



APNEA DINÀMICA

(AMB O SENSE ALETES)

REGLAMENT AUTONÒMIC

FECDAS

VERSIÓ 2018/02

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 Dinàmica	3
1.1.4 Pèrdua de Consciència - Black Out.	3
1.1.5 Ús del pronom masculí.....	3
1.1.6 Penalització	4
1.1.7 Incompliment de les normes	4
1.1.8 Homologació de competicions i rècords	4
2 SECCIÓ II	5
2.1 GENERALITATS TÈCNIQUES	5
2.1.1 Categories, Materials i Equipament per als Atletes	5
2.1.2 Configuració de l'Àrea de Competició	5
2.1.3 Àrea de Competició.....	6
2.1.4 Instrument de Mesura	6
2.1.5 Àrea d'Escalfament	6
2.1.6 Pèrdua de Consciència - Black Out.	6
2.1.7 Assistents de l'Atleta	7
2.2 EL PANELL DE JUTGES I EL PERSONAL ORGANITZADOR.....	7
2.2.1 General.....	7
2.2.2 Organitzador.....	7
2.2.3 Jutge Principal.....	8
2.2.4 Jutge de l'Àrea de Competició	9
2.2.5 Jutge d'Escalfament	9
2.2.6 Assistència Sanitària	10
2.2.7 Apneistes de Seguretat i Altres Assistents Oficials	10
3 SECCIÓ III	11
3.1 REALITZACIÓ DE LES COMPETICIÓNS	11
3.1.1 Inici	11
3.1.2 Descens.....	11
3.1.3 Trajectòria Horitzontal	11
3.1.4 Ascens.....	12
3.1.5 Celebració de la Competició	13



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 Dinàmica

L'Apnea Dinàmica és una competició on l'atleta té com a objectiu cobrir la màxima distància horitzontal possible mantenint el cos per sota de la superfície de l'aigua en apnea, amb o sense aletes.

L'esdeveniment es durà a terme en una piscina o en aigües obertes amb l'ús de aletes (bi-aletes o monoaleta) o sense. Quan s'utilitzen aletes, només poden ser accionades per l'energia muscular de l'atleta, sense l'ús de qualsevol mecanisme, fins i tot si aquest últim és activat pels músculs.

No es distingeix la competició de bi-aletes com una competició independent. En cas de considerar-se la diferència no radica només en el material, sinó també l'estil d'aleteig. En una competició de bi-aletes no està permes l'aleteig de dofí, excepte a la zona de 3 metres de la paret.

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 Penalització

Sempre que una norma s'incompleix de manera que no comporti una desqualificació (aquests incompliments de poca importància es defineixen en els articles corresponents), s'aplica una penalització general. Aquesta penalització consisteix en restar 5 (cinc) metres de la distància total aconseguida per l'atleta. En cas d'un gir sense arribar a la paret s'aplicarà una penalització suplementària tal com es descriu a l'article 3.1.3.4

1.1.7 Incompliment de les normes

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

1.1.8 Homologació de competicions i rècords

L'homologació de les competicions i els rècords està sotmesa a la normativa específica de la FEDAS 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 Bi-aletes o monoaleta sense restriccions relatives a les dimensions i materials. En les competicions de monoaleta està permès l'ús de bi-aletes, a les competicions de bi-aletes no es permet l'ús de monoaletes.

2.1.1.2.2 La màscara o ulleres han de ser transparents perquè els jutges puguin veure els ulls de l'atleta.

2.1.1.2.3 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. Si s'utilitza llast, l'atleta l'ha d'utilitzar necessàriament amb sistema de fàcil extracció i posar-lo per sobre de la seva roba de competició. En cap cas els atletes poden portar pesos ocults sota la roba. L'incompliment d'aquesta norma comporta la desqualificació. Els atletes poden deixar anar el seu llast durant el seu intent o durant el protocol de superfície.

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

2.1.1.3.4 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 Configuració de l'Àrea de Competició

2.1.2.1 Les competicions d'apnea dinàmica a piscina han de tenir lloc en piscines de 25/50 (vint-i-cint/cinquanta) metres per a les competicions d'apnea dinàmica amb aletes i sense aletes.

2.1.2.2 Aquestes mesures han de ser verificades i validades 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 Es poden habilitar fins a 4 (quatre) àrees de competició a la mateixa piscina. En aquest cas, els dos carrils externs de cada costat de la piscina es permeten com a àrees de competició.



2.1.2.5 Per tal d'ajudar els jutges en les seves decisions hi hauria d'haver un vídeo oficial de l'esdeveniment enregistrant totes les actuacions des de la superfície, i si és tècnicament possible, una altra per la part de sota l'aigua.

2.1.3 Àrea de Competició

2.1.3.1 La zona de sortida ha d'estar clarament marcada dins i fora de la piscina.

2.1.3.2 Si el carril més proper a la vora de la piscina té característiques inadequades per a la realització de la prova, es pot utilitzar el carril del costat.

2.1.3.3 En cas d'una competició amb un sol carril de competició situat al costat dret (esquerra) de la piscina, es compon de tres carrils. El carril més proper a la vora de la piscina està reservat per al competidor, el carril immediatament a la seva esquerra (dreta) es reserva per a l'assistència, i el següent a l'esquerra (a la dreta) pot estar reservat per als operadors autoritzats de vídeo i fotògrafs.

