



FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS
Entidad Declarada de Utilidad Pública (Ley 10/1190)

REGLAMENTO DE APNEA INDOOR

VERSIÓN 2018.3

Marzo 2018

1. PARTICIPACIÓN.

- 1.1. Cada federación autonómica podrá inscribir a un máximo de 3 (tres) apneístas más 1 (un) reserva por disciplina y categoría. Se aconseja a las federaciones autonómicas que tomen como referencia para la inscripción el orden de clasificación en su campeonato autonómico para cada una de las disciplinas en cada una de las categorías (masculino y femenino).
- 1.2. Excepcionalmente se permitirá a la federación autonómica que organice el campeonato la inscripción de un deportista adicional por disciplina y categoría.
- 1.3. El campeón y la campeona de España vigentes de cada una de las disciplinas tendrán derecho a una plaza en el campeonato. Esta plaza será independiente de las plazas a las que tiene derecho cada federación autonómica. Para poder hacer uso de esta plaza, los deportistas en cuestión deberán haber participado en las competiciones selectivas para el nacional en el año de la competición.
- 1.4. Todo atleta ha de estar en posesión de una licencia deportiva FEDAS válida para el año en curso.
- 1.5. Aquel atleta que no cumpla estos requisitos no será admitido en la competición.
- 1.6. Los participantes tienen la obligación de:
 - a) Conocer tanto el reglamento general para las competiciones de apnea como el reglamento de la competición en la cual participan.
 - b) Respetar meticulosamente las reglas de seguridad durante los entrenamientos y las competiciones.
 - c) Seguir todas las recomendaciones del comité de organización y del comité de arbitraje.
 - d) Velar personalmente por que su equipo sea el requerido por el reglamento.
 - e) Los deportistas que asistan a las competiciones oficiales de ámbito estatal, deberán vestir prendas deportivas identificativas de su federación autonómica.
 - e) Dirigirse a los responsables de la organización y al cuadro de jueces únicamente a través del capitán del equipo en calidad de intermediario.
- 1.7. Cada equipo participante en las competiciones ha de tener un capitán.
- 1.8. El capitán del equipo será:
 - a) El responsable de la disciplina de los miembros de su equipo.
 - b) El intermediario entre el organizador, el cuadro de jueces y los participantes.

2. INSCRIPCIONES EN LOS CAMPEONATOS FEDAS.

- 2.1 Las FFAA o delegaciones deberán efectuar la inscripción de los deportistas o clubes en los plazos que se determinen, siendo indispensable acreditar la condición de federado nacional del participante, y haber abonado los derechos de inscripción acordados por los órganos competentes. El montante económico de la inscripción deberá ser ingresado en FEDAS. (Anexo 1)

2.2 En el supuesto de que, por motivos justificados, un deportista o club federado clasificado para participar en competiciones oficiales de ámbito estatal, no pudiese asistir a la competición nacional, cubrirá su plaza el siguiente deportista o club clasificado, por riguroso orden de clasificación.

En este caso, dicho deportista o club está obligado a enviar una renuncia por escrito a su federación autonómica, manifestando los motivos de la renuncia con tiempo suficiente para cubrir su baja.

La federación autonómica estará obligada a poner en conocimiento de esta sustitución a FEDAS, en el menor tiempo posible.

2.3 Las inscripciones irán acompañadas de la lista de los récords autonómicos.

3. DESCALIFICACIONES Y RENUNCIAS.

3.1. En el caso de que un atleta, que ha participado en una competición renuncie o quede descalificado, (por ejemplo tras un control antidopaje), su puesto en la clasificación debe ser otorgado al participante clasificado inmediatamente tras él. Asimismo, todos los siguientes clasificados avanzarán un lugar en la clasificación.

3.2. Si la descalificación se produce tras la ceremonia de entrega de trofeos y afecta a los galardonados, los premios y/o trofeos deben ser restituidos y entregados a los participantes correspondientes, aplicando las disposiciones ya mencionadas.

4. COMITÉS

4.1. Comité de honor.

4.1.1. La composición y estructura del comité de honor, dependerá exclusivamente del club y/o federación organizadora.

4.1.2. En el comité de honor deberán figurar el presidente de la FEDAS y el presidente del comité de apnea de la FEDAS.

6.1.3. Competencias del comité de honor:

La función del comité de honor será básicamente la de representación y relaciones públicas del campeonato.

4.2. Comité de competición.

4.2.1. El comité de competición es responsable de todas las cuestiones técnicas referentes a la competición y a su correcto desarrollo.

4.2.2. La composición y estructura del comité de competición será:

- El cuadro de jueces.
- Los capitanes de cada FFAA.
- El Organizador de la prueba.
- Un representante de la comisión médica.

4.2.3. El comité de competición se reunirá la víspera de cada prueba como mínimo.

4.2.4. En las reuniones del comité de competición se tratarán temas como:

- Entrega de informaciones generales a los capitanes para el día siguiente.

- Recordar el programa previsto para el día siguiente o anunciar modificaciones o alteraciones de última hora.
 - Revisar los cuadros horarios previstos para la prueba del día siguiente.
- 4.2.5. Los miembros del comité de competición actuarán siempre con las premisas del respeto mutuo y del “fair play”. Todos los apneístas o capitanes que sean irrespetuosos con los miembros de la organización, los jueces, doctores o cualquier otro capitán o deportista serán excluidos del comité de competición.

5. LOS RESULTADOS

5.1. Clasificaciones individuales:

- 5.1.1. Se establecerá una clasificación individual independiente para cada una de las disciplinas y categorías y se premiará o distinguirá a los tres primeros deportistas clasificados como mínimo:
- Campeón/a, subcampeón/a y tercer clasificado/a de Apnea Dinámica con aletas.
 - Campeón/a, subcampeón/a y tercer clasificado/a de Apnea Dinámica sin aletas
 - Campeón/a, subcampeón/a y tercer clasificado/a de Apnea Estática.
- 5.1.2. Para oficializar una clasificación se requerirá un quórum mínimo de 3 deportistas.
- 5.1.3. Corresponderá a los organizadores decidir el orden de las pruebas.
- 5.1.4. El orden de las pruebas deberá ser anunciado con la antelación especificada por este reglamento a los deportistas y capitanes de equipo, pero podrá ser modificado en el caso de que las condiciones meteorológicas entrañen un riesgo para los participantes o cualquier miembro de la organización.

