

REGLAMENT DE MÀSTERS

2009 - 2013

Í N D E X

SUMARI

1	REGLAMENT GENERAL PER A MÀSTERS	3
2	REGLAMENT DE NATACIÓ PER A MÀSTERS (MSW)	4
3	REGLAMENT D'AIGÜES OBERTES PER A MASTERS (MOWS)	7
4	REGLAMENT DE SALTS PER A MÀSTERS (MD)	8
5	REGLAMENT DE WATERPOLO PER A MÀSTERS (MPW)	11
6	REGLAMENT DE NATACIÓ SINCRONITZADA PER A MÀSTERS (MSS)	12
	ANNEX	16

MÀSTERS

El programa de màsters promourà la bona condició física, l'amistat i la comprensió a través de la natació, els salts, la natació sincronitzada, el waterpolo i la natació en aigües obertes, entre els participants d'una edat mínima de 25 anys. (Nota: excepció a MSS 5).

MGR 1 Els membres de la FINA han d'inscriure els nedadors màsters en una categoria especial per a cadascuna de les cinc disciplines reconegudes. Un nedador que s'inscriu en una prova per a màsters, en qualsevol disciplina, conserva, sense restriccions, el seu dret a participar en altres competicions.

MGR 2 Tret de les excepcions específiques de les normes i regles de la FINA, totes les altres normes i reglaments de la FINA s'aplicaran a les competicions màsters.

MGR 3 Només s'acceptaran inscripcions individuals de persones que representin a clubs. Cap nedador o equip pot ésser designat com a representant d'un país o federació.

MGR 4 L'edat vindrà determinada per la del 31 de desembre de l'any de la competició.

MGR 5 La federació organitzadora del Campionat del Món màsters, ha d'assumir les despeses de viatge i allotjament d'un membre del Bureau de la FINA.

MGR 6 El país on tingui lloc la competició decideix les quotes d'inscripció però estaran sotmeses a l'aprovació de la FINA.

MGR 7 Per als Campionats del Món màsters, el Comitè de direcció estarà format per l'enllaç (liaison) del Bureau, el president i el secretari del Comitè de màsters i altres membres del Bureau i del Comitè de màsters que estiguin presents.

MGR 8 Els competidors màsters han d'estar assabentats de la necessitat de gaudir d'una bona preparació i, mèdicament, d'un bon estat físic, abans de participar en les competicions màsters. Assumiran la total responsabilitat dels riscos que comporta participar a la competició. Considerant la seva inscripció ha de manifestar el seu acord d'eximir a la FINA, la Federació organitzadora i el Comitè organitzador de qualsevol responsabilitat pels accidents que puguin causar la mort, lesió o incapacitat. Els fulls d'inscripció, contenint una advertència de riscos i la renúncia voluntària de responsabilitat per accidents, ha d'ésser signada per cada competidor màster.

REGLAMENT DE NATACIÓ MÀSTERS

MSW 1 Grups d'edat

MSW 1.1 Proves individuals: 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70-74, 75-79, 80-84, 85-89, 90-94,.....(grups d'edats de cinc en cinc anys fins on sigui necessari).

MSW 1.2 Relleus: es realitzaran sobre l'edat total dels participants de l'equip, comptant anys sencers (complets). Els grups d'edat de les proves de relleus es formen de la següent manera: 100-119, 120-159, 160-199, 200-239, 240-279, 280-319, 320-359, i....(es van incrementant de quaranta en quaranta anys fins on sigui necessari)

MSW 2 Data que determina d'edat

Per a tot el que fa referència a rècords del món màsters i a la competició dels Campionats del Món, l'edat actual del participant es determina el 31 de desembre de l'any de la competició.

MSW 3 Normes tècniques de natació

Les normes del reglament de natació s'aplicaran a les competicions màsters amb les següents excepcions:

MSW 3.1 Els grups d'edat i sexe es poden combinar de manera que cap nedador hagi de nedar sol i es puguin omplir tots els carrers.

MSW 3.2 Quan s'hagi de donar la sortida endavant, el xiulet del jutge àrbitre indicarà als nedadors que han de col·locar-se en posició de sortida amb un peu, almenys, al frontal del bloc de sortida o a la zona de platja de la piscina, o dins l'aigua amb una mà en contacte amb la paret de la sortida.

