



APNEA ESTÀTICA

REGLAMENT AUTONÒMIC

FECIDAS

VERSÍO 2018/01

Basat en el Reglament Internacional CMAS Versió 2017/02 CA-195.



CONTINGUTS

CONTINGUTS	2
1 SECCIÓ I	3
1.1 DEFINICIONS.....	3
1.1.1 Apnea	3
1.1.2 Competició, Esdeveniment i Intent.....	3
1.1.3 Apnea Estàtica	3
1.1.4 Pèrdua de Consciència - Black Out.	3
1.1.5 Ús del pronom masculí.....	3
1.1.6 Incompliment de les normes	3
1.1.7 Homologació de competicions i rècords	3
2 SECCIÓ II	4
2.1 GENERALITATS TÈCNIQUES	4
2.1.1 Categories, Materials i Equipament per als Atletes	4
2.1.2 Àrea de competició.....	4
2.1.3 Àrea d'Escalfament	4
2.1.4 Pèrdua de Consciència - Black Out.	5
2.1.5 Assistents de l'Atleta	5
2.2 EL PANELL DE JUTGES I EL PERSONAL ORGANITZADOR.....	5
2.2.1 General.....	5
2.2.2 Organitzador.....	6
2.2.3 jutge Principal.....	6
2.2.4 jutge de l'Àrea de Competició	7
2.2.5 jutge d'Escalfament	7
2.2.6 Cronometradors	7
2.2.7 Assistència Sanitària	8
2.2.8 Apeistes de Seguretat i Altres Assistents Oficials	8
3 SECCIÓ III	9
3.1 REALITZACIÓ DE LES COMPETICIÓNS	9
3.1.1 Inici	9
3.1.2 Apnea	9
3.1.3 Sortida	10
3.1.4 Celebració de la Competició	11



1 SECCIÓ I

1.1 DEFINICIONS

1.1.1 Apnea

El terme "Apnea" designa una activitat esportiva en què l'atleta conté la respiració mentre manté les vies respiratòries aèries per sota de la superfície de l'aigua.

1.1.2 Competició, Esdeveniment i Intent

El terme competició s'usa per nomenar una trobada d'apnea, que pot comprendre diverses disciplines.

El terme esdeveniment s'usa per a indicar cada un dels concursos que componen una competició.

El terme intent designa l'acció individual de cada atleta.

L'actuació és el resultat de l'intent de l'atleta, mesurat en distància o interval de temps.

1.1.3 Apnea Estàtica

Apnea Estàtica és una competició on l'atleta té per objecte la realització d'una apnea de durada màxima, com a mínim durant un temps declarat anticipadament, i si és possible anar més enllà d'aquest temps.

L'esdeveniment es du a terme en una piscina.

1.1.4 Pèrdua de Consciència - Black Out.

El terme black-out s'utilitza per identificar la pèrdua de la consciència.

La pèrdua de la consciència ha de distingir-se del terme "Samba", que identifica la pèrdua del control motriu.

1.1.5 Ús del pronom masculí

A partir d'ara, en aquest text, es farà servir el pronom masculí per a tot. No cal dir que això es fa únicament amb la finalitat d'evitar formulacions maldestres i que s'entén perfectament que totes les persones que participen en una competició, en qualsevol funció, poden ser de qualsevol gènere.

1.1.6 Incompliment de les normes

L'incompliment de les normes comporta la desqualificació tret que s'especifiqui el contrari en l'article corresponent.

1.1.7 Homologació de competicions i rècords

L'homologació de les competicions i els rècords està sotmesa a la normativa específica de la FEDDAS destinada a tals efectes.



2 SECCIÓ II

2.1 GENERALITATS TÈCNIQUES

2.1.1 Categories, Materials i Equipament per als Atletes

2.1.1.1 Categories

2.1.1.1.1 Les competicions oficials s'organitzen per a homes i/o dones.

2.1.1.2 Material autoritzat

2.1.1.2.1 La màscara o ulleres han de ser transparents perquè els jutges puguin veure els ulls de l'atleta. També es poden utilitzar les lents de contacte.

2.1.1.2.2 Pinça nasal.

2.1.1.3 Equipament. auxiliar

2.1.1.3.1 Es permet l'ús de vestit de neoprè o vestit de bany.

2.1.1.3.2 Els atletes poden utilitzar el seu llast personal, els atletes tenen dret a deixar el llast durant l'intent o el protocol superfície.

