



NORMATIVA DE APNEA MODALIDADES OUTDOOR

BÁSADO EN LA NORMATIVA CMAS 2018/7



1 REGLAS GENERALES

1.1 DEFINICIONES

1.1.1 Apnea

En el ámbito deportivo de las actividades subacuáticas, apnea es cualquier modalidad de buceo que no implique el uso de aparatos o mecanismos que proporcionen aire o cualquier mezcla de gases para respirar.

1.1.2 Evento y Competición

El evento es el acto principal y abarca todas las competiciones y pruebas.
La competición abarca las series de calificación y finales para cada disciplina.
La prueba es la actuación individual realizada por el atleta, medible en profundidad.

1.1.3 Uso de aletas.

1.1.3.1 El atleta puede usar monoaleta o bi-aletas (a excepción de la modalidad sin aletas).

1.1.3.2 Cuando se usan aletas, éstas deben ser propulsadas por la fuerza muscular del atleta, sin uso de ningún mecanismo, incluso si este está activado por el atleta.

1.1.3.3 En la modalidad CWT-BF el atleta sólo puede utilizar bi-aletas y sólo se permite realizar la patada de delfín una vez dentro de los 3 metros de la zona de giro.

1.1.4 Patada de delfín (en apnea)

1.1.4.1 Es la patada en la que las piernas se mueven juntas hacia arriba y abajo, copiando el movimiento que se realiza cuando se lleva monoaleta.

1.1.5 Natación (en apnea)

1.1.5.1 Propulsarse a sí mismo a través del agua mediante movimientos de las extremidades.

1.1.6 Material autorizado



1.1.6.1 Máscara o fluid goggles. La máscara debe tener los cristales transparente para que los jueces puedan ver los ojos del atleta.

1.1.6.2 Pinza de la nariz.

1.1.6.3 Traje de neopreno o traje de buceo.

1.1.6.4 El lanyard tiene que estar revisado por el Juez principal o por quien este designe antes de la prueba.

1.1.6.5 Ordenadores / relojes de buceo. La organización proporcionará uno oficial. Este se colocará en una de las muñecas del atleta.

1.1.6.6 Los atletas pueden usar lastre. Si se usa lastre este debe estar provisto de zafado rápido y debe usarlo sobre el traje. En ningún caso los atletas podrán tener pesos ocultos bajo su traje.

1.1.7 Categorías

1.1.7.1 Las competiciones oficiales están organizadas para hombres y / o mujeres con una edad mínima de XXX.

1.1.8 Disciplinas

1.1.8.1 Peso constante

Consiste en alcanzar la máxima profundidad con la única ayuda de los propios recursos físicos del atleta y sin posibilidad de soltar lastre durante la prueba ni impulsarse tirando de la línea guía o cabo-guía. Existen modalidades con y sin aletas y con monoaleta, que es consideraran modalidades diferentes.

1.1.8.2 Inmersión libre

Consiste en alcanzar la máxima profundidad con la única ayuda de los propios recursos físicos del atleta, sin aletas o monoaleta, sin posibilidad de soltar lastre durante la prueba, pudiendo, en todo momento, impulsarse tirando de la línea guía o cabo-guía.

1.1.8.3 Peso variable

No esta reconocida en Catalunya.

1.1.8.4 Jump Blue

El Jump Blue es una disciplina donde el atleta debe cubrir la distancia máxima en apnea alrededor de un cuadrado de 15 (quince) metros cada lado situado en una profundidad de 10 (diez) metros.

El evento se lleva a cabo en aguas abiertas (mar o lago) y el uso de aletas o monoaleta es obligatorio.

1.1.9 Uso de oxígeno



1.1.9.1 Antes del intento, el uso de oxígeno está estrictamente prohibido. Un atleta que haya sido declarado culpable del uso de oxígeno será descalificado inmediatamente y será sometido a un procedimiento de suspensión de la participación en las competiciones y campeonatos FEDDAS para un período que será definido por el departamento de apnea de la FEDDAS.