5.2. Clasificaciones por equipos autonómicos:

- 5.2.1. Se establecerá una única clasificación que abarque los resultados de los participantes masculinos y femeninos.
- 5.2.2. El ranking de las FFAA, se establecerá según el siguiente criterio:
- las marcas conseguidas se transformaran en puntos mediante el sistema de porcentajes, siendo 100 puntos para la mayor marca obtenida de cada modalidad, sin distinción de sexo.
 - en el Campeonato Nacional de Apnea Indoor, se sumaran las tres mejores puntuaciones de cada modalidad, sin distinción de sexo, para cada equipo
 - en el Campeonato Nacional de Apnea Outdoor, se sumaran las dos mejores puntuaciones de cada modalidad, sin distinción de sexo, para cada equipo.
 - el ranking de equipos de FFAA se establecerá por orden de puntuación de mas a menos.

5.3. Reclamaciones.

- 5.3.1. Cada deportista o equipo participante tiene derecho a presentar una reclamación ante el comité arbitraje.
- 5.3.2. Las reclamaciones sólo podrán ser presentadas por el capitán del equipo.
- 5.3.3. Toda reclamación deberá ir acompañada de 30 (treinta) euros en calidad de fianza.

- 5.3.4. La intención de presentar una reclamación deberá ser notificada al juez principal en los 15 minutos siguientes a la a la proclamación de los resultados e ir acompañada del depósito de la fianza requerida. (Esta medida tiene como efecto inmediato posponer la ceremonia de entrega de trofeos).
- 5.3.6. Desde el momento en que notifique la intención de presentar una reclamación, el demandante dispondrá de un plazo de 30 minutos para redactar y entregar un informe escrito ante el árbitro principal. En su defecto, la queja será considerada nula y sin valor y se retendrá la fianza.
- 5.3.7. La reclamación será declarada inadmisibile si estas condiciones no se ven cumplidas.
- 5.3.8. Si la reclamación es aceptada y resuelta favorablemente, el depósito en metálico será devuelto. En caso contrario, será retenido por el Comité de Arbitraje, en este caso el Comité de Arbitraje, a través de la FFAA organizadora emitirá un recibo o justificante.

5.4. Récor ds en competiciones oficiales.

- 5.4.1. Los récords de España serán homologados en todas las categorías oficiales.
- 5.4.2. Todos los récords deberán establecerse durante el transcurso de una prueba o competición oficial, debidamente organizada y convocada y obtenerse en actuaciones sin penalización.
- 5.4.3. Las medidas de la zona de competición deben haber sido homologadas y confirmadas por un juez nacional de apnea.
- 5.4.4. Los récords de España sólo serán aceptados si han sido establecidos en competiciones con jueces de categoría nacional.
- 5.4.5. El deportista que establezca un record nacional deberá solicitar la homologación de su record.
- 5.4.6. Las peticiones de homologación de un récord de España deben realizarse mediante los formularios oficiales de la FEDAS, firmados por el presidente del comité organizador y el árbitro principal de la prueba.
- 5.4.7. La petición de homologación de record de España debe ser comunicada por fax o correo electrónico a la secretaría de la FEDAS.
- 5.4.8. Todas las marcas conseguidas susceptibles de ser consideradas como récords nacionales, serán estudiadas por el comité nacional o una comisión técnica creada a tal efecto que será la encargada de validar y oficializar dicho récord. Esta validación deberá ser corroborada al menos por 2 jueces de categoría nacional.
- 5.4.9. Si la petición de homologación de un record de España es aceptada por la FEDAS, se enviará un diploma firmado por el Presidente de la FEDAS y por el Presidente de la Comisión de Apnea a la federación autonómica del atleta con el fin de que le sea entregado como reconocimiento a su actuación.
- 5.4.10. En el caso de que el record sea mundial o continental, las peticiones de homologación deben realizarse mediante los formularios oficiales de la CMAS, firmados por la autoridad competente del comité organizador y el árbitro principal (tal como se especifica en el reglamento internacional CMAS) En este caso deberán cumplirse los requisitos establecidos por los reglamentos CMAS.

5.5. El acta.

- 5.5.1. El cuadro de jueces elaborará el acta de la competición.
- 5.5.2. Tras la competición, el organizador debe hacer entrega de dos ejemplares del acta a cada equipo participante. Asimismo, se enviarán dos ejemplares a la sede de la FEDAS y dos ejemplares más a la comisión de apnea de la FEDAS.
- 5.5.3. El acta debe contener:
- a) El nombre, la fecha y la descripción del lugar de la competición, y el nombre del organizador.
 - b) Las pruebas previstas y su orden de realización.
 - c) La composición del cuadro de jueces.
 - d) La lista de los deportistas y equipos participantes (número de licencia, nombre, apellido y año de nacimiento de cada atleta).
 - e) Los resultados finales para cada disciplina (especificando, si las hubiera, las decisiones tomadas sobre la clasificación y/o las descalificaciones, récords nacionales o regionales).
 - f) Los incidentes particulares.
 - g) Las firmas del juez principal y del responsable de la oficina de resultados (o del Organizador).
- 5.5.4. El lugar y la fecha de la competición, además del logotipo FEDAS deben figurar en el encabezado o en el pie de cada página del acta.

6. OTROS

6.1. Si durante los entrenamientos oficiales o en el periodo de calentamiento previo al intento oficial, el deportista sufre un síncope o pérdida de control motor por hipoxia (samba) los doctores de la prueba evaluarán al deportista y determinarán si puede continuar en la competición.

6.2. La organización se reserva el derecho de modificar o ampliar el reglamento por motivos de seguridad.

6.3. La organización no se hace responsable de los accidentes que puedan producirse por no respetar el reglamento.

6.4. Los médicos de la prueba deberán ser experimentados y deberán abstenerse de hacer cualquier tipo de comentario que no sea estrictamente profesional.

6.7. Los apneístas de seguridad deberán obligatoriamente ir equipados con aletas tradicionales, es decir con dos aletas, quedando específicamente prohibido el uso de la monoaleta.