MSW 3.3 Qualsevol nedador que surti abans que el jutge de sortida hagi donat el senyal, serà desqualificat. (SW 4.1)

MSW 3.4 Totes les proves màsters es duren a terme sobre una base final cronometrada (proves contrarellotge)

MSW 3.5 Als nedadors se'ls permet que segueixin en el seu carrer una cop acabat el seu recorregut, mentre els altres nedadors estiguin nedant i fins que el jutge àrbitre els autoritzi a sortir de la piscina.

MSW 3.6 En les proves de relleus mixtes, l'ordre dels nedadors per sexes és opcional.

MSW 3.7 Les proves estaran preseleccionades de manera que els grups de més d'edat competeixin en primer lloc; les eliminatòries més lentes de cada grup d'edat es nedaran primer. Les proves de 400 metres i més poden ser preseleccionades des de les més lentes a les més ràpides, independentment de l'edat.

MSW 3.8 El Comitè organitzador pot disposar que les proves de 400, 800 i 1500 metres lliures es nedin amb dos (2) nedadors del mateix sexe en un carrer. Cal, però, prendre per separat el temps de cadascun d'ells.

MSW 3.9 L'escalfament ha de ser supervisat.

MSW 3.10 A les proves de papallona es permet els moviments de peus de braça. Només una patada de braça està permesa per tirada dels braços, excepte que només una sola patada de braça està permesa abans del viratge i de l'arribada sense una tirada de braços. Després de la sortida i després de cada viratge, està permesa una sola patada de braça abans de la primera tirada de braços.

MSW 4 Proves

Per a cada grup d'edats es poden dur a terme les proves següents:

MSW 4.1	<p>Recorregut curt (piscina de 25 metres)</p> <p>50, 100, 200, 400, 800, 1500 metres</p> <p>50, 100, 200 metres</p> <p>50, 100, 200 metres</p> <p>50, 100, 200 metres</p> <p>100, 200, 400 metres</p> <p>Relleus 4 x 50 metres</p> <p>Relleus 4 x 50 metres</p> <p>Relleus 4 x 50 metres</p> <p>Relleus 4 x 50 metres</p> <p>Relleus 4 x 100 metres</p> <p>Relleus 4 x 100 metres</p> <p>Relleus 4 x 100 metres</p> <p>Relleus 4 x 100 metres</p> <p>Relleus 4 x 100 metres</p> <p>Relleus 4 x 200 metres</p> <p>Relleus 4 x 200 metres</p>	<p>lliures</p> <p>esquena</p> <p>braça</p> <p>papallona</p> <p>estils individuals</p> <p>lliures</p> <p>estils</p> <p>lliures mixtos (dues dones i dos homes)</p> <p>estils mixtos (dues dones i dos homes)</p> <p>lliures</p> <p>estils</p> <p>lliures mixtos (dues dones i dos homes)</p> <p>estils mixtos (dues dones i dos homes)</p> <p>lliures</p> <p>lliures mixtos (dues dones i dos homes)</p>
----------------	---	---

MSW 4.2	<p>Recorregut llarg (piscina de 50 metres)</p> <p>50, 100, 200, 400, 800, 1500 metres</p> <p>50, 100, 200 metres</p> <p>50, 100, 200 metres</p> <p>50, 100, 200 metres</p> <p>200, 400 metres</p> <p>Relleus 4 x 50 metres</p> <p>Relleus 4 x 50 metres</p> <p>Relleus 4 x 50 metres</p> <p>Relleus 4 x 50 metres</p> <p>Relleus 4 x 100 metres</p> <p>Relleus 4 x 100 metres</p> <p>Relleus 4 x 100 metres</p> <p>Relleus 4 x 100 metres</p> <p>Relleus 4 x 200 metres</p> <p>Relleus 4 x 200 metres</p>	<p>lliures</p> <p>esquena</p> <p>braça</p> <p>papallona</p> <p>estils individuals</p> <p>lliures</p> <p>estils</p> <p>lliures mixtos (dues dones i dos homes)</p> <p>estils mixtos (dues dones i dos homes)</p> <p>lliures</p> <p>estils</p> <p>lliures mixtos (dues dones i dos homes)</p> <p>estils mixtos (dues dones i dos homes)</p> <p>lliures</p> <p>lliures mixtos (dues dones i dos homes)</p>
----------------	---	---

MSW 4.3 No cal dur a terme totes les proves esmentades en una competició. Tanmateix, cada divisió d'edat ha d'incloure les proves més curtes d'estil lliure, esquena, braça i papallona, més una prova d'estils individuals i relleus.