2.1.1.3.3 Per a totes les competicions i campionats internacionals, publicitat a la màscara està autoritzada sense restriccions.

2.1.1.3.4 La indumentària dels esportistes i entrenadors serà la proporcionada per els clubs que representen.

2.1.1.3.5 L'ús d'oxigen està estrictament prohibit. Un atleta que hagi estat declarat culpable de la utilització d'oxigen o d'una barreja amb excés d'oxigen serà desqualificat immediatament i se sotmetrà a un procediment de suspensió en la participació a les competicions i campionats FECDAS per un període que el Departament d'Apnea de la FECDAS definirà.

2.1.2 Àrea de competició

2.1.2.1 Els campionats d'apnea estàtica de la FECDAS han de tenir lloc en una piscina.

2.1.2.2 La piscina ha de ser verificada i validada pel Jutge Principal de la FECDAS.

2.1.2.3 El Jutge de Sortida ha de tenir un micròfon/megàfon per donar ordres verbals.

2.1.2.4 Per ajudar els jutges en les seves decisions, es recomana gravar un vídeo de tots els intents, registrant l'intent total de l'atleta, incloent-hi protocol d'entrada i sortida.

2.1.3 Àrea d'Escalfament

2.1.3.1 Es pot habilitar una zona d'escalfament per els atletes en una piscina auxiliar. Si no és possible, es pot habilitar una zona d'escalfament a l'extrem de la piscina oposat a l'extrem reservat per a la competició.



2.1.3.2 Aquesta àrea estarà reservada als atletes que es preparen per a la competició sota les ordres del Jutge d'Escalfament.

2.1.4 Pèrdua de Consciència - Black Out.

2.1.4.1 La pèrdua del control motor condueix a la desqualificació si l'atleta no pot fer el protocol de validació.

2.1.4.2 En cas de pèrdua de consciència – Black Out o Síncope, si el jutge responsable decideix que l'esportista necessita ajuda, demana als assistents de seguretat que treguin a l'esportista fora (almenys les vies respiratòries), això comporta la desqualificació i suspensió de l'esdeveniment actual i la resta de la competició.

2.1.5 Assistents de l'Atleta

2.1.5.1 L'atleta pot tenir només un assistent a la vora o dins de la piscina per ajudar-lo durant la prova.

2.1.5.2 Aquest assistent pot estar amb l'atleta a l'àrea de competició dins la piscina, però no pot cridar, parlar, tocar o gesticular per assistir o ajudar a l'atleta durant el protocol de validació.

2.1.5.3 Només el Jutge Principal pot autoritzar una intervenció del Capità de l'equip en cas d'un problema tècnic.

2.2 EI PANELL de JUTGES i el PERSONAL ORGANITZADOR

2.2.1 General

2.2.1.1 Els jutges i el personal organitzador han de prendre les seves decisions de manera autònoma i, llevat que hi hagi una indicació en contra en els reglaments, independentment l'un de l'altre.

2.2.1.2 Els jutges i el personal organitzador són responsables de la preparació i el desenvolupament de la competició.

2.2.1.3 Composició del panell de jutges i el personal organitzador

El Panell està format per:

- Organitzador
- Jutge Principal designat, en els campionats FECDAS, per el Departament d'Apnea de la FECDAS.
- Jutge de l'Àrea de Competició
- Jutge d'Escalfament
- Cronometradors
- Assistència mèdica.
- Altres assistents.



2.2.2 Organitzador

- 2.2.2.1** L'Organitzador és el responsable de la preparació i la realització de l'esdeveniment.
- 2.2.2.2** L'Organitzador ha d'estar en contacte amb el Jutge Principal designat per la FECDAS per resoldre dubtes i condicionar la competició d'acord a la normativa vigent.
- 2.2.2.3** El Panell de Jutges i el personal organitzador, amb l'excepció del Jutge Principal, és posat a lloc per l'organitzador.
- 2.2.2.4** És el responsable de supervisar el compliment dels requisits de seguretat vigents i els problemes tècnics de la competició.
- 2.2.2.5** Ha de tenir cura de tot el material i els aparells necessaris per al desenvolupament de la competició.
- 2.2.2.6** És el responsable de la instal·lació del conjunt de ginyos relacionats amb la competició segons els plans previstos en la normativa específica.
- 2.2.2.7** Pot designar el nombre d'assistents suficient que li permeti complir la seva missió sense dificultat.