APNEA ESTÁTICA

1. SECCIÓN - I

1.1 DEFINICIONES

- 1.1.1 Apnea
- 1.1.2 Evento, Competición y Prueba
- 1.1.3 Apnea Estática
- 1.1.4 Pérdida de Conciencia- Black Out
- 1.1.5 El uso del pronombre masculino
- 1.1.6 Violación de las reglas
- 1.1.7 Competiciones y homologaciones de records

2. SECCIÓN - II

2.1 GENERALIDADES TÉCNICAS

- 2.1.1 Categorías, Materiales y Equipos para los atletas
- 2.1.2 Área de Competición
- 2.1.3 Área de Calentamiento
- 2.1.4 Pérdida de Conciencia--Black Out
- 2.1.5 Asistentes de los atletas

2.2 CUADRO DE JUECES Y DE PERSONAL ASISTENTE

- 2.2.1 General
- 2.2.2 Organizador
- 2.2.3 Juez Principal
- 2.2.4 Juez de Competición
- 2.2.5 Juez de Calentamiento
- 2.2.6 Cronometradores
- 2.2.7 Asistente de Salida
- 2.2.8 Asistencia Médica
- 2.2.9 Apneistas de seguridad y otros Asistentes

3. SECCIÓN - III

3.1 DESARROLLO DE LAS COMPETICIONES

- 3.1.1 Inicio
- 3.1.2 Apnea
- 3.1.3 Salida
- 3.1.4 Celebración de la Competición

2. SECCIÓN - I

2.1 DEFINICIONES

1.1.1 Apnea

El término " Apnea " designa una actividad deportiva en la que el atleta contiene su respiración manteniendo las vías respiratorias aéreas por debajo de la superficie del agua.

1.1.2 Competición, Evento y Prueba

Competición se usa para nombrar un encuentro que puede incluir varias disciplinas

Evento se usa para indicar cada uno de los concursos que componen una Competición.

Intento se usa para designar la acción individual de cada atleta

Actuación és el resultado del Intento del atleta, medido en distancia o intervalo de tiempo.

1.1.3 Apnea Estática

La Apnea Estática és el evento donde el atleta tiene por objeto la realización de una apnea de duración máxima, como mínimo durante un tiempo anunciado de antemano y si es posible más allá de este tiempo.

El evento se realiza en una piscina.

1.1.4 Perdida de Conciencia- Black Out

El término " Black-Out" se utiliza para la pérdida de conciencia. La pérdida de conciencia debe distinguirse del término "Samba ": que és la pérdida de control motor.

1.1.5 El uso del pronombre masculino

En lo que sigue se utiliza el pronombre masculino para todo. Esto se hace con el único fin de evitar formulaciones torpes y queda perfectamente entendido que todas las personas que participan en una competición, en cualquiera de sus papeles, pueden ser de cualquier sexo.

1.1.6 Violacion de las reglas

La violación de las normas conduce a la descalificación. A menos que se especifique lo contrario en el artículo correspondiente.

1.1.7 Competiciones y homologaciones de records

La homologación de las Competiciones y los récords, estan sujetas a la normativa específica de FEDAS.

3. SECCIÓN - II

3.1 GENERALIDADES TÉCNICAS

2.1.1 Categorías, Materiales y Equipos para los atletas

2.1.1.1 Categorías;

2.1.1.1.1 Las Competiciones oficiales se organizarán para hombres y/o mujeres.

2.1.1.2 Material autorizado

2.1.1.2.1 La máscara o gafas, las cuales tienen que ser transparentes para que los jueces puedan ver los ojos del atleta. También se pueden utilizar lentes de contacto.

2.1.1.2.2 Pinza de nariz.

2.1.1.3 Equipamiento auxiliar:

2.1.1.3.1 Se autoriza el uso de traje de neopreno o traje de baño.

2.1.1.3.2 Se permite a los atletas usar su lastre personal. Los atletas pueden soltar su lastre durante su Intento o durante el protocolo de superficie.

2.1.1.3.3 En todas las competiciones y campeonatos, el uso de la publicidad en la máscara está autorizado sin restricciones.

2.1.1.3.4 Los participantes deberán llevar los equipamientos oficiales.

2.1.1.3.5 El uso de oxígeno esta estrictamente prohibido. Un atleta que haya sido declarado culpable de la utilización de oxígeno o de una mezcla con exceso de oxígeno será descalificado inmediatamente y será sometido a un procedimiento de suspensión de la participación en las competiciones y campeonatos de la FEDAS , por un período que definirá la misma FEDAS.

2.1.2 Area de Competición

2.1.2.1 Los Campeonatos FEDAS de Apnea Estática deben realizarse en una piscina.

2.1.2.2 La piscina debe ser verificada y aprobada por el Juez Principal de FEDAS.

2.1.2.3 El Juez de Salida ha de disponer de un micrófono o megáfono para poder dar las indicaciones verbales.

2.1.2.4 Con tal de asistir a los jueces en sus decisiones, las actuaciones deben ser grabadas con una cámara oficial en superficie, la cual grabará la totalidad de la actuación del atleta, desde la entrada hasta el protocolo de superficie.

2.1.3 Area de Calentamiento

2.1.3.1 Se puede habilitar una zona de calentamiento para los atletas en una piscina auxiliar. Si no es posible, se puede habilitar una zona de calentamiento en el extremo de la piscina opuesto al extremo reservado a la competición.

2.1.3.2 El área de calentamiento está reservado para los atletas que se preparan para la competición bajo las órdenes del Juez de Calentamiento.

2.1.3.3. El Juez de Calentamiento dispondrá, si el Juez Principal lo considera necesario, de un asistente o mas, para controlar la seguridad de los participantes.

2.1.4 Pérdida de Conciencia-Black Out

2.1.4.1 Una pérdida de control del motor conduce a la descalificación del atleta si no puede realizar el protocolo de validación.

2.1.4.2 Si el juez responsable decide que el atleta sufre una Pérdida de Conciencia-Black Out, y que necesita ayuda, ordena a los asistentes de seguridad que saquen al atleta (como mínimo sus vías aéreas), esto conlleva la descalificación y suspensión del atleta del evento actual y del resto de competición.

2.1.5 Asistentes de los atletas

2.1.5.1 El atleta solo puede tener un asistente en el borde o dentro de la piscina para ayudarlo durante la prueba.

2.1.5.2 Este asistente puede estar con el atleta en el área de competición y en la piscina, pero no puede gritar, hablar, tocar o gesticular para asistir o ayudar al atleta durante el protocolo de validación.

2.1.5.3 Solo el Juez principal puede autorizar una intervención del Capitán del equipo en caso de un problema técnico.

2.2 CUADRO DE JUECES Y DE PERSONAL ASISTENTE

2.2.1 General

2.2.1.1 Los jueces y el personal asistente deben tomar sus decisiones de manera autónoma y de manera independiente unos de los otros, a menos que se indique lo contrario en el reglamento,.