MSW 5 Relleus

Els relleus es componen de quatre nedadors cada un, inscrits en el mateix club. Cap nedador pot representar a més d'un club.

MSW 6 Rècords

Els rècords del món màsters per a totes les proves reglamentades a MSW.4., per als dos sexes i per a cada grup d'edat, seran reconeguts i es mantindran en 1/100 de segon (dos decimals) tal i com ho disposen els formularis de sol·licitud. Els rècords del món també poden registrar-se amb cronometratge manual en 1/100 de segon (dos decimals, d'acord amb la SW 11.3)

MSW 6.1 Les peticions de rècords del món màsters han de fer-se amb formularis oficials lliurats per la FINA, pel nedador en qüestió i dins dels 60 dies següents a la fi de la competició.

MSW 6.2 Els rècords del món poden establir-se només en una competició màster reconeguda per un país membre (de la FINA)

MSW 7 Els nedadors que han estat desqualificats han de relacionar-se als resultats amb el codi codi corresponent al motiu de la desqualificació.

MSW 8 Un nedador pot nedar només una vegada en una prova de relleus.

MSW 9 La FINA i el Comitè organitzador, establiran, si ho consideren necessari, normes de qualificació per als Campionats del Món.

REGLAMENT DE NATACIÓ EN AIGÜES OBERTES PER A MÀSTERS

La natació en aigües obertes per a màsters es definirà com a qualsevol competició a la qual la distància a cobrir sigui més gran de 1500 metres i amb la inscripció reservada a nedadors màsters. S'aplicaran els grups d'edats normals de la categoria màster.

Les regles de natació en aigües obertes s'aplicaran també a la categoria màster amb les excepcions següents.

MOWS 1 Les competicions de natació en aigües obertes per a màsters tindran un màxim de 5 km. No s'han de celebrar competicions de natació en aigües obertes per a màsters si la temperatura de l'aigua és inferior a 18°C.

MOWS 2 Una prova de natació en aigües obertes per a màsters pot ésser inclosa en el Campionat del Món.

MOWS 3 Els nedadors seran preseleccionats d'acord amb el seu grup d'edat, des del més jove fins el més gran. Els nedadors seran seleccionats sense tenir en compte el sexe. Els nedadors més lents inscrits a cada grup d'edat poden ser agrupats en una eliminatòria especial.

MOWS 4 Els organitzadors de la prova, amb consulta prèvia a l'àrbitre i ajustant-se a les directrius del Comitè tècnic de natació en aigües obertes de la FINA, designarà amb antel·lació el tall de temps per a cada prova màster. Com a guia aproximada es pot aplicar un temps de 30 minuts per quilòmetre.

MOWS 5 Serà obligatori per a tots els nedadors dur casquet numerat de color molt visible.

MOWS 6 Poden utilitzar-se vestits complets de neoprè, però en aquest cas els nedadors no podran rebre premis o guardons de campions.

REGLAMENT DE SALTS PER A MÀSTERS

MD 1 El reglament de salts de la FINA, serà aplicable a les competicions de salts de màsters amb les següents excepcions:

MD 1.1 El saltador pot escollir lliurement els salts de la taula que es troba al manual de la FINA. L'únic requeriment és que en els grups d'edat de 25-69 anys cada salt executat tingui número diferent (segons el manual de la FINA)

En els grups d'edat de 70-80 anys i més, els salts del mateix número es poden repetir, si es realitzen en posició diferent (planxa, carpa, encongí o lliure)

MD 2 Salts de trampolí – Homes i dones (1 metre i 3 metres)

MD 2.1 Grups d'edat per a homes i dones

<u>Grup d'edat</u>	<u>Nombre total de salts exigits</u>	
	Homes	Dones
Anys		
25 – 29	7	6
30 – 34	7	6
35 – 39	7	6
40 – 44	7	6
45 – 49	7	6
50 – 54	6	5
55 – 59	6	5
60 – 64	6	5
65 – 69	6	5
70 – 74	5	4
75 – 79	5	4
80 i més	4	3

(tants grups de cinc anys com siguin necessaris)

MD 2.2 Salts sincronitzats trampolí de 3 m.