2.1.3.4 S'ha de col·locar una marca en forma de "T" d'almenys 20 (vint) cm d'amplada a la part inferior de la piscina i a una distància de 2 (dos) metres del començament i a 2 (dos) metres abans de girar.

2.1.3.5 En piscines de 50 (cinquanta) metres hi ha d'haver una línia central que indiqui els 25 (vint-i-cinc) metres de la piscina.

2.1.3.6 Si la part de la piscina on s'inicien les actuacions és més profund de 1,40 (u amb quaranta) metres cal col·locar una plataforma mòbil perquè l'atleta pugui estar dret.

2.1.4 Instrument de Mesura

2.1.4.1 La mesura de la distància es farà des del punt on els atletes treguin les vies respiratòries fora de l'aigua. Es mesurarà mitjançant una cinta mètrica col·locada a la vora de la piscina.

2.1.4.2 Es podran utilitzar altres sistemes de mesura electrònica automàtica que hagin estat aprovats prèviament per la FECDAS, o bé, que després d'una petició de l'organització hagin estat aprovats per el Jutge Principal.

2.1.5 Àrea d'Escalfament

2.1.5.1 La resta de carrils no definits a l'article 2.1.3.3 estaran destinats a l'escalfament.

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

2.1.6 Pèrdua de Consciència - Black Out.

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

2.1.6.2 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.



2.1.7 Assistents de l'Atleta

2.1.7.1 L'atleta pot tenir només un assistent fins a la crida dels últims tres minuts, després de la crida dels últims tres minuts no es permet a ningú. L'assistent ha d'abandonar l'àrea de competició i es pot estar a l'àrea d'escalfament.

2.1.7.2 El jutge advertirà a l'assistent una sola vegada, si continua estant a la zona de competició això suposarà una penalització general per a l'atleta.

2.1.7.3 Només el Jutge Principal pot permetre la intervenció de l'entrenador 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
- 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 acondicionar 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 ginys 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 El jutge mira l'atleta durant l'intent i ho continua fent durant els 30 (trenta) segons de protocol. L'atleta ha de realitzar amb èxit el protocol dins d'aquest temps.

2.2.4.6 Controla la mesura de la distància recorreguda.

2.2.4.7 Ha de verificar que l'atleta, durant tota l'actuació, es troba en bones condicions i no necessita cap ajuda. Haurà de comunicar les possibles irregularitats al Jutge Principal.

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

2.2.4.9 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.

2.2.4.10 En acabar les proves, haurà de remetre al Jutge Principal l'informe amb les distàncies aconseguides 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 controla l'escalfament dels atletes a l'àrea d'escalfament.

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



2.2.6 Assistència Sanitària

2.2.6.1 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.

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

2.2.6.3 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.

2.2.6.4 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

2.2.7 Apneistes de Seguretat i Altres Assistents Oficials

2.2.7.1 Hi haurà almenys un Apneista de Seguretat per a cada zona de competició.

2.2.7.2 Els Apneistes de Seguretat han de tenir prou experiència com per garantir la seguretat dels esportistes en apnea.

2.2.7.3 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 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.

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

3.1.1.4 Els atletes començaran les proves cada 8 (vuit) minuts com a mínim.

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

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

3.1.1.7 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.

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

3.1.2 Descens

3.1.2.1 L'atleta ha de tocar la paret de la piscina amb qualsevol part del cos, o equip estrictament relacionat amb el cos, i començar la fase d'apnea abans de perdre el contacte amb la paret.

3.1.2.2 Es permet a l'atleta seure a la vora de la piscina a la zona d'inici i entrar a l'aigua des d'aquesta posició. No es permet saltar dins l'aigua.

3.1.2.3 L'atleta ha de tocar necessàriament la paret de la piscina a cada gir amb una part del seu cos o amb el seu equip, en cas contrari l'atleta serà desqualificat.

3.1.3 Trajectòria Horitzontal

3.1.3.1 Durant l'intent, l'equip o qualsevol part del cos, a excepció de les vies respiratòries, pot sortir de la superfície de l'aigua. Nedar per superfície no està permès.

3.1.3.2 Durant el recorregut horitzontal l'atleta s'ha de mantenir dins el seu carril de competició. Si surt del carril amb tot el cos s'aplica una penalització. Estan permesos desviaments parcials.



3.1.3.3 Quan l'atleta decideix sortir a la superfície, la mesura de la distància recorreguda es realitza des del punt on han emergit les vies respiratòries.

3.1.3.4 Si es vol sortir de l'aigua en algun dels extrems de la piscina primer ha de tocar la paret abans de sortir. Altrament la mesura de l'actuació serà des del punt on emergeixin les vies respiratòries.

3.1.3.5 Si es vol sortir de l'aigua en algun dels extrems de la piscina just després de girar cal tocar la paret, efectuar el gir complet i després emergir les vies respiratòries. Altrament, la mesura de l'actuació es farà tal com es defineix a l'article 3.1.3.4

3.1.4 Ascens

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

3.1.4.2 Els assistents oficials han de donar a l'atleta, quan arriba a la superfície, un boia que l'ajudarà a recuperar-se mentre la sosté.

3.1.4.3 En cas de pèrdua del coneixement, tal com es defineix en l'article 2.1.6, abans, durant o després de la seva actuació, l'atleta és desqualificat..

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

3.1.4.5 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.

3.1.4.6 L'atleta ha de mantenir el 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 3.1.3.4.

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

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

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

3.1.4.10 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.

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

3.1.4.12 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.