2.2.1.2 Los jueces y el personal organizador son los responsables de preparar y conducir la competición.

2.2.1.3 Composición del Cuadro de Jueces y de Personal Asistente.

El Cuadro estará formado por:

- Organizador
- Juez principal designado, para el Campeonato FEDAS, por el Departamento de Apnea de FEDAS
- Juez de Competición
- Juez de Calentamiento
- Cronometradores
- Asistente de Salida
- Asistente médico
- Otros asistentes

2.2.2 Organizador

2.2.2.1 El Organizador:

- es el responsable de la preparación y la realización del evento.
- debe estar en contacto con el Juez Principal designado por FEDAS para resolver las dudas y preparar la competición de acuerdo a la normativa vigente.

- debe situar el Cuadro de Jueces y el personal organizador, con excepción del Juez Principal.
- debe preocuparse de que todo el material y aparatos necesarios para realizar la competición estén preparados y en su lugar según los planes previstos en la normativa específica vigente.
- puede designar el número de asistentes que les considere necesarios para acometer su misión correctamente.

2.2.3 Juez Principal

2.2.3.1 En los Campeonatos de FEDAS, el Juez Principal es designado por el Departamento de Apnea de FEDAS.

2.2.3.2 El Juez Principal tiene pleno control y autoridad sobre todos los demás jueces. Es el encargado de verificar sus posiciones y proporcionarles las instrucciones de las regulaciones particulares relativas a la competición.

2.2.3.3 Sus funciones son:

- Inspeccionar las instalaciones donde se desarrollara la competición.
- Controlar y aprobar la documentación de los participantes para verificar su idoneidad para poder participar en el evento.
- Controlar y aprobar los formularios de inscripción de los participantes y establecer el orden de inicio.
- Aprobar y firmar las clasificaciones antes de la publicación de los resultados

2.2.3.4 Asegurarse que los reglamentos y las decisiones de FEDAS son obedecidos y resolver todas las cuestiones relativas a la organización de la competición cuando el reglamento no ofrece ninguna solución.

2.2.3.5 Garantizar que todo el personal necesario para la correcta organización de la competición está en sus respectivas posiciones. Y de designar sustitutos para jueces ausentes, y de aquellos que son incapaces de llevar a cabo sus tareas. Podrá nombrar jueces suplementarios o personal asistente suplementario si lo considera necesario.

2.2.3.6 El Juez Principal da la señal de inicio después de asegurarse personalmente de que todos los miembros del cuadro de Jueces están preparados y en su lugar.

2.2.3.7 Puede tomar la decisión de falso inicio y volver a empezar el protocolo de inicio.

2.2.3.8 El Juez Principal tiene el derecho de cancelar o suspender la competición en los casos de fuerza mayor como condiciones meteorológicas muy desfavorables (en el caso de pruebas al aire libre) o si el emplazamiento de la competición no se ajusta a los requisitos de la normativa.

2.2.3.9 El Juez Principal puede descalificar cualquier atleta por cualquier violación del reglamento que él mismo observe o que le sea notificado por otro juez.

2.2.3.11 Él es quien recibe las reclamaciones de los capitanes de los equipos participantes.

2.2.3.12 Verifica los resultados y comunica los resultados relacionados con las posiciones de podio y las composiciones de las finales.

2.2.3.13 Prepara el informe final de la competición

2.2.4 Juez de Competición

2.2.4.1 El juez responsable del area de competición debe ubicarse en el borde de la piscina.

2.2.4.2 Se recomienda que además del Juez de Competición, se designe un Juez Asistente en cada zona de competición.

2.2.4.3 Debe organizar la actividad de los otros jueces de su zona. Él es responsable de los cambios de jueces y asistentes en su zona.

2.2.4.4 Autoriza el inicio de la competición para cada atleta, supervisa el desarrollo de la prueba y coordina la evacuación de la zona de competición en cada actuación.

2.2.4.5 Es el encargado de vigilar al atleta durante toda su actuación incluidos los 30 (treinta) segundos del protocolo de validación, durante los cuales el atleta debe hacer el protocolo de OK.

2.2.4.5 Recibe las notas sobre las violaciones de reglas observadas por otros jueces con la posible propuesta de una sanción o descalificación que se debe llevar a la práctica.

2.2.4.6 Al final de la competición debe facilitar al Juez Principal el informe con los tiempos logrados por los atletas, con las penalizaciones y anotaciones pertinentes, de su area de competición.

2.2.5 Juez de Calentamiento

2.2.5.1 El Juez de Calentamiento se hace responsable de los competidores y gestiona el calentamiento de los atletas en la zona de calentamiento. Si lo considera necesario puede solicitar un asistente de seguridad.

2.2.5.2 Comprueba que los competidores esperan su turno y siguiendo el orden de participación llama a los atletas.

2.2.5.3 Verifica el equipo del atleta : máscara, etc.

2.2.6 Cronometradores

2.2.6.1 Registran los tiempos de los atletas de los que son responsables. Utilizaran solo cronómetros aprobados por el Juez Principal.

2.2.6.2 Los Cronometradores inician sus cronómetros cuando el atleta sumerge todas sus vías respiratorias y los detienen cuando el atleta emerge alguna de sus vías respiratorias del agua. Inmediatamente después del intento deben mostrar sus cronómetros al Juez de Competición de su zona de competición.

2.2.6.3 No deben restablecer sus cronómetros a cero antes de que el Juez de Competición de su zona de competición les diga "cronómetros a cero".

2.2.6.4 En cada zona de competición deben colocarse de uno(1) a tres (3) cronometradores.

2.2.7 Asistente de salida

2.2.7.1 Es el responsable de efectuar la cuenta atrás.

2.2.8 Asistencia Médica

2.2.8.1 La Asistencia Médica debe garantizar las primeras intervenciones de ayuda a los que sufren accidentes, dándoles la ayuda necesaria desde el inicio del accidente hasta

el restablecimiento de las condiciones de salud en los centros de salud locales. El comunicado del equipo de asistencia médica, para el médico del centro de salud local, incluirá las causas y circunstancias del accidente del atleta.

2.2.8.2 La Asistencia Médica es designada por el Comité Organizador y son los responsables de controlar los aspectos médicos del evento.