2.2.3 Jutge Principal

- 2.2.3.1** Als Campionats de la FECDAS, el Jutge Principal el proposa el Departament d'Arbitratge d'Apnea de la FECDAS i el nomena el Departament d'Apnea de la FECDAS.
- 2.2.3.2** Té el ple control i autoritat sobre tots els jutges. Ell ha d'aprovar les seves posicions i els ha de donar instruccions en relació als reglaments específics relatius a la competició.
- 2.2.3.3** La seva missió és:
- Inspecció de les instal·lacions de la competició.
 - Control i aprovació dels expedients dels participants quant a la seva idoneïtat per a participar en la competició.
 - Control i aprovació dels formularis de registre i determinació de l'ordre de sortida.
 - Aprovació i signatura de la classificació abans de la publicació dels resultats.
- 2.2.3.4** S'ha d'assegurar que els reglaments i les decisions de la FECDAS són respectades i ha de resoldre totes les qüestions relatives a l'organització de la competició quan els reglaments no ofereixen cap solució.
- 2.2.3.5** S'ha d'assegurar que tots els jutges necessaris per a la correcta organització de la competició estan en les seves respectives posicions. Podrà designar suplents per als jutges absents i per als que siguin incapaços de dur a terme les seves tasques o que no duguin a terme les seves tasques amb l'atenció necessària. Podrà nomenar jutges suplementaris o assistents de jutges si ho considera necessari.
- 2.2.3.6** El Jutge Principal dóna l'ordre que comenci la competició un cop s'ha assegurat que tots els membres del panell de jutges estan al seu lloc i preparats.



2.2.3.7 Pot prendre la decisió que s'ha produït un començament en fals i que cal reiniciar el procediment.

2.2.3.8 El Jutge Principal té el dret de cancel·lar o suspendre les competicions en cas de força major com ara les condicions meteorològiques desfavorables o si la ubicació de la competició ja no és conforme als requisits de la normativa.

2.2.3.9 El Jutge Principal pot desqualificar qualsevol atleta per qualsevol incompliment dels reglaments que ell observi personalment o que li hagi estat comunicat per altres jutges.

2.2.3.10 És el responsable de comprovar els informes sobre els resultats.

2.2.3.11 Verifica els resultats i comunica els resultats relacionats amb els llocs de podi i la composició de les finals.

2.2.3.12 Prepara l'informe final de la competició.

2.2.4 Jutge de l'Àrea de Competició

2.2.4.1 El jutge responsable de l'àrea de competició ha de situar-se a la vora de la piscina.

2.2.4.2 Es recomanable que a més del Jutge de l'Àrea de competició hi hagi un Jutge Assistent a cada zona de competició.

2.2.4.3 La seva tasca és organitzar l'activitat dels altres jutges de l'àrea. Ell és responsable dels canvis dels jutges i els assistents a la seva àrea.

2.2.4.4 Autoritza l'inici de la prova per a cada atleta i supervisa la seqüència dels esdeveniments.

2.2.4.5 Coordina la evacuació de la zona de competició al final de cada actuació.

2.2.4.6 Rep les notes sobre els incompliments de normes observats per altres jutges amb la possible proposta d'una sanció o inhabilitació que ha de dur a la pràctica.

2.2.4.7 En acabar les proves, haurà de remetre al Jutge Principal l'informe amb els temps aconseguits per els atletes, amb les penalitzacions i anotacions pertinents, de la seva àrea de competició.

2.2.5 Jutge d'Escalfament

2.2.5.1 El Jutge d'Escalfament es fa responsable dels competidors i gestiona l'escalfament dels atletes a la zona d'escalfament. Si ho considera necessari pot sol·licitar un assistent de seguretat.

2.2.5.2 Comprova que els competidors esperen el seu torn i, seguint l'ordre de participació, crida els atletes.

2.2.5.3 Comprova l'equipament dels esportistes: màscara, etc.

2.2.6 Cronometradors

2.2.6.1 Enregistraran els temps dels atletes dels quals són responsables. Utilitzaran cronòmetres aprovats per el Jutge Principal.