1.1.9.2 Los buzos que bucearán más allá de -60 metros podrán utilizar oxígeno proporcionado por la organización. El uso del oxígeno será después de la actuación, como máximo -5 metros y no más de 5 minutos.

1.1.10 Pérdida de la conciencia-Black Out (BO);

1.1.10.1 La pérdida del control motor conduce a la descalificación si el atleta no puede completar el protocolo de superficie.

1.1.10.2 En caso de pérdida de la Conciencia-Black Out y / o si el juez responsable decide que el atleta necesita ayuda, ordena a los apneístas de seguridad asistir al atleta para sacarlo del agua (al menos las vías respiratorias). En estos dos casos, el deportista se declara en BO y lleva a la descalificación de la modalidad que practicaba y suspensión del resto de la competición.

1.1.11 Uso del pronombre masculino

1.1.11.1 En lo que sigue, el pronombre masculino se utilizará en todo momento para evitar formulaciones incómodas y se entiende perfectamente que todas las personas que participan en un campeonato puede ser de cualquier sexo.

1.1.12 Publicidad

1.1.12.1 Para todas las competiciones y campeonatos, el uso de publicidad en los atletas está permitido sin restricciones.

1.1.12.2 En caso que el atleta suba al podio este está obligado a vestir la uniformidad que le proporcionen su club.

1.1.13 Penalización

1.1.13.1 En el caso que no se cumpla una regla y no se especifique en esta se aplicara una penalización general. La penalización general consiste en restar tres metros de la marca realizada por el atleta. En caso de giro antes de llegar a la profundidad declarada, se resta un metro por cada metro no conseguido de la distancia declarada.

1.1.14 Incumplimiento de las reglas.

1.1.14.1 El incumplimiento de las reglas lleva a la descalificación del evento al menos que indique lo contrario en algún artículo de esta normativa..

1.1.15 Competiciones y homologaciones récord.

1.1.15.1 Las competiciones y homologaciones de records están sujetas a las últimas versiones de la "Normativa general".



1.2 El jurado y organización

1.2.1 General

1.2.1.1 Los jueces y la organización deben tomar sus decisiones en una de manera independiente y, salvo que exista una indicación contraria en el reglamento.

1.2.1.2 Los jueces y la organización son responsables de preparar y organizar la competición.

1.2.1.3 Composición del jurado y organización.

- Juez principal-representante FECDAS, nombrado por el departamento de apnea de la FECDAS.
- Juez de superficie
- Juez de calentamiento
- Organizador
- Apneístas de seguridad de la zona de competición
- Apneístas de seguridad de la zona de calentamiento
- Médico, enfermero o técnico en emergencias.

1.2.1.4 Para las competiciones es obligatorio dos jueces (juez principal y juez de superficie).

1.2.1.5 La organización es la responsable de configurar todo el equipo de colaboradores del campeonato menos los jueces.



1.2.2 Juez principal – representante de FECDAS

1.2.2.1 Para las competiciones el Juez principal también será el representante de la FECDAS y será nombrado por el Departamento de apnea.

1.2.2.2 Tiene autoridad sobre los jueces y el equipo de colaboradores. Debe aprobar las posiciones y darles instrucciones para las regulaciones particulares concernientes a la competencia.

1.2.2.3 Debe asegurarse que la normativa se cumple por parte de todos los participantes, colaboradores y jueces. Y debe resolver todas las cuestiones relativas a la organización de la Competencia cuando la normativa no proporciona ninguna solución.

1.2.2.4 Debe garantizar que hay el número suficiente de colaboradores para la correcta realización del campeonato.

1.2.2.5 Autoriza el inicio de la competición y que todo el equipo de colaboradores están preparados.

1.2.2.6 Puede tomar la decisión de un inicio falso y reiniciarlo.

1.2.2.7 El juez principal tiene el derecho de cancelar o suspender la competición en caso de fuerza mayor, como condiciones meteorológicas desfavorables o si la competición no cumple los requisitos necesarios para cumplir con la normativa o seguridad apropiada.

