

NORMATIVA REMOERGÓMETRO - JUEGOS DEPORTIVOS 2024/25

El Remoergómetro, también conocido como Remo In-Door, es una disciplina que consiste en ejecutar sobre una máquina, en tierra, el mismo gesto técnico que se realiza en el Remo Olímpico o en Banco Móvil, en una embarcación, sobre el agua. Dicha máquina se denomina Remoergómetro. Esta consta de las siguientes partes: Monitor, en el que se muestran todos los datos que mide el Ordenador que éste lleva incorporado (*el tiempo transcurrido, los metros, la potencia, el ritmo de paladas,...*); Carro, que se desplaza sobre un raíl merced a la flexo-extensión de las piernas; Guión, que hace la función de remo; Pedalinas, en las que se fijan y aseguran los pies; y Ventilador, que ofrece la resistencia al remero mediante la regulación de la entrada de aire, a la caja del mismo.

Las competiciones de Remoergómetro, al igual que las de Remo Olímpico, se disputan sobre una distancia determinada, y el objetivo es recorrerla en el menor tiempo posible.

En esta disciplina del REMO, concretamente, 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 l@s distint@s alumn@s 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 inscritas en el Registro de Asociaciones Deportivas del Principado de Asturias o cualquier otro registro público.

Categorías:

Puesto que en el Remoergómetro influyen mucho las características antropométricas y fisio-biológicas y en las etapas escolares éstas son muy diferenciadas en cortos intervalos de edad, las categorías se establecen de la siguiente manera:

- **Minibenjамín:** nacid@s desde el 1 de Enero 2017.
- **Benjamín:** nacid@s años 2015/2016.
- **Alevín:** nacid@s años 2013/2014.
- **Infantil:** nacid@s años 2011/2012.
- **Cadete:** nacid@s años 2009/2010.

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 clasificad@s 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, en la que además de las máquinas de remo habrá una pantalla y un proyector para la visualización en tiempo real de la competición. Cada remer@ 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 remer@ 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 vari@s deportistas a la vez, pero cada un@ en un Remoergómetro distinto. Cada máquina estará conectada a un ordenador central, que a través de un programa informático, mostrará en una pantalla de proyección el desarrollo de la regata en tiempo real, para que el público y l@s competidores puedan seguir el progreso de cada remer@ durante la prueba. Al finalizar la regata en cuestión se mostrarán las posiciones alcanzadas por cada uno de l@s remer@s participantes en la ronda.

La competición por **EQUIPOS**, se realizará en la modalidad de Relevos.

Cada Equipo estará formado por un **total de Cuatro (4) Deportistas:** Dos (2) Femeninas y Dos (2) Masculinos.

Para completar un Equipo, se admitirá la participación de Deportistas de una Categoría inferior al Equipo completado. Así se permitirá a l@s Mini-Benjамines completar un Equipo Benjamín, l@s Benjамines un Alevín, l@s Alevines un Infantil y l@s Infantiles un Cadete.-

Distancias de las pruebas:

Cada categoría tendrá una distancia equivalente a su categoría.

CATEGORÍA	DISTANCIA Individual	DISTANCIA Equipo
Mini-Benjamín y Benjamín	100 metros	250 metros
Alevín	150 metros	500 metros
Infantil	200 metros	500 metros
Cadete	250 metros	500 metros

Premios:

Individual

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

Equipos (Relevos)

En la Final Regional recibirán trofeo los **tres (3) primeros EQUIPOS (Centros o Clubes)** de cada categoría.

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 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 Juegos Deportivos/Inscripciones Online.

El plazo finaliza el 12 de Mayo de 2025, a las 14:00 Horas (2:00 PM).