<u>Grup d'edat</u>	<u>Nombre total de salts exigits</u>	
	Homes	Dones
Anys		
25 – 49	2(*) + 2	2(*) + 2
50 i més	2(*) + 2	2(*) + 2

(*) Grau de dificultat de 2.0 per a cada salt independentment del grau de dificultat de cada salt.

MD 2.3 En les proves de salts sincronitzats, es permet a dos saltadors de diferents clubs dins de la mateixa federació competir com un equip de salts sincronitzats en la competició de salts de 3 metres.

MD 3 Salts de palanca

MD 3.1 Dones i homes (5 metres, 7,5 metres o 10 metres)

<u>Grup d'edat</u>	<u>Nombre total de salts exigits</u>	
	Homes	Dones
Anys		
25 – 29	6	6
30 – 34	6	6
35 – 39	6	6
40 – 44	6	6
45 – 49	6	6
50 – 54	5 x	5 x
55 – 59	5 x	5 x
60 – 64	5 x	5 x
65 – 69	5 x	5 x
70 – 74	4 x	4 x
75 – 79	4 x	4 x
80 i més	3 x	3 x

(tants grups de cinc anys com siguin necessaris)

x = 10 metres (amb limitació): només es permetran entrades de peus des de la palanca de 10 metres i el grau de dificultat de qualsevol salt des d'aquesta alçada no podrà excedir de 2.0.

MD 3.2 Salts de palanca sincronitzats

<u>Grup d'edat</u>	<u>Nombre total de salts exigits</u>	
	Homes	Dones
Anys		
25 – 49	2(*) + 2	2(*) + 2
50 i més	2(*) + 1	2(*) + 1

(*) Grau de dificultat de 2.0 per a cada salt independentment del grau de dificultat de cada salt.

x = 10 metres (amb limitació): només es permetran entrades de peus des de la palanca de 10 metres i el grau de dificultat de qualsevol salt des d'aquesta alçada no podrà excedir de 2.0.

MD 3.3 En les proves de salts sincronitzats es permet a dos saltadors de diferents clubs dins de la mateixa federació competir com un equip de salts sincronitzats en la competició de palanca de 10 metres.

MD 4 Regles Generals

MD 4.1 No hi haurà límit de saltadors participants

MD 4.2 Es concediran premis als saltadors classificats primer, segon, tercer, quart, cinquè i sisè. Si hi ha menys de sis saltadors en un grup d'edat, només es concediran premis als tres primers.

MD 4.3 Tots els saltadors han d'efectuar una sèrie completa de salts establerta per al seu grup d'edat i no hi haurà eliminatòries i final.

MD 4.4 Les competicions internacionals es regularan segons el reglament de la FINA i actuaran 5 o 7 jutges.

MD 5 El programa de les competicions internacionals es desenvoluparà en un màxim de 5 dies d'acord amb la següent programació:

<u>PROVA NÚM</u>	<u>TRAMPOLÍ</u>	<u>SEXE</u>	<u>GRUP D'EDAT</u>
01	3 metres	homes	25 - 34
02	1 metre	dones	25 - 34
03	3 metres	homes	35 - 49
04	1 metre	dones	35 - 49
05	3 metres	homes	50 - 64
06	1 metre	dones	50 - 64
07	3 metres	homes	65 - 80 i més
08	1 metre	dones	65 - 80 i més
09	3 metres	dones	65 - 80 i més
10	1 metre	homes	65 - 80 i més
11	3 metres	dones	50 - 64
12	1 metre	homes	50 - 64
13	3 metres	dones	35 - 49
14	1 metre	homes	35 - 49
15	3 metres	dones	25 - 34
16	1 metre	homes	25 - 34

PALANCA

17	5, 7,5, 10 metres dones		65 - 80 i més
18	5, 7,5, 10 metres homes		65 - 80 i més
19	5, 7,5, 10 metres dones		50 - 64
20	5, 7,5, 10 metres homes		50 - 64
21	5, 7,5, 10 metres dones		35 - 49
22	5, 7,5, 10 metres homes		35 - 49
23	5, 7,5, 10 metres dones		25 - 34
24	5, 7,5, 10 metres homes		25 - 34

SINCRONITZATS

25	3 metres	dones	25 - 34
26	3 metres	dones	25 - si 49
27	3 metres	homes	25 - 49
28	3 metres	dones	50 i més
29	3 metres	homes	50 i més
30	3m/Palanca	dones	25 - 49
31	3m/Palanca	homes	25 - 49
32	3m/Palanca	dones	50 i més
33	3m/Palanca	homes	50 i més

MD 5.1 El director de la competició pot decidir disputar conjuntament algunes de les competicions en funció del nombre d'inscrits.

