean convocados/as 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.

Para su inclusión, se considerarán las marcas obtenidas por cada nadador/a en la(s) siguientes competiciones de referencia del primer ciclo de la temporada:

- Actividad Nacional:
 - Campeonato de España Absoluto Open de Primavera y Campeonato de España Junior Sabadell, 01 al 5 de abril.2020.
- Actividad Internacional:
 - Amsterdam Swim Cup 13 al 15 de diciembre de 2019.

La distribución de los nadadores/as pertenecientes al Equipo Nacional Absoluto se realiza en CINCO niveles, atendiendo a los resultados obtenidos según los siguientes criterios:

NIVEL 1 OLÍMPICO	▫ Nadadores/as que consiguen marca de nivel olímpico, en la(s) competición(es) de referencia del ciclo.
NIVEL 2 MUNDIAL	▫ Nadadores/as que consiguen marca de nivel mundial, en la(s) competición(es) referencia del ciclo.
NIVEL 3 EUROPEO	▫ Nadadores/as que consiguen marca de nivel europeo, en la(s) competición(es) de referencia del ciclo.
NIVEL 4 JÓVENES	▫ Nadadores/as que han conseguido cualquiera de las marcas de nivel jóvenes pertenecientes a las edades: Masc: 2000 y menores / Fem: 2001 y menores.
NIVEL 5 INTERNACIONAL	▫ N 5.1. Nadadores/as que han conseguido cualquiera de las marcas de los niveles 1-2-3-4, no en la(s) competición(es) de referencia reflejado en este documento, sino en alguna(s) otra(s) competición(es) perteneciente(s) al calendario estatal R.F.E.N. o al calendario internacional L.E.N. o F.I.N.A. ▫ N.5.2. Nadadores/as integrantes de equipos de relevos clasificados para las competiciones de referencia de la temporada.

2.- COMPOSICIÓN DEL E.N.A – SEPTIEMBRE 2019

Se relacionan a continuación, los nadadores/as que forman parte del Equipo Nacional Absoluto según los criterios establecidos en la temporada 2018-2019 (2º ciclo).

2.1 Listado de nadadores/as¹

Nadador/a	Entrenador/a	Club	Fed. Territorial	Responsable Club
Nivel 1 - Olímpico				
Mireia Belmonte (90)	Fred Vergnoux	UCAM Fuensanta	Región Murcia	Rubén Gambín
Joan Lluís Pons (96)	Jordi Jou	C.N. Sant Andreu	Cataluña	Jordi Jou
Nivel 2 - Mundial				
Jimena Pérez (97)	Fred Vergnoux	Gredos San Diego	Madrid	David Ramiro
Alba Vázquez (02)	Xavi Casademont	C.N. Colombino	Andalucía	Alberto Martínez
Jessica Vall (88)	Jordi Jou	C.N. Sant Andreu	Cataluña	Jordi Jou
Nivel 3 - Europeo				
Paula Juste (03)	José Rojano	C.N. Lleida	Cataluña	José Rojano
Lidón Muñoz (95)	Jordi Jou	C.N. Sant Andreu	Cataluña	Jordi Jou
Catalina Corró (95)	Álex López	C.N. Sabadell	Cataluña	Álex López
Albert Escrits (98)	Jordi Jou	C.N. Sant Andreu	Cataluña	Jordi Jou
África Zamorano (98)	Jordi Jou	C.N. Sant Andreu	Cataluña	Jordi Jou
Francisco J. Chacón (99)	Serafín Calvo	C.N. Alcalá	Andalucía	Kiko Porcar
María de Valdés (99)	Jesús de la Fuente	C.N. Liceo	Galicia	Jesús de la Fuente
Nivel 4 - Jóvenes				
Manu Martos (00)	Jeremy Kipp Jose Romacho	H2O El Ejido	Andalucía	José Romacho
Nivel 5 - Internacional				
Hugo González (99)	Dave Durden José I. Aláez	Real Canoe N.C.	Madrid	José I. Aláez
Miguel Durán (95)	Eugeni López	C.N. Terrassa	Cataluña	Eugeni López
Marina García (94)	Álex López	C.N. Sabadell	Cataluña	Álex López

¹ Clubes y entrenadores de la temporada 2018-19

2.2 Listado de pruebas

Las pruebas que dan acceso a los nadadores/as citados para los respectivos niveles del Equipo Nacional Absoluto se indican en la siguiente tabla:

Nivel 1 - Olímpico				
Mireia Belmonte (90)	1500 Libre	16:02,16	Gwangju (Korea)	Nivel Olímpico
	800 Libre	08:25,51	Gwangju (Korea)	Nivel Olímpico
	400 Estilos I.	04:42,16	Gwangju (Korea)	Nivel Europeo
	400 Libre	04:06,81	Tokyo (Japón)	Nivel Internacional
Joan Lluís Pons (96)	400 Estilos I.	04:13,30	Gwangju (Korea)	Nivel Olímpico
Nivel 2 - Mundial				
Jimena Pérez (97)	1500 Libre	16:19,61	Gwangju (Korea)	Nivel Mundial
	800 Libre	08:32,38	Gwangju (Korea)	Nivel Mundial
	400 Estilos I.	04:42,32	Sabadell	Nivel Internacional
Alba Vázquez (02)	400 Estilos I.	04:38,54	Budapest (Hungria)	Nivel Mundial
	200 Estilos I.	02:13,43	Budapest (Hungria)	Nivel Jóvenes
	200 Braza	02:27,65	Sabadell	Nivel Internacional
Jessica Vall (88)	100 Braza	01:07,32	Gwangju (Korea)	Nivel Mundial
	200 Braza	02:26,04	Gwangju (Korea)	Nivel Europeo
Nivel 3 - Europeo				
Paula Juste (03)	400 Libre	04:10,72	Budapest (Hungria)	Nivel Europeo
	400 Estilos I.	04:41,79	Budapest (Hungria)	Nivel Europeo
Lidón Muñoz (95)	50 Libre	00:24,96	Gwangju (Korea)	Nivel Europeo
Catalina Corró (95)	200 Estilos I.	02:12,88	Nápoles (Italia)	Nivel Europeo
Albert Escrits (98)	1500 Libre	15:10,78	Nápoles (Italia)	Nivel Europeo
África Zamorano (98)	200 Espalda	02:10,50	Gwangju (Korea)	Nivel Europeo
Francisco Javier Chacón (99)	400 Estilos I.	04:17,94	Terrassa	Nivel Europeo
María de Valdés (99)	1500 Libre	16:28,52	Terrassa	Nivel Europeo
Nivel 4 – Jóvenes				
Manu Martos (00)	200 Espalda	01:58,76	Nápoles (Italia)	Nivel Jóvenes
Nivel 5 – Internacional				
Hugo González (99)	100 Espalda	00:54,53	Sabadell	Nivel Internacional
	200 Estilos I.	01:59,48	Sabadell	Nivel Internacional
	200 Espalda	01:58,62	Sabadell	Nivel Internacional
Miguel Durán (95)	400 Libre	03:49,11	Sabadell	Nivel Internacional
Marina García (94)	200 Braza	02:24,06	Sabadell	Nivel Internacional

3. ACTIVIDADES DE PREPARACIÓN

Las actividades de preparación tienen como objetivo complementar la preparación de los/as nadadores/as para las competiciones de referencia de la temporada y con ello contribuir a la consecución de los objetivos marcados para el Equipo Nacional Absoluto.

Dichas bases incluyen desde el desarrollo de habilidades imprescindibles en la natación internacional de alto nivel:

- la mejora de su condición física dentro y 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, desarrollo de las habilidades técnicas, etc.

Se podrá incluir en algunas de las actividades de preparación previstas para el Equipo E.N.A. a nadadoras/es no pertenecientes a este en base a los siguientes criterios:

- Nadadores/as integrantes de los programas de los Equipos Nacionales por Edades (ESP-2024, Junior e Infantil) que se consideren de interés para su preparación de la actividad competitiva prioritaria internacional de sus categorías, y con vistas a una futura incorporación al propio programa E.N.A.
- Nadadores/as que, por interés del Equipo Nacional, se considera beneficiosa su incorporación a las actividades del E.N.A.

4. TABLA DE MARCAS DE REFERENCIA 2019 - 2020

Nivel Jóvenes	Nivel Europeo	Nivel Mundial	Nivel Olímpico	Pruebas	Nivel Olímpico	Nivel Mundial	Nivel Europeo	Nivel Jóvenes
00:22,53	00:22,18	00:21,97	00:21,87	50 Libre	00:24,67	00:24,85	00:25,11	00:25,41
00:49,55	00:48,76	00:48,52	00:48,11	100 Libre	00:53,40	00:54,01	00:54,52	00:55,00
01:48,31	01:47,39	01:46,93	01:46,19	200 Libre	01:56,85	01:57,51	01:58,23	01:59,19
03:50,78	03:49,93	03:47,95	03:47,06	400 Libre	04:06,60	04:08,37	04:09,37	04:10,46
07:57,50	07:56,65	07:50,65	07:48,93	800 Libre	08:26,13	08:32,40	08:36,25	08:36,28
15:13,26	15:12,41	14:59,86	14:56,10	1500 Libre	16:09,80	16:16,26	16:24,47	16:26,88
	00:25,25	00:25,00		50 Espalda		00:27,95	00:28,23	
00:54,47	00:54,34	00:53,81	00:53,40	100 Espalda	00:59,57	01:00,13	01:00,46	01:00,76
01:59,30	01:58,53	01:57,61	01:56,96	200 Espalda	02:08,58	02:10,27	02:10,92	02:11,15
	00:27,54	00:27,27		50 Braza		00:30,97	00:31,28	
01:01,02	01:00,18	00:59,41	00:59,24	100 Braza	01:06,91	01:07,06	01:07,59	01:08,92
02:12,27	02:10,97	02:09,94	02:08,42	200 Braza	02:23,88	02:24,95	02:25,96	02:28,20
	00:23,61	00:23,38		50 mariposa		00:26,05	00:26,31	
00:53,01	00:52,15	00:51,85	00:51,47	100 Mariposa	00:57,63	00:57,88	00:58,73	00:59,36
01:58,18	01:57,04	01:56,48	01:55,86	200 Mariposa	02:07,76	02:09,58	02:10,05	02:10,32
02:00,64	01:59,86	01:59,14	01:58,27	200 Estilos I.	02:10,72	02:11,92	02:13,43	02:14,05
04:18,06	04:17,56	04:15,37	04:13,46	400 Estilos I.	04:38,32	04:41,04	04:42,32	04:43,12

Para ello se han tomado como referencia los siguientes puestos del Ranking Mundial F.I.N.A 2019 en p50m. a 1 de septiembre.

Niveles	N1 – Olímpico		N2 – Mundial		N3 – Europeo		N4 – Jóvenes	
	Criterio	Posición	Criterio	Posición	Criterio	Posición	Criterio	Posición
Pruebas Olímpicas	Ranking	16	(*) Ranking-2	20	Ranking	50	Progresión % del Programa ESP2024	
Pruebas NO Olímpicas					Ranking	25		

(*) Ranking-2: Se consideran a DOS nadadores/as por país

Madrid, septiembre de 2019