2.2.8.3 El equipo médico que asista a una competición de apnea debe de ser experimentado. Debe ser capaz y disponer del equipo necesario para llevar a cabo las acciones de la RCP (Reanimación Cardio-Pulmonar) y los primeros auxilios de los cuales es responsable. Estará siempre en el área de competición durante el desarrollo de la misma.

2.2.8.4 El equipo del personal médico estar formado como mínimo por:

- Botiquín de primeros auxilios
- Una oxígeno-terapia completa y revisada
- Cualquier otro equipo que el personal médico considere necesario

2.2.9 Apneistas de Seguridad y otros Asistentes

2.2.9.1 Cada zona de competición y cada zona de calentamiento dispondrá de una apneista de seguridad como mínimo

2.2.9.2 Los apneistas de seguridad deben de tener conocimientos y experiencia suficiente para garantizar la seguridad de los atletas.

2.2.9.3 El Comité Organizador puede designar otros asistentes de la competición. El Juez Principal establece, las diferentes misiones que se asignará a cada asistente en particular.

3.1 DESARROLO DE LAS COMPETICIONES

3.1.1 Inicio

3.1.1.1 Los atletas participantes deben presentarse una hora antes al Juez de Calentamiento para el check-in.

3.1.1.2 Puede haber varias áreas de competición en la misma zona de la piscina siempre que el espacio disponible y el personal sean suficientes para desarrollar correctamente la competición.

3.1.1.3 30 (treinta) minutos antes del inicio de su cuenta atrás (de los 3 -tres ultimos minutos) los atletas deben estar a disposición del Juez de Calentamiento.

3.1.1.4 Antes de los últimos 30 (treinta) minutos, al atleta no se le permite entrar en la piscina.

3.1.1.5 Las salidas de atletas para cada campo de la competición se iniciará cada 10 (diez) minutos como mínimo.

3.1.1.6 El Intento comienza cuando empiezan los tres ultimos minutos antes del Oficial Top.

3.1.1.7 El atleta tendrá entonces 3 (tres) minutos para preparase para sumergirse.

3.1.1.8 El controlador de salidas le recordará al atleta el tiempo de la siguiente manera: Ultimos 3 minutos / 2 minutos / 1 minuto / 45 segundos / 30 segundos / 15 segundos / 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 / Oficial Top / +1, +2, +3, +4, +5, +6, +7, +8, +9, +10, +15, +20, +30.

El atleta solamente puede empezar desde el Oficial Top hasta los +30, en una ventana de treinta segundos. Si alguna de sus vias aereas no esta sumergida cuando se dice el +30, el atleta esta descalificado.No está permitido iniciar la apnea antes del Oficial Top.

3.1.1.9 La cuenta atras debe realizarse en castellano en los campeonatos nacionales.

3.1.2 Apnea

3.1.2.1 Durante la apnea del atleta este estará bajo la supervisión de un apneista de seguridad.

3.1.2.2 El procedimiento de control de seguridad consiste en que el apneista de seguridad se comunicará con el atleta mediante el tacto, a intervalos de tiempo regulares durante la apnea.

3.1.2.3 La señal del apneista de seguridad y la respuesta del atleta deben ser acordados antes del comienzo de la actuación.

3.1.2.4 La primera y segunda señales se deben dar, respectivamente, un minuto antes y 30 (treinta) segundos antes del final del tiempo de apnea declarado. De allí en adelante (y también si la apnea va más allá de la declarada) las señales se dan en intervalos de 15 (quince) segundos.

3.1.2.5 Si el tiempo de apnea declarado no es un múltiplo entero de medio minuto, el tiempo para la primera señal se obtiene aproximando al medio minuto exacto más bajo, anticipando así el tiempo de la primera señal. El juez de competición debe recordárselo al atleta justo antes de la actuación.

3.1.2.6 Si el atleta no responde a la señal del juez asistente con la respuesta adecuada, el apneista de seguridad toca al atleta una vez más. Si el atleta persiste en no responder, el juez de competición da la orden de interrumpir el intento y el apneista de seguridad saca al atleta a la superficie, quedando este descalificado.

3.1.3 Salida

3.1.3.1 Después de emerger el atleta no debe ser ayudado o tocado por cualquier razón antes de su ejecutar el protocolo de validación, a menos que se encuentre en dificultades .

3.1.3.2 El atleta puede sujetarse al borde de la piscina o equivalente.

3.1.3.3 En caso de pérdida de la conciencia, como esta deifinido en el articulo 2.1.4, durante o después de su intento, el atleta queda descalificado.

3.1.3.4 Si el asistente toca al atleta antes de que este finalice completamente el protocolo de validación definido en el articulo 3.1.3.6, el atleta queda descalificado.

3.1.3.5 Es caso de contacto accidental, queda a criterio del Juez Principal validar o no el intento.

3.1.3.6 Al final del intento, de vuelta en la superficie, el atleta tiene 30 (treinta) segundos para hacer el signo de OK. Durante estos 30 (treinta) segundos de duración del protocolo, debe mantenerse a flote, sujetandose al borde o al flotador sin necesidad de ayuda externa.

3.1.3.7 El atleta debe mantener la cabeza por encima de la superficie del agua durante los 30 segundos. Las vías aéreas y el nivel equivalente de los laterales y de la parte posterior de la cabeza deben estar por encima de la superficie del agua. Si hay una ola, la decisión se toma igual que en el Artículo 3.1.3.5.

3.1.3.8 Únicament el atleta puede hablar durante el protocolo de validación.

3.1.3.9 El signo de OK debe realizarse en dirección al Juez de Competición de su zona de competición.

3.1.3.10 Si después del protocolo de validación el Juez de Competición considera que todo es correcto, le mostrará una tarjeta blanca al atleta.

3.1.3.11 Si el Juez de Competición considera que no puede tomar una decisión sin consultar a los otros jueces o visionar el video del intento, mostrará una tarjeta amarilla al atleta.

3.1.3.12 Si el Juez de Competición muestra una tarjeta roja, el intento no es válido (DQ)

3.1.3.13 En los campeonatos nacionales es obligatorio grabar en video todos los intentos.

3.1.3.14 Los entrenadores, los atletas y los espectadores deben estar en silencio durante la realización del protocolo de validación por parte del atleta y durante su recuperación. En caso de incumplir este artículo, el Juez Principal puede expulsar al infractor de la zona de competición.