MD 5.2 El full d'inscripció s'ha de lliurar a la secretaria de salts 24 hores abans de la competició. Els fulls presentats més tard i els canvis en fulls ja presentats, es penalitzaran amb un import de 10 dòlars USA, per full si es presenten entre les 24 i 3 hores abans de la competició, i en cap cas s'admetran canvis o fulls d'inscripció més tard.

REGLAMENT DE WATERPOLO PER A MÀSTERS

MWP 1 Els grups d'edat per al waterpolo màsters s'aplicarà per equips masculins, equips mixtos i equips femenins.

MWP 2 L'edat del jugador més jove determina el grup d'edat en el qual s'inclou l'equip. No hi ha restriccions en quant a l'edat del jugador més vell o més jove de l'equip.

MWP 3 Els grups d'edat per als equips són en grups de cinc anys començant als 30. Per exemple 30 i més, 40 i més, ...

MPW 4 Composició dels equips

MPW 4.1 Un jugador no pot representar més d'un club en una competició màster de waterpolo o en el Campionats del Món Màster. Però, un jugador pot representar al mateix club en dos equips en la mateixa competició o en el Campionats del Món Màster.

MPW 4.2 Si un club inscrit té jugadors en més d'un equip en una competició o en els Campionats del Món Màster FINA, cada un d'aquests equips pot tenir fins a 9 jugadors que estan només en la llista d'aquell equip. Els 9 jugadors designats han d'estar a la llista, amb el número que utilitzaran en la competició, amb un asterisc (*) junt al número.

MPW 4.3 En el cas que els equips d'un club tinguin jugadors actuant en un equip i estiguin també representant al club en un altre equip que jugui a la mateixa hora en la competició, aquests jugadors només poden aparèixer a la llista d'un equip en un horari programat.

MPW 4.4 Les dones jugadores poden ésser membres dels equips d'homes.

MPW 5 Les regles de waterpolo s'aplicaran a les competicions màsters amb les següents excepcions:

MPW 5.1 Cada equip estarà format per 7 jugadors, un dels quals serà el porter i serà qui porti el casquet de porter, i no podrà haver-hi més de 8 reserves com substituïts, enumerats a la llista del partit, que hauran de presentar-se a la taula de secretaria a cada partit, com a mínim 45 minuts abans del començament de cada partit. Tots els jugadors enumerats a la llista del partit seran elegibles per jugar en el partit. Després que hagin començat els partits, un equip que jugui en menys de 7 jugadors no necessitarà porter.

MPW 5.2 WP 4.3 s'aplicarà excepte que el porter portés el casquet nº 1 i els altres casquets estiguessin numerats del 2 al 15. El substituït del porter utilitzarà un casquet vermell amb el número 13.

MPW 5.3 La distància uniforme entre les respectives línies de gol serà de 23,5 metres com a mínim, i l'amplada uniforme del camp de joc serà, com a mínim, de 17 metres.

MPW 5.4 S'aplicarà els temps del WP 11 amb l'excepció de la durada dels partits per a màsters que serà de quatre períodes de cinc minuts de joc efectiu per als grups d'edats 30 +, 35 +, 40 + i 45 + i sis minuts de joc efectiu per als grups d'edats 50 +, 55 +, 60 +, etc

MPW 5.5 Hi haurà un interval de dos minuts entre cada període de joc. Els equips: jugadors, entrenadors i delegats d'equip, canviaran de costat abans del començament del tercer període i del segon període de qualsevol pròrroga.

MPW 5.6 S'aplicarà el mètode de puntuació WP 14.4 del Reglament Tècnic de la FINA, exceptuant al temps de possessió de la pilota que serà de 35 segons.

REGLAMENT DE NATACIÓ SINCRONITZADA PER A MÀSTERS

MSS 1 El reglament de natació sincronitzada de la FINA s'aplicarà a totes les competicions de natació sincronitzada per a màsters excepte el següent:

MSS 2 Els participants seran inscrits per les seves federacions. Els participants en duets, trios, equips i combo han de representar el mateix club.