1.2.2.8 El juez principal puede descalificar a cualquier atleta por cualquier incumplimiento de las normativas que él personalmente observa o de las cuales es notificado por otros jueces o colaboradores.

1.2.2.9 Sólo el juez principal puede permitir que el capitán o coach de los clubs pueda intervenir en caso de algún problema técnico.

1.2.3 Juez de Área de Competición-Juez principal

1.2.3.1 El juez responsable del área de competencia debe ubicarse en la aérea de competición en el bote o plataforma flotante y utiliza una camiseta de color amarillo.

1.2.3.2 Es su tarea organizar la actividad de los otros jueces del área.

1.2.3.3 Autoriza el inicio de la competición para cada atleta.

1.2.3.4 Recibe los avisos de incumplimiento de las reglas observadas por otros jueces con la posible proposición de una sanción o descalificación que debe poner en vigor.

1.2.3.5 Al final de los eventos, él debería,

- solicitar la intervención de los jueces para examinar las protestas,
- elaborar la clasificación definitiva de su área de competición,
- enviar la copia de la clasificación final a la organización.

1.2.4 Juez de superficie



1.2.4.1 Antes del intento, verifica que el atleta esté usando correctamente el profundímetro oficial y que el lanyard está colocado en la línea guía de competición.

1.2.4.2 El juez de superficie observa al atleta durante la prueba y sigue haciéndolo durante los 20 (veinte) segundos de protocolo de superficie.

1.2.4.3 El juez de superficie debe señalar la llegada del atleta a la superficie levantando un brazo.

1.2.4.4 Controla la profundidad conseguida mediante el profundímetro y comprueba que el atleta tenga el testigo.

1.2.4.5 Debe verificar que el atleta, durante todo el evento, esté en buenas condiciones y que no necesita ninguna ayuda. Señala cualquier posible irregularidad al juez principal.

1.2.4.6 El juez de superficie puede usar una camiseta de color amarillo.

1.2.5 Juez de Calentamiento

1.2.5.1 El Juez de Calentamiento está ubicado en la entrada del área de calentamiento

1.2.5.2 Controla la hora de entrada al agua para calentar.

1.2.5.3 Comprueba el equipo del atleta: máscara, lastre, etc.

1.3 Protocolos

1.3.1 Protocolo de inicio



1.3.1.1 Los atletas admitidos en la competición deberán estar presentes una hora. antes del inicio en el barco o en un lugar definido por el Juez Principal, como en el Área de calentamiento o de check-in.

1.3.1.2 30 (treinta) minutos antes de su inicio (de los últimos tres minutos) debe estar a disposición del Juez de Calentamiento.

1.3.1.3 Solo en el período de los últimos 30 (treinta) minutos antes de su inicio, se permite al atleta entrar al agua.

1.3.1.4 Los atletas comenzarán cada 8 (ocho) minutos como mínimo a no ser que indique lo contrario el Juez Principal.

1.3.1.5 En caso de existir varias líneas de competición al mismo tiempo. El comienzo de los intentos debe ser intercalado.

1.3.1.6 El intento comienza cuando se informa al atleta que vaya a la zona de competición. El atleta tendrá tres minutos para prepararse para iniciar la prueba. Si la zona de competición está libre del atleta anterior, el atleta puede entrar en esta siempre preguntado previamente a los jueces.

1.3.1.7 El Juez principal o al que le hayan delegado iniciará la cuenta atrás.

- Últimos 3 minutos / 2 minutos / 1.5 minutos / 1 minuto / 30s / 20s / 10s / 5, 4, 3, 2, 1 / Top Time / + 10s / + 20s / +25, 26, 27, 28, 29, 30.

- El atleta puede comenzar desde Top Time hasta + 30s (ventana de 30s). Si las vías respiratorias no están en el agua a la cuenta de + 30 el atleta quedará descalificado.