3.1.4 Celebración de la Competición

3.1.4.1 El orden de participación de los atletas se determinará a partir de los tiempos declarados en la reunión técnica. El atleta con el menor tiempo competirá primero mientras que el atleta con el tiempo más largo competirá el último. Si varios atletas declaran el mismo tiempo, se establecerá el orden mediante un sorteo efectuado por el Juez Principal.

3.1.4.2 Todos los competidores podrán hacer un intento. Al final de esta etapa, se establecerá una clasificación y se hará pública inmediatamente.

3.1.4.3 El tiempo utilizado para obtener la clasificación de los atletas es el tiempo efectivo de la apnea, siempre y cuando este último sea mayor que o igual al tiempo declarado. Si el tiempo de apnea efectiva es menor que el tiempo declarado a continuación, se aplica una penalización que consiste en restarle del tiempo de apnea

efectivo la diferencia entre el tiempo declarado y el tiempo efectivo. Para que quede claro, si el atleta realiza una apnea de tiempo “**t**” inferior al declarado “**T**”, el tiempo que se usará en la clasificación será **$t-(T-t)$**

3.1.4.4 En el caso de empate, el atleta con el tiempo conseguido mas cercano al tiempo declarado será el ganador. Si se mantiene el empate los atletas serán clasificados "ex aequo".

APNEA DINÁMICA

1. SECCIÓN – I

1.1 DEFINICIONES

- 1.1.1 Apnea
- 1.1.2 Evento, Competición y Prueba
- 1.1.3 Apnea Dinámica
- 1.1.5 Pérdida de Conciencia- Black Out
- 1.1.5 El uso del pronombre masculino
- 1.1.6 Penalizaciones
- 1.1.7 Violación de las reglas
- 1.1.8 Competiciones y homologaciones de records

2 SECCIÓN – II

2.1 GENERALIDADES TÉCNICAS

- 2.1.1 Categorías, Materiales y Equipos para los atletas
- 2.1.2 Configuración del Área de Competición
- 2.1.3 Área de Competición
- 2.1.4 Marcador e Instrumento de Medición
- 2.1.5 Área de Calentamiento
- 2.1.6 Pérdida de Conciencia--Black Out
- 2.1.7 Asistentes de los atletas

2.2 CUADRO DE JUECES Y DE PERSONAL ASISTENTE

- 2.2.1 General
- 2.2.2 Organizador
- 2.2.3 Juez Principal
- 2.2.4 Juez de Competición
- 2.2.5 Juez de Calentamiento
- 2.2.6 Asistencia Médica
- 2.2.7 Apneistas de seguridad y otros Asistentes

2. SECCIÓN – III

3.1 DESARROLLO DE LAS COMPETICIONES

- 3.1.1 Inicio
- 3.1.2 Descenso
- 3.1.3 Recorrido Horizontal
- 3.1.4 Ascenso
- 3.1.5 Celebración de la Competición

1.1 DEFINICIONES

1.1.1 Apnea

El término " Apnea " designa una actividad deportiva en la que el atleta contiene su respiración manteniendo las vías respiratorias aéreas por debajo de la superficie del agua.

1.1.2 Competición, Evento y Prueba

Competición se usa para nombrar un encuentro que puede incluir varias disciplinas

Evento se usa para indicar cada uno de los concursos que componen una Competición.

Intento se usa para designar la acción individual de cada atleta

Actuación és el resultado del Intento del atleta, medido en distancia o intervalo de tiempo.

1.1.3 Apnea Dinámica

La Apnea Dinámica és el evento donde el atleta tiene por objeto cubrir la máxima distancia horizontal manteniendo el cuerpo debajo de la superficie del agua en apnea, con o sin aletas.

El evento se puede realizar en una piscina o en aguas abiertas y con el uso de aletas (bi-aletas o monoaleta) o sin. Cuando se utilizan aletas, solo se puede utilizar la energía muscular del atleta, no esta permitido el uso de cualquier mecanismo, incluso si este último es activado por los músculos

En la competición de bi-aletas no se permite el uso del aleteo en la modalidad de patada de delfín fuera de la zona de tres metros mas cercana a la pared de inicio o de giro.

1.1.4 Perdida de Conciencia- Black Out

El término " Black-Out" se utiliza para la pérdida de conciencia. La pérdida de conciencia debe distinguirse del término " Samba ": que és la pérdida de control motor.

1.1.5 El uso del pronombre masculino

En lo que sigue se utiliza el pronombre masculino para todo. Esto se hace con el único fin de evitar formulaciones torpes y queda perfectamente entendido que todas las personas que participan en una competición, en cualquiera de sus papeles, pueden ser de cualquier sexo.

1.1.6 Penalizaciones

Siempre que se incumpla una regla de manera que no implique una descalificación (incumplimientos de menor importancia definidos en los artículos correspondientes), se aplicará una sanción consistente en restar 5 (cinco) metros de la distancia total conseguida por el atleta.

1.1.7 Violacion de las reglas

La violación de las normas conduce a la descalificación. A menos que se especifique lo contrario en el artículo correspondiente.

1.1.8 Competiciones y homologaciones de records

La homologación de las Competiciones y los récords, estan sujetas a la normativa específica de FEDAS

2. SECCIÓN - II

2.1 GENERALIDADES TÉCNICAS

2.1.1 Categorías, Materiales y Equipos para los atletas

2.1.1.1 Categorías;

2.1.1.1.1 Las Competiciones oficiales se organizarán para hombres y/o mujeres.

2.1.1.2 Material autorizado

2.1.1.2.1 Bi-aletas o monoaleta sin restricciones relativas a las dimensiones y a los materiales. En las pruebas de monoaletas se permite el uso de bi-aletas. En las pruebas de bi-aletas no se permite el uso de monoaletas.

2.1.1.2.2 La máscara o las gafas tienen que ser transparentes para que los jueces puedan ver los ojos. También se pueden utilizar lentes de contacto.

2.1.1.2.3 Pinza de nariz.

2.1.1.3 Equipamiento auxiliar:

2.1.1.3.1 Se autoriza el uso de traje de neopreno o traje de baño.

2.1.1.3.2 Se permite a los atletas usar su lastre personal. Si se utiliza un lastre, el atleta necesariamente debe utilizarlo con un mecanismo de zafado rápido y debe colocarlo encima de su ropa de competición. En ningún caso, los atletas pueden tener lastres escondidos debajo de su ropa. La violación de esta norma conlleva la descalificación. Los atletas pueden soltar su lastre durante su intento o durante el protocolo de superficie.