2.2.6.2 Els cronometradors inicien els seus cronòmetres quan l'atleta submergeix totes les vies respiratòries i els aturen quan l'atleta emergeix qualsevol de les vies respiratòries de l'aigua. Immediatament després de l'actuació han de mostrar els seus cronòmetres al Jutge de l'Àrea de Competició per control.

2.2.6.3 No han de posar els seus cronòmetres a zero fins que el Jutge de l'Àrea de Competició o Jutge Principal digui "cronòmetres a zero".

2.2.6.4 Ha d'haver-hi d'un (1) a tres (3) cronometradors per zona de competició.

2.2.7 Assistència Sanitària

2.2.7.1 L'Assistència Sanitària ha de garantir els primers auxilis a qui pugui patir un accident des del començament de l'incident fins al moment en què l'atleta comenci a rebre assistència en un centre de salut local.

La comunicació de l'equip d'assistència sanitària al metge del centre de salut local ha d'incloure les causes i circumstàncies de l'incident en què està implicat l'atleta.

2.2.7.2 El personal sanitari els nomena el Comitè Organitzador i són els responsables de supervisar la competició en funció de la seva competència mèdica.

2.2.7.3 El personal sanitari que assisteixi una competició d'apnea ha de ser experimentat. Ha de ser capaç, i comptar amb l'equipament necessari, per dur a terme les accions de la RCP (Reanimació cardíoc-pulmonar) i els primers auxilis dels quals és responsable. Estarà sempre a l'àrea de competició.

2.2.7.4 L'equipament del personal sanitari serà tot aquell que consideri oportú. En una competició d'apnea no hi pot faltar:

- Una farmaciola de primers auxilis
- Una oxigeno-teràpia complerta i revisada

2.2.8 Apneistes de Seguretat i Altres Assistents Oficials

2.2.8.1 Hi haurà almenys un apneista de seguretat a cada zona de competició.

2.2.8.2 Els apneistes de seguretat han de tenir prou experiència com per garantir la seguretat dels esportistes en apnea.

2.2.8.3 El Comitè Organitzador de la competició pot nomenar altres assistents oficials. Aquests assistents depenen de la persona responsable de l'assistència, que estableix, juntament amb el Jutge Principal, les diferents missions que s'assignarà a cada un en particular.



3 SECCIÓ III

3.1 REALITZACIÓ de les COMPETICIÓNS

3.1.1 Inici

3.1.1.1 Els atletes admesos en la competició s'han de presentar una hora abans al Jutge d'Escalfament per fer el check-in.

3.1.1.2 Por haver-hi varies zones de competició en la mateixa zona de la piscina sempre que l'espai disponible i el personal siguin suficients per desenvolupar correctament la competició.

3.1.1.3 30 (trenta) minuts abans de l'inici de la seva prova (dels últims tres minuts), els atletes han d'estar a disposició del Jutge d'Escalfament.

3.1.1.4 Abans dels últims 30 (trenta) minuts no està permès que l'atleta entri a la piscina.

3.1.1.5 Els atletes començaran les proves cada 10 (deu) minuts com a mínim.

3.1.1.6 L'intent comença quan el controlador de les sortides informa a l'atleta que pot anar a la zona d'inici.

3.1.1.7 L'atleta tindrà tres minuts per preparar-se per submergir-se.

3.1.1.8 El controlador de sortides li recordarà els temps:

- 3 minuts / 2 minuts / 1 minut / 45 segons / 30 segons / 15 segons / 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 / Official Top / +1, +2, +3, +4, +5, +6, +7, +8, +9, +10, +15, +20, +30.
- L'atleta pot començar des de l'Official Top fins als +30 segons (en una finestra de 30 segons). Si les vies aèries no estan submergides en el compte de +30, l'atleta està desqualificat. No es permet iniciar l'apnea abans de l'Official Top.

3.1.1.9 La compta enrere es pot realitzar en català, castellà o angles a les competicions autonòmiques.

3.1.2 Apnea

3.1.2.1 Durant l'apnea l'atleta estarà sota la supervisió d'un apneista de seguretat.

3.1.2.2 El procediment de control de seguretat consisteix en la comunicació del jutge amb el atleta mitjançant contacte a intervals de temps regulars durant l'apnea.

3.1.2.3 El senyal de l'apneista de seguretat i la resposta de l'atleta ha de ser acordat abans del començament de l'actuació.