1.3.1.8 La cuenta atrás debe ser anunciada en castellano o catalán.

1.3.1.9 No se permite que el atleta comience antes del "Top Time".

1.3.1.10 Para cualquier disciplina el atleta puede poner su boca debajo del agua y puede exhalar o no por un máximo de 3 (tres) segundos.

1.3.2 Protocolo de fin / superficie



1.3.2.1 Al final de la prueba, de regreso a la superficie, se iniciará una cuenta de 20 (veinte) segundos una vez emerja el atleta, este debe completar el protocolo de validación (signo OK de las actividades subacuáticas convencionales, como las primeras dos dedos haciendo un círculo y otros levantándose) en dirección al Juez Principal. El Juez Principal estará en la cubierta del barco o en la superficie.

1.3.2.2 El atleta tiene que mantenerse a flote sin necesidad de ayuda externa. En caso que el atleta sumerja las vías aéreas por motivos ajenos a él, el Juez Principal tomara la última decisión.

1.3.2.3 Se debe mantener la cabeza y las vías aéreas fuera del agua. Y la cabeza de mantenerse vertical durante el protocolo.

1.3.2.4 Para el protocolo de superficie en las competiciones tiene que estar presente el Juez Principal y el juez de superficie.

1.3.2.5 Estarán presentes y darán la decisión provisional sobre la prueba.

1.3.2.6 El Juez Principal y el juez de superficie no se moverán alrededor del atleta. Este en caso de no emerger encarado a estos tendrá que girar para realizar el protocolo de validación teniendo los jueces de cara.

1.3.2.7 El atleta puede hablar durante el protocolo.

1.3.2.8 El asistente del atleta no tiene permitido tocar o ayudar al atleta antes de que se complete todo el protocolo en el artículo 1.3.2.1.

1.3.2.9 Si el atleta es tocado por las personas de la organización de forma accidental, la última decisión será tomada por el Juez Principal.

1.3.2.10 Es obligatorio grabar todas las pruebas.

1.3.2.11 Las personas alrededor y los espectadores deben permanecer tranquilos y en silencio durante el protocolo de validación. El incumplimiento de esto, la decisión final la tendrá el Juez Principal que puede suspender a las personas / miembros del club.

1.3.2.12 Si se realiza algún grito o ayuda al atleta por parte de miembros de su mismo club supone la descalificación del atleta.

1.3.3 Las tarjetas

El significado de las tarjetas es el siguiente;

- Si todo está bien el Juez Principal mostrará al atleta una tarjeta blanca.
- Si se muestra una tarjeta amarilla, se significa que hay algún tipo de penalización o duda sobre el resultado de la prueba. El atleta tendrá que esperar a los resultados provisionales para conocer la decisión tomada.
- Si se muestra una tarjeta roja, la prueba no es válida. (DQ)

1.3.4 Problemas comunes para Descender y Ascender



1.3.4.1 Descenso

1.3.4.2 El atleta nunca puede abandonar el lastre durante toda la prueba.

1.3.4.3 El descenso es vertical y recto a lo largo de la Línea guía.

1.3.4.4 Ascenso

1.3.4.5 El ascenso comienza desde el punto en la Línea guía donde el atleta ha tomado el testigo.

1.3.4.6 Cuando el juez de superficie visualice al atleta lo indicará levantando un brazo.

1.3.4.7 El atleta no debe ser ayudado o tocado por ninguna razón antes de que complete la prueba, a menos que esté en dificultad.

1.3.4.8 En caso de pérdida de la conciencia (BO), tal como se define en el artículo 1.1.8.2 antes, durante o después de su prueba, el atleta es descalificado.

1.3.4.9 Es opcional que los asistentes den al atleta, cuando llega a la superficie, un flotador para recuperarse.

1.3.4.10 El atleta debe acercarse al flotador o a la línea guía usando su propia fuerza y sin ningún tipo de ayuda.

1.3.4.11 El asistente del atleta no puede tocar el flotador antes que el atleta finalice el protocolo del artículo 3.1.4.10.