MSS 3 Competicions

MSS 3.1 Les proves de Natació Sincronitzada per a Màsters són Solos, Duets, Trios, Equips i Combo. Tècnica i Solos Lliures juntes són una sola prova. De la mateixa manera, les tècniques i Duets Lliures juntes és una prova, les tècniques i Trio juntes és una prova i les tècniques i Equip Lliures és una prova. La Combo per ella mateixa és una prova.

MSS 3.2 El programa per al Campionat del Món Màster serà Rutines Tècniques, Rutines Lliures i Combo.

MSS 3.2.1 Es celebrarà Rutina Tècnica en Solos, Duets, Trios i Equips, amb la música tal i com es descriu en l'Annex 1 del Reglament Tècnic de Natació Sincronitzada, amb tots els elements obligatoris seleccionats pel Comitè Tècnic de Màster cada quatre anys, i sotmès a l'aprovació del Bureau de la FINA. En les rutines tècniques s'hi ha d'incloure tots els elements obligatoris. La selecció de la música és opcional i pot ser la mateixa que la música utilitzada a la Rutina Lliure. Els elements obligatoris per a les Rutines Tècniques es canvien cada quatre anys.

MSS 3.2.2 Rutina Lliure

La Rutina Lliure està formada per Solos, Duets, Trios, Equips i Combo Lliure. No hi ha restriccions a l'hora d'escollir la música, el seu contingut o coreografia.

MSS 3.3 Els equips estaran formats per un mínim de quatre (4) membres i un màxim de vuit (8) membres. El Combo Lliure estarà format per un mínim de quatre (4) membres i un màxim de deu (10) membres.

MSS 3.4 Cada participant podrà nedar en tres proves de rutina (Solo, Duet, Trio, Equip) i un Combo Lliure.

MSS 3.4.1 Un participant podrà nedar una rutina (Solo, Duet, Trio, Equip i Combo) en un únic grup d'edat, sempre que no s'especifiqui una altra cosa.

MSS 3.5 Es podran acceptar d'un club, fins a cinc inscripcions d'una rutina per grup d'edat i per prova.

MSS 3.5.1 En els Campionats del Món Màsters, un club pot inscriure fins a cinc (5) rutines, en solo, duet, trio i equip en cada grup d'edat i en cada prova, i un Combo Lliure en cada grup d'edat.

MSS 3.5.2 Els formularis d'inscripció per als Campionats del Món Màster els ha de rebre el comitè organitzador en la data límit publicada, mai després.

MSS 3.5.3 Els canvis en els noms dels competidors per a una rutina els ha de rebre el Chief Recorder de Natació Sincronitzada com a mínim 14 dies abans de la primera prova de la competició de Natació Sincronitzada. El Nou competidor ha d'estar ja inscrit per la competició amb el Comitè organitzador.

MSS 3.5.4 Un cop ja començada la primera prova d'una competició del Natació Sincronitzada, el llistat de reserves en una rutina han de ser d'una edat que qualsevol combinació dels competidors indicats nedessin en el mateix grup d'edat.

MSS 3.5.5 Un competidor pot estar inscrit com a reserva en més d'una rutina en un grup d'edat. Però, una vegada que un competidor neda en una rutina, aquest no ho pot fer en una altra rutina en el mateix grup d'edat.

MSS 3.5.6 Qualsevol canvi en els reserves s'ha d'entregar al Chief Recorder de Natació Sincronitzada per escrit com a mínim dues hores abans del començament de la rutina del grup d'edat. Els canvis posteriors només es poden fer en cas de malaltia sobtada o accident d'un competidor i si el reserva està preparat per a competir sense endarrerir la competició.

MSS 3.5.7 La manca de notificació al Chief Recorder de Natació de qualsevol substitució i/o retirada d'acord amb la norma MSS 3.5.5 serà desqualificada la rutina.

MSS 3.6 Es poden utilitzar ulleres.

MSS 4 Es calcularà la puntuació segons la SS 19 i SS 20. Les penalitzacions seran les mateixes que en SS 18 excepte que no hi ha temps límit mínim de rutina.

MSS 4.1 Els reserves només rebran medalles si neden en la Rutina Tècnica i/o Rutina Lliure.

MSS 5 Categories d'edat

MSS 5.2 Solo: 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70-79, 80 i més.

MSS 5.3 Duet: 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70-79, 80 i més, amb l'edat determinada per la mitjana de l'edat dels competidors.

MSS 5.4 Trio/Equip: 20-34, 35-49, 50-64, 65-79, 80 i més, amb l'edat determinada per la mitjana de l'edat dels competidors.

