

## NORMATIVA REMOERGÓMETRO - JUEGOS DEPORTIVOS 2021/22

El Remoergómetro, también conocido como Remo In-Door, es una disciplina que consiste en remar en una máquina con el mismo gesto técnico que en el Remo Olímpico o de Banco Móvil. La máquina sobre la que se practica tiene el mismo nombre que la propia disciplina, Remoergómetro. Esta consta de las siguientes partes: Pantalla o microprocesador, donde se muestran todos los datos que llega a medir, como el tiempo transcurrido, los metros, la potencia, el ritmo de paladas, etc.; Banco, el cual se desplaza por una guía gracias a la flexo-extensión de las piernas; Guión, que es el que hace función de remo; Pedalinas, donde se aseguran los pies; y Ventilador, que en sí la parte de la máquina que ofrece la resistencia al remero mediante la regulación de entrada de aire a la caja de dicho ventilador.

Las competiciones de Remoergómetro, al igual que las de Remo Olímpico, se disputan sobre una distancia determinada que se debe de recorrer en el menor tiempo posible.

Dentro del deporte del remo, concretamente en esta disciplina el gesto técnico es relativamente sencillo y rápido de aprender, basta con unas nociones básicas de la técnica de remo y un grado de coordinación dinámico-general normal, por lo que se puede decir que es apta para todo el mundo, desde infantes hasta adultos. La técnica en sí es sencilla, sólo se necesita coordinar bien los movimientos de flexo-extensión de piernas, brazos y tronco.

### Objetivos:

Lo que se pretende con el Remoergómetro en los Juegos Deportivos, es que los/as distintos alumnos/as que abarcan las etapas de Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria sean capaces de:

- Conocer el deporte y la técnica de Remo.
- Conocer nuestra cultura y tradiciones, a través de prácticas deportivas propias de nuestra región.
- Aumentar sus experiencias deportivas y capacidades motrices, a través de la práctica de un deporte poco conocido en su entorno, dando así una opción más a nuestros jóvenes, para que puedan elegir el deporte como medio para ocupar su ocio y tiempo libre.
- Consolidar los valores propios del ejercicio físico y el deporte, mediante la competición entre iguales.
- Adquirir hábitos saludables de vida, a través de la práctica deportiva.
- Relacionarse con iguales, a través de la práctica del deporte y establecer un patrón de comportamiento aceptable, en el deporte de competición.

### Participantes:

Jóvenes de ambos sexos pertenecientes a centros de enseñanza, clubes o asociaciones inscritos en el Registro de Asociaciones Deportivas del Principado de Asturias o cualquier otro registro público.

### Categorías:

Puesto que en Remoergómetro influye mucho las características antropométricas y fisiológicas y en las etapas escolares éstas son muy diferenciadas en cortos intervalos de edad, las categorías se establecerán de la siguiente manera:

- **Minibenjamín:** nacidos/as desde el 1 de Enero 2014.
- **Benjamín:** nacidos/as años 2012/2013.

- **Alevín:** nacidos/as años 2010/2011.
- **Infantil:** nacidos/as años 2008/2009.
- **Cadete:** nacidos/as años 2006/2007.

Todas las categorías serán femeninas y masculinas.

### **Sistema de Competición:**

De acuerdo con el número de inscritos se celebrarán dos (2) competiciones clasificatorias y una Final Regional.

El número de clasificados para la Final regional de cada zona se establecerá en función del número de participantes en las mismas.

Las competiciones se llevarán a cabo en una instalación preparada para dicho evento, donde a parte de las máquinas de remo habrá una pantalla y un proyector para la visualización en tiempo real de la competición. Cada remero participante, tendrá una máquina que se le asignará por sorteo en la que tendrá que remar la distancia estipulada para su categoría. Se seguirá el sistema de eliminatorias. Cada remero tendrá que ir superando rondas para acceder a la final, el número de éstas se configurará en función del número de participantes. En cada regata competirán varios deportistas a la vez, pero cada uno en un Remoergómetro distinto. Cada máquina estará conectada a un ordenador central, que a través de un programa informático, diseñado para tal fin, mostrará en la pantalla de proyección el desarrollo de la regata en tiempo real, donde el público y demás competidores podrán seguir progresos de cada remero durante su eliminatoria. Al finalizar la regata en cuestión se mostrará las posiciones alcanzadas por cada uno de los remeros participantes en la ronda.

### **Distancias de las pruebas:**

Cada categoría tendrá una distancia equivalente a su categoría.

<b>CATEGORÍA</b>	<b>DISTANCIA</b>
Minibenjamín y Benjamín	100 m.
Alevín	150 m.
Infantil	200 m.
Cadete	250 m.

### **Premios:**

#### **Individual**

En la Final Regional recibirán trofeo los **tres (3) primeros clasificados individuales** de cada categoría.

Se premiará igualmente con trofeo a los **tres (3) primeros centros o clubes** de la clasificación conjunta (femenina y masculina) de las categorías minibenjamín, benjamín, alevín, infantil y cadete.

Dicha clasificación se obtendrá con la suma de los puntos obtenidos por todos sus participantes de acuerdo con la siguiente puntuación:

1° n puntos

2° n-1 puntos

3° n-2 puntos

n = nº participantes en la final

En caso de empate a puntos entre dos o más equipos, obtendrá la mejor clasificación aquel que tenga mayor número de primeros puestos. Si persiste el empate se tendrá en cuenta el que tenga mayor número de segundos puestos y así sucesivamente.

### **Documentación**

Todos los participantes deberán estar en poder de la siguiente documentación:

#### **Colectiva**

- Hoja de inscripción que deberá tramitarse y descargarse de la página web: [www.asturias.es/deporteasturiano](http://www.asturias.es/deporteasturiano) Juegos Deportivos/Inscripciones Online.

La denominación que ha de consignarse en dicha hoja de inscripción es la señalada conforme a las reglas establecidas en el apartado PARTICIPANTES de la normativa general de los Juegos Deportivos.

#### **Individual**

En **todas las categorías** se exigirá la presentación de D.N.I. o Pasaporte individual o fotocopia de los mismos; y, en el caso de participantes extranjeros, la Tarjeta de Residencia, N.I.E. o Pasaporte extranjero individual o fotocopia de los mismos".

#### **Inscripciones:**

Las inscripciones para participar en los Juegos Deportivos del Principado se realizarán necesariamente por Internet.

Para poder realizar la tramitación telemática de participantes se accederá a la página web [www.asturias.es/deporteasturiano](http://www.asturias.es/deporteasturiano) Juegos Deportivos/Inscripciones Online.

***El plazo finaliza el 19 de abril de 2022.***