1.3.4.12 Al final de la prueba, de regreso a la superficie, el atleta debe completar el protocolo de validación como se define en el artículo 1.3.

1.3.5 Listado y clasificación

1.3.5.1 En un principio el listado de participación irá de los atletas que han anunciado mayor marca a los que menos. A no ser que por motivos de seguridad se decida otro tipo de orden.

1.3.5.2 El listado de participación los hombres y mujeres irán mezclados indistintamente.

1.3.5.3 En el caso que en una modalidad no hayan suficiente participantes para realizar una clasificación masculina y otra femenina, se realizará una clasificación general donde las dos categorías estarán juntas.

1.3.5.4 Todos los competidores harán un intento por día.

1.3.5.5 En caso de empate, los atletas serán clasificados "ex aequo".

1.3.5.6 Si hay varios atletas que declaren la misma profundidad se fijará el orden mediante un sorteo.

1.3.5.7 Una vez finalizada las pruebas, los jueces publicarán los resultados provisionales.

1.4 Configuración de la zona de competición



1.4.1 Generalidades

- 1.4.1.1 Las competiciones se pueden realizar en el mar o lago.
- 1.4.1.2 La zona de competición tiene que estar señalizada.
- 1.4.1.3 Todas las mediciones deben ser verificadas y validadas por el Juez principal.
- 1.4.1.4 El Juez principal puede tener un megáfono para dar las órdenes verbales.
- 1.4.1.5 Con el fin de ayudar a los jueces en sus decisiones, un se realizará una grabación oficial donde se registraran todos las pruebas en la superficie y bajo el agua.

1.4.2 Área de competición

- 1.4.2.1 El área de competencia está ubicada alrededor de la línea de guía.
- 1.4.2.2 En la parte inferior, al final de la Línea de guía, se coloca un disco o algo similar donde se colocan los testigos.
- 1.4.2.3 Anclaje de la línea guía
 - 1.4.2.3.1 El anclaje puede estar constituido por objetos, de un peso suficiente para garantizar la estabilidad total y verticalidad de acuerdo con las condiciones del mar.
 - 1.4.2.3.2 Es necesario tener suficiente peso para mantener el sistema estable.

1.4.3 Área de calentamiento

- 1.4.3.1 En las proximidades de la zona de competición será necesario equipar otra zona para el calentamiento.
- 1.4.3.2 El área de calentamiento tendrá una profundidad máxima de 40 (cuarenta) metros.

1.4.4 Línea guía y lanyard

- 1.4.4.1 La línea de guía tiene que estar vertical en todo momento.
- 1.4.4.2 Se intentará marcar la línea guía de una forma estandarizada, marcando de la siguiente manera:

Comenzando desde abajo

- A 3 m. una marca gruesa
- Hasta 10 m. ya 10 m. una marca negra delgada (grosor de cinta normal)
- A 20 m. dos marcas negras
- A 30 m. tres marcas negras
- A 40 m. cuatro marcas negras
- A 50 m. una marca gruesa roja
- A 60 m. una marca gruesa roja y una marca gruesa negra
- Y así sucesivamente
- A 100 m. dos marcas gruesas rojas
- A 110 m. dos marcas gruesas rojas y una negra.
- Y así sucesivamente



1.4.4.3 Al final de la línea, antes del del disco, la línea debe tener una pelota o algo similar para detener el lanyard exactamente a 1.5 (uno y medio) metro del disco.

1.4.4.4 La línea de guía debe colocarse de acuerdo con la profundidad declarada por el atleta y el lanyard puede ser como máximo 1,5 metro de longitud y tiene que estar conectado a la línea guía.

1.4.4.5 El control de los lanyards lo realizará el Juez Principal antes de la competición.

1.4.4.6 Por cualquier razón, si se quita el lanyard, el atleta es descalificado excepto en el caso de que exista una situación / problema grave con el lanyard. Esto debe ser probado más allá de toda duda por la grabación de video.