MSS 5.5 Combo Lliure: 20-39, 40-64, 65 i més, amb l'edat determinada per la mitjana de l'edat dels competidors.

MSS 5.6 L'edat mitjana dels competidors en una rutina estarà determinada per la suma de les edats dels nedadors actuals, dividit pel nombre de nedadors (sense incloure els reserves) i descartant qualsevol fracció o decimal en el resultat. (Per exemple, si la mitjana d'edat d'un Trio és de 49.833, hauran de nedar en el grup d'edat de 35-49)

MSS 6 Deduccions en les Rutines

MSS 6.1 En les competicions d'equips màsters, es deduirà un punt i mig de penalització de la puntuació total final, per a cada participant inferior a vuit (8).

MSS 7 Ordre d'aparició

MSS 7.1 L'ordre del sorteig per a les competicions de Natació Sincronitzada Màster seran Equip, Combo, Trio, Duet i Solo.

MSS 7.2 Per als Campionats del Món Màster, el Recorder Chief de Natació Sincronitzada farà un sorteig per ordinador per a les Rutines Tècniques com a mínim 24 hores abans de la primera prova de la competició de Natació Sincronitzada.

MSS 7.3 Quan un competidor(s) surt el número u (1) en el sorteig en una Rutina Tècnica, aquest(s) estaran exempts del número u (1) en una altra Rutina Tècnica, si és possible.

MSS 7.4 L'ordre d'actuació per a les Rutines Lliures en cada grup d'edat es determinarà pels resultats de les Rutines Tècniques per aquella prova del grup d'edat i es nedarà en grups de sis competidors. Si el nombre de competidors no és divisible per 6, el grup més petit començarà primer.

MSS 7.4.1 Si hi ha menys de 12 inscripcions en una prova de grup d'edat, el sorteig de sortida serà en dos grups iguals. En el cas de grups desiguals, el grup més petit començarà primer.

MSS 7.4.2 Si hi ha un empat en la posició d'una prova de grup d'edat en el que es superposen dos grups, aquests competidors formaran un grup d'ells mateixos i nedaran entre els seus grups originals.

MSS 7.4.3 Per a cada prova de grup d'edat, els competidors de menys puntuació en la Rutina Tècnica nedaran en el primer grup i els competidors de més puntuació nedaran en l'últim grup.

MSS 7.4.4 El nedador número u (1) en una rutina tècnica no fa una rutina exempta de natació número u (1) en la rutina lliure del mateix aconteixement.

MSS 7.4.5 Dins de cada grup d'edat en cada prova, el competidor de més puntuació en la Rutina Tècnica per aquell grup d'edat i prova sortirà primer, amb els següents nedadors sortint en l'ordre de classificació de la Rutina Tècnica. En el cas d'empats, l'ordre de sortida es basarà en el número de sortida en la Rutina Tècnica, amb el número de sortida més baix sortint el primer.

MSS 8 Límits de temps per les Rutines

MSS 8.1 Els límits de temps per a les Rutines Tècniques i per a les Rutines Lliures inclouen 10 segons per al moviment de la zona en sec:

MSS 8.1.1 Rutina Tècnica: Solo – 1 minut 30 segons
Rutina Lliure: Solo – 3 minuts

MSS 8.1.2 Rutina Tècnica: Duet/Trio – 1 minut 40 segons
Rutina Lliure: Duet/Trio – 3 minuts 30 segons

MSS 8.1.3 Rutina Tècnica: Equips – 1 minut 50 segons
Rutina Lliure: Equips – 4 minuts

MSS 8.1.4 Combo Lliure: 5 minuts

MSS 8.1.5 No hi haurà temps límit mínim

MSS 8.1.6 Límits de temps màxim: hi haurà una concessió de quinze (15) segons més, a més del temps assignat per les Rutines Tècniques, les Rutines Lliures i els Combos Lliures.

Combo

MSS 8.1.7 En les proves de rutines, el passeig dels competidors a partir del punt de sortida destinat per aconseguir una posició(ns) quieta, no ha d'excedir de 30 segons. El cronometratge començarà quan el primer participant passi el punt de sortida i acabarà quan l'últim participant quedi quiet.

MSS 8.1.8 El cronometratge de les rutines començarà i acabarà amb l'acompanyament. El cronometratge del moviment en la zona seca acabarà quan l'últim participant surti de la zona de platja. Les rutines començaran en la zona en sec o a l'aigua, però hauran d'acabar a l'aigua.