2.1.1.3.3 En todas las competiciones y campeonatos, el uso de la publicidad en la máscara y en las aletas está autorizado sin restricciones,

2.1.1.3.4 Los participantes deberán llevar los equipamientos oficiales.

2.1.1.3.5 El uso de oxígeno está estrictamente prohibido. Un atleta que haya sido declarado culpable de la utilización de oxígeno o de una mezcla con exceso de oxígeno será descalificado inmediatamente y será sometido a un procedimiento de suspensión de la participación en las competiciones y campeonatos de la FEDAS, por un período que definirá la Federación .

2.1.2 Configuración del Área de Competición

2.1.2.1 Los Campeonatos FEDAS de apnea dinámica en piscina, deben realizarse en una piscina de 50 metros (apnea dinámica con aletas) y 25/50 metros (apnea dinámica sin aletas), con una profundidad mínima de 1,40 (uno punto cuarenta) metros.

2.1.2.2 Estas medidas deben ser verificadas y validadas por el Juez Principal de FEDAS.

2.1.2.3 El Asistente de Salida ha de disponer de un micrófono o megáfono para poder dar las indicaciones verbales.

2.1.2.4 Se pueden disponer un máximo de 4 zonas (cuatro) de competición en la misma piscina. En este caso, se permite competir en los dos carriles exteriores de cada lado de la piscina.

2.1.2.5 Con el fin de ayudar a los jueces en sus decisiones, debería estar presente un

video oficial del evento que registrara toda la cuenta atrás del atleta en la superficie, y si és técnicamente posible, otra grabación para la parte de debajo el agua.

2.1.3 Área de Competición

2.1.3.1 La zona de salida debe estar claramente marcada dentro y fuera de la piscina.

2.1.3.2 Si el carril más cercano al borde de la piscina no tiene las características adecuadas para la realización de el evento, se debe utilizar el carril de al lado.

2.1.3.3 En caso de que la competición se realice en un solo carril, la zona de competición situada en el borde derecho (izquierdo) de la piscina, estará formada por tres carriles. El carril mas cercano al borde del a piscina ,estará reservado para el competidor. El carril inmediatamente situado a su izquierda (derecha) estará reservado a la asistencia y el siguiente de la izquierda (derecha) puede ser reservado para los operadores de vídeo autorizados y para los fotógrafos.

2.1.3.4 Se debe colocar una marca en forma de "T" de por lo menos 20 (veinte) cm de ancho, sobre el fondo de la piscina, a una distancia de dos metros del inicio y dos metros antes de la vuelta.

2.1.3.5 En las piscina de 50 metros, debe haber una línea central que indique el punto de los 25 (veinticinco) metros de la piscina.

2.1.3.6 Si el punto de la piscina, desde donde se realiza la salida de los competidores, es más profundo que 1,40 (uno punto cuarenta) metros, se debe equipar con una plataforma móvil para que el atleta pueda estar de pie.

2.1.4 Marcador e Instrumento de Medición

2.1.4.1 La medición de la distancia se realizará desde el punto en el que los atletas saquen fuera del agua sus vías respiratorias. La medición se hará mediante una cinta métrica colocada en el borde de la piscina.

2.1.4.2 Se pueden utilizar otros sistemas de medición electrónica automática, que hayan sido aprobado previamente por CMAS, o bién, que después de una solicitud de la federación organizadora, hayan sido aprobados por el juez principal.

2.1.5 Area de Calentamiento

2.1.5.1 Los carriles restantes a los definidos en el artículo 2.1.3.3, estarán a destinados a calentar.

2.1.3.2 El área de calentamiento está reservado para los atletas que se preparan para la competición bajo las órdenes del Juez de Calentamiento.

2.1.6 Pérdida de Conciéncia--Black Out

2.1.6.1 Una pérdida de control del motor conduce a la descalificación del atleta si no puede realizar el protocolo de validación.

2.1.6.2 Si el juez responsable decide que el atleta sufre una Pérdida de Conciéncia-Black Out, y que necesita ayuda, ordena a los asistentes de seguridad que saquen al atleta

(como mínimo sus vías aéreas), esto conlleva la descalificación y suspensión del atleta del evento actual y del resto de competición

2.1.7 Asistentes de los atletas

2.1.7.1 El atleta puede disponer de un asistente hasta la llamada de los últimos tres minutos, después de esta llamada nadie está permitido. El asistente debe abandonar el área de competición, tampoco puede permanecer en la zona de calentamiento.

2.1.7.2 El juez avisará al asistente una vez solo. Si continúa en el área de competición o calentamiento conllevará una penalización general para el atleta.

2.1.7.3 Solo el Juez principal puede autorizar una intervención del Capitán del equipo en caso de un problema técnico.

2.2 CUADRO DE JUECES Y DE PERSONAL ASISTENTE

2.2.1 General

2.2.1.1 Los jueces y el personal asistente deben tomar sus decisiones de manera autónoma y de manera independiente unos de los otros, a menos que se indique lo contrario en el reglamento,.

2.2.1.2 Los jueces y el personal organizador son los responsables de preparar y conducir la competición.

2.2.1.3 Composición del Cuadro de Jueces y de Personal Asistente.

El Cuadro estará formado por:

- Organizador
- Juez principal designado, para el Campeonato FEDAS, por el Departamento de Apnea de FEDAS
- Juez de Competición
- Juez de Calentamiento
- Asistente de superficie
- Asistente de salida
- Asistente médico
- Otros asistentes

2.2.2 Organizador

2.2.2.1 El Organizador:

- es el responsable de la preparación y la realización del evento.
- debe estar en contacto con el Juez Principal designado por FEDAS para resolver las dudas y preparar la competición de acuerdo a la normativa vigente.
- debe situar el Cuadro de Jueces y el personal organizador, con excepción del Juez Principal.
- debe preocuparse de que todo el material y aparatos necesarios para realizar la competición estén preparados y en su lugar según los planes previstos en la normativa específica vigente.

- puede designar el número de asistentes que les considere necesarios para acometer su misión correctamente.

2.2.3 Juez Principal

2.2.3.1 En los Campeonatos de FEDAS, el Juez Principal es designado por el Departamento de Apnea de FEDAS.

2.2.3.2 El Juez Principal tiene pleno control y autoridad sobre todos los demás jueces. Es el encargado de verificar sus posiciones y proporcionarles las instrucciones de las regulaciones particulares relativas a la competición.