1.4.4.7 La línea guía tiene que disponer de una estructura que en caso de accidente permita recuperar al atleta en poco tiempo sin necesidad de otros buceadores.

1.4.4.8 Su puede instalar una sonda o cámara que informe en todo momento en que profundidad se encuentra el atleta.

1.4.4.9 El lanyard tiene que tener en un extremo un mosquetón que se coloca en la línea guía y por el otro extremo zafado rápido.

1.4.5 Testigo y profundímetro

1.4.5.1 El atleta debe disponer de varios testigos.

1.4.5.2 El testigo debe ser recuperado por el atleta. Este se fija en la parte inferior de la línea guía en el disco. Tiene que estar sujeto de tal manera que sea fácil la recuperación.

1.4.5.3 El testigo debe tener una medidas comodas para su recuperación y debe ser de un material que no moleste su traslado al atleta.

1.4.6 Plataformas o embarcaciones

1.4.6.1 Se facilitará el acceso a los atletas hacia la zona de competición.

1.4.6.2 Es obligatorio un sistema de traslado urgente en caso de emergencia y este tendrá que estar disponible durante toda la prueba.

1.4.6.3 Si se utilizan barcos o plataformas flotantes los jueces tendrán que disponer de uno totalmente independiente a los otros.

1.4.7 Asistentes del atleta



1.4.7.1 El atleta puede tener solo dos asistentes en la zona de calentamiento pero sólo uno podrá permanecer en la zona de competición y en la cuenta atrás de los 3 min. Una vez el atleta inicia la prueba el asistente tendrá que salir de la zona de competición.

1.4.7.2 Si el asistente se queda en el zona de competición, el juez advertirá al asistente una sola vez. Si continúa permaneciendo en la zona el atleta será penalizado con una penalización general.

1.4.7.3 Solo el Juez Principal puede permitir que el representante del equipo intervenga en caso de algún problema técnico.

1.4.8 Recogida del testigo y medición de la profundidad conseguida

1.4.8.1 Cuando el atleta llega al final de la línea guía, puede cogerse del cabo y coger el testigo. Se permite agarrarse y estirar del cabo dentro de la zona de retorno que es de tres metros des del disco.

1.4.8.2 No presentar el testigo al juez de superficie supondrá una penalización general.

1.4.8.3 En caso que el atleta no presente el testigo, la profundidad que se registrara será la que indique el profundímetro oficial.

1.4.8.4 Si el atleta presenta el testigo la profundidad registrada será que la que haya declarado.

1.4.8.5 Si la profundidad alcanzada (DR) es menor que la profundidad declarada (DD). Se penalizará la DR restando un metro por cada metro no conseguido.

Profundidad final = profundidad alcanzada - penalización a distancia - penalización general p.ej.

DD = 100

DR = 90

(DD-DR) es (100-90) = 10 metros

Rendimiento final: 90-10 (penalización por distancia) - 3 (penalización general) = 77 metros

Los atletas tienen que anunciar la profundidad deseada, tiempo y la modalidad. La organización indicará la manera de realizarlo.

2 REGLAS ESPECÍFICAS PARA CADA DISCIPLINA

2.1 PESO CONSTANTE

2.1.1 Descenso

2.1.1.1 El atleta debe descender sin agarrarse o estirar de la cuerda, excepto en la zona de retorno de tres metros.

2.1.1.2 Si el atleta gira antes de la profundidad anunciada, puede agarrarse y estirar una vez de la línea guía.

2.1.2 Ascenso



2.1.2.1 El atleta debe ascender sin ayudarse a sí mismo agarrando o estirando de la cuerda excepto en la zona de retorno de 3 (tres) metros.

2.2 INMERSION LIBRE

2.2.1 Descenso

2.2.1.1 El atleta puede descender agarrándose y estirando de la línea guía.

2.2.2 Ascenso

2.2.2.1 El atleta puede ascender agarrándose y estirando de la línea guía.