MSS 8.1.9 L'acompanyament i arbitratge començaran amb la senyal de l'àrbitre o oficial designat. Després del senyal, el(s) participant(s) haurà de realitzar les rutines sense interrupció. (MSS 10.2.5)

MSS 8.1.10 Els cronometradors comprovaran el temps conjunt de les rutines, també el passeig i els moviments en la zona de platja. Els temps es registraran en el full de puntuacions. Si s'excedeix el temps límit per l'exercici en sec o hi ha una desviació en la concessió del temps límit de les rutines (veure 6.1) els cronometradors ho comunicaran al Jutge Àrbitre o a l'oficial designat pel Jutge Àrbitre.

ANNEX 1

Elements sol·licitats per la FINA per les Rutines Tècniques Màsters

Requisits Generals

1. Podran afegir-se elements suplementaris
2. Sempre i quan no s'especifiqui el contrari en la descripció d'un element:
 - Totes les figures o components s'executaran segons els requisits que es descriuen en l'Annex 2
 - Tots els elements s'executaran alts i controlats, amb un moviment uniforme i amb cada secció clarament definida.
3. Temps límits segons MSS 6.5 i MSS 6.6
4. Els banyadors seran negres i els competidors portaran un casquet blanc. Es poden portar ulleres.

SOLO

1. Posició d'Espagat seguida d'un passeig de front o un passeig d'esquena.
2. Marsopa (Figura 355 del Reglament de Sincronitzada) figura completa
3. Combinació de Cama de ballet amb moviment – ha d'incloure, pel cap baix, dues (2) de les posicions següents: cama de ballet dreta, cama de ballet esquerra, cama de ballet doble, flamenc.
4. Garça amb impuls i descens, començant amb la posició de Doble Cama de Ballet Submergida.
5. Dues (2) formes de tècniques de propulsió, incloent com a mínim una seqüència amb un braç per damunt de la superfície de l'aigua.

Els elements de l'1 al 4 es faran en ordre.

L'element 5 es podrà executar en qualsevol moment.

DUET / TRIO

Elements de l'1 al 5 com abans.

6. ACCIÓ CONJUNTA, quan els participants estan units d'alguna manera per les mans o els peus, amb la finalitat de realitzar UN dels següents elements:
 - Una figura connectada.
 - Una flotació connectada.
 - O una braçada connectada.

Agrupar-se, aixecar-se o tirar-se, no està permès.

7. Els elements de l'1 al 4 HAN de realitzar-se en ordre. Els elements 5 i 6 s'executaran en qualsevol moment durant la rutina.
8. Amb excepció del treball en la ZONA SECA, L'ENTRADA I L'ACCIÓ CONJUNTA, tots els elements, obligatoris o suplementaris HAURAN de realitzar-se de manera simultània i amb tots els participants desplaçant-se en la mateixa direcció. Les accions de mirall no estan permeses excepte en l'Acció Conjunta.

ELEMENTS OBLIGATORIS D'EQUIP

Els elements de l'1 al 5 com abans.

6. ACCIÓ CONJUNTA, quan els participants estan units d'alguna manera per les mans o els peus, amb la finalitat de realitzar UN dels següents elements:
 - Una figura connectada.
 - Una flotació connectada.
 - O una braçada connectada.Agrupar-se, aixecar-se o tirar-se, no està permès.
7. ACCIÓ EN CADÈNCIA: moviment(s) idèntic(s) fets de manera seqüencial un per un, per tots els membres de l'equip. Quan es faci més d'una acció en cadència, hauran de ser consecutives i no separades per altres elements obligatoris o opcionals.
8. El model de formació haurà d'incloure una línia recta i un cercle.
 - Els elements 1 a 4 HAURAN de fer-se en ordre
 - Els elements 5 a 7 podran fer-se en qualsevol moment
9. Amb l'excepció de l'exercici de la ZONA EN SEC, D'ENTRADA, D'ACCIÓ CONJUNTA I EN ACCIÓ DE CADÈNCIA, tots els elements obligatoris i suplementaris, HAURAN de fer-se de forma simultània i amb tots els nedadors en la mateixa direcció. La variació en la propulsió i en la direcció es permeten només durant el canvi de model. Les accions de mirall no estan permeses, amb l'excepció d'una acció conjunta.