3.1.2.4 El primer senyal s'ha de donar un minut abans del temps d'apnea anunciat per l'atleta i el segon 30 (trenta) segons abans. D'aquí en endavant (i també si l'apnea va més enllà de la declarada) els senyals es donen a intervals de 15 (quinze) segons.



3.1.2.5 Si el temps d'apnea declarat no és un múltiple sencer de mig minut, el temps per el primer senyal s'obté aproximant al mig minut exacte més baix, anticipant així el temps de les senyals. Aquest fet s'ha de recordar als atletes abans de la prova.

3.1.2.6 Si l'atleta no respon de forma apropiada al senyal de l'Apneista de Seguretat es tocarà a l'atleta un cop més. Si l'atleta persisteix i no respon adequadament s'interromp l'actuació i es porta l'atleta a la superfície i queda desqualificat.

3.1.3 Sortida

3.1.3.1 Després de l'emersió, l'atleta no ha de ser ajudat o tocat per qualsevol raó abans del seu procediment de finalització, llevat que es trobi en dificultats.

3.1.3.2 L'atleta es pot subjectar a la línia o a la vora de la piscina.

3.1.3.3 En cas de perdre la consciència, com es defineix a l'article 2.1.4, durant o després de l'esforç, l'atleta queda desqualificat.

3.1.3.4 Si l'assistent de l'atleta toca l'atleta abans que tot el protocol de l'article 3.1.3.6 hagi acabat, l'atleta queda desqualificat.

3.1.3.5 En cas de contacte accidental, queda a criteri del Jutge Principal validar o no l'actuació.

3.1.3.6 Al final de l'intent, de tornada a la superfície, l'atleta té 30 (trenta) segons de protocol de validació o ha de fer el signe d'OK. Durant aquests 30 (trenta) segons que dura el protocol s'ha de mantenir en superfície, subjectant-se a la línia o a la vora sense necessitat d'ajuda externa.

3.1.3.7 L'atleta ha de mantenir la cap per sobre de la superfície durant 30 segons. Les vies aèries i el nivell equivalent dels laterals i de la part posterior del cap han d'estar per sobre de la superfície. Si hi ha una onada, la decisió es pren igual que en l'article 3.1.3.5.

3.1.3.8 No està prohibit que els atletes parlin durant el protocol.

3.1.3.9 El signe d'OK s'ha de realitzar en direcció al Jutge de Competició de la seva zona de competició.

3.1.3.10 Després del protocol de validació, si tot és correcte, el Jutge de Competició li mostrarà una targeta blanca a l'atleta.

3.1.3.11 Si el Jutge de Competició considera que no pot prendre una decisió sense consultar als altres jutges o veure el vídeo de l'intent, mostrarà una targeta groga a l'atleta.

També es mostrarà la targeta groga en cas que s'apliqui alguna penalització que no suposi la desqualificació.

3.1.3.12 Si el Jutge de Competició mostra una targeta vermella, l'actuació no està validada (DQ)

3.1.3.13 En el cas que el Jutge Principal cregui que alguna persona (atleta, assistents,...) esta perjudicant ha alguns atletes amb el seu comportament, el podrà expulsar del campionat.



3.1.4 Celebració de la Competició

3.1.4.1 L'ordre per a la participació dels atletes es determinarà a partir dels temps declarats prèviament. L'atleta amb el menor temps competirà primer i l'atleta amb el temps més llarg competirà l'últim. Si hi ha diversos atletes que declaren el mateix temps, l'ordre de participació el sortejarà el Jutge Principal.

3.1.4.2 Tots els competidors faran un intent en cada competició. Al final d'aquesta etapa, s'estableix una classificació que es fa pública immediatament.

3.1.4.3 El temps aconseguit per els atletes a les seves proves és el temps efectiu d'apnea, sempre que aquest últim sigui més gran o igual al temps declarat. Si el temps efectiu d'apnea és menor que el temps declarat, s'aplicarà una penalització.

3.1.4.4 La penalització consisteix a restar del temps efectiu d'apnea la diferència entre aquest i el temps declarat.

3.1.4.5 Ex: Si l'atleta registra una temps "t", menor que el temps declarat en "T", el temps utilitzat per a la classificació serà $t - (T-t)$.

3.1.4.6 En cas d'empat, l'atleta que s'ha acostat més a la declaració de temps ocuparà el primer lloc i, si l'empat continua, els atletes seran classificats "ex aequo".