2.2.3.3 Sus funciones són:

- Inspeccionar las instalaciones donde se desarrollara la competición.
- Controlar y aprobar la documentación de los participantes para verificar su idoneidad para poder participar en el evento.
- Controlar y aprobar los formularios de inscripción de los participantes y establecer el orden de inicio.
- Aprobar y firmar las clasificaciones antes de la publicación de los resultados

2.2.3.4 Asegurarse que los reglamentos y las decisiones de FEDAS son obedecidos y resolver todas las cuestiones relativas a la organización de la competición cuando el reglamento no ofrece ninguna solución.

2.2.3.5 Garantizar que todo el personal necesario para la correcta organización de la competición está en sus respectivas posiciones. Y de designar sustitutos para jueces ausentes, y de aquellos que son incapaces de llevar a cabo sus tareas. Podrá nombrar jueces suplementarios o personal asistente suplementario si lo considera necesario.

2.2.3.6 El Juez Principal da la señal de inicio después de asegurarse personalmente de que todos los miembros del cuadro de Jueces están preparados y en su lugar.

2.2.3.7 Puede tomar la decisión de falso inicio y volver a empezar el protocolo de inicio.

2.2.3.8 El Juez Principal tiene el derecho de cancelar o suspender la competición en los casos de fuerza mayor como condiciones meteorológicas muy desfavorables (en el caso de pruebas al aire libre) o si el emplazamiento de la competición no se ajusta a los requisitos de la normativa.

2.2.3.9 El Juez Principal puede descalificar cualquier atleta por cualquier violación del reglamento que él mismo observe o que le sea notificado por otro juez.

2.2.3.10 Es el responsable de comprobar los informes sobre los resultados.

2.2.3.11 Él es quién recibe las reclamaciones de los capitanes de los equipos participantes.

2.2.3.12 Verifica los resultados y comunica los resultados relacionados con las posiciones de podio y las composiciones de las finales.

2.2.3.13 Prepara el informe final de la competición.

2.2.4 Juez de Competición

2.2.4.1 El juez responsable del área de competición debe ubicarse en el borde de la

piscina.

2.2.4.2 Se recomienda que además del Juez de Competición, se designe un Juez Asistente en cada zona de competición.

2.2.4.3 Debe organizar la actividad de los otros jueces de su zona. Él es responsable de los cambios de jueces y asistentes en su zona.

2.2.4.4 Autoriza el inicio de la competición para cada atleta, supervisa el desarrollo de la prueba y coordina la evacuación de la zona de competición en cada actuación.

2.2.4.5 Es el encargado de vigilar al atleta durante toda su actuación incluidos los 30 (treinta) segundos del protocolo de validación, durante los cuales el atleta debe hacer el protocolo de OK.

2.2.4.5 Recibe las notas sobre las violaciones de reglas observadas por otros jueces con la posible propuesta de una sanción o descalificación que se debe llevar a la práctica.

2.2.4.6 Al final de la competición debe facilitar al Juez Principal el informe con las distancias logradas por los atletas, con las penalizaciones y anotaciones pertinentes, de su area de competición.

2.2.5 Juez de Calentamiento

2.2.5.1 El Juez de Calentamiento se hace responsable de los competidores y gestiona el calentamiento de los atletas en la zona de calentamiento. Si lo considera necesario puede solicitar un asistente de seguridad.

2.2.5.2 Comprueba que los competidores esperan su turno y siguiendo el orden de participación llama a los atletas.

2.2.5.3 Verifica el equipo del atleta : máscara, lastre, etc.

2.2.6 Asistente de Superficie

2.2.6.1 El Asistente de Superficie debe señalar cada giro correcto del atleta levantando un brazo.

2.2.6.2 El Asistente de Superficie debe señalar la salida del atleta a la superficie levantando un brazo.

2.2.6.3 El Asistente de Superficie debe señalar el punto en el que los atletas saquen fuera del agua sus vías respiratorias y conservar esta medición de la distancia conseguida por el atleta hasta que el Juez de Competición pueda aputarla.

2.2.7 Asistente de salida

2.2.7.1 Es el responsable de efectuar la cuenta atrás.

2.2.8 Asistencia Médica

2.2.8.1 La Asistencia Médica debe garantizar las primeras intervenciones de ayuda a los que sufren accidentes, dándoles la ayuda necesaria desde el inicio del accidente hasta el restablecimiento de las condiciones de salud en los centros de salud locales. El comunicado del equipo de asistencia médica, para el médico del centro de salud local, incluirá las causas y circunstancias del accidente del atleta.

2.2.8.2 La Asistencia Médica es designada por el Comité Organizador y son los responsables de controlar los aspectos médicos del evento.

2.2.8.3 El equipo médico que asista a una competición de apnea debe de ser experimentado. Debe ser capaz y disponer del equipo necesario para llevar a cabo las acciones de la RCP (Reanimación Cardio-Pulmonar) y los primeros auxilios de los cuales es responsable. Estará siempre en el área de competición durante el desarrollo de la misma.

2.2.8.4 El equipo del personal médico estar formado como mínimo por:

- Botiquín de primeros auxilios
- Una oxígeno-terapia completa y revisada
- Cualquier otro equipo que el personal médico considere necesario

2.2.9 Apneistas de Seguridad y otros Asistentes

2.2.9.1 Cada zona de competición y cada zona de calentamiento dispondrá de una apneista de seguridad como mínimo

2.2.9.2 Los apneistas de seguridad deben de tener conocimientos y experiencia suficiente para garantizar la seguridad de los atletas.

2.2.9.3 El Comité Organizador puede designar otros asistentes de la competición. El Juez Principal establece, las diferentes misiones que se asignará a cada asistente en particular.

3. SECCIÓN - III

3.1 DESARROLLO DE LAS COMPETICIONES

3.1.1 Inicio

3.1.1.1 Los atletas participantes deben presentarse una hora antes al Juez de Calentamiento para realizar el check-in.

3.1.1.2 30 (treinta) minutos antes del inicio de su cuenta atrás (3 (tres) minutos) los atletas deben estar a disposición del Juez de Calentamiento que informará de ello al Juez de Salida.

3.1.1.3 Antes de los últimos 30 (treinta) minutos, al atleta no se le permite entrar en la piscina.

3.1.1.4 Las salidas de atletas para cada campo de la competición se iniciará como mínimo cada 8 (ocho) minutos.

3.1.1.5 El Intento comienza cuando empiezan los tres últimos minutos antes del Oficial Top.

3.1.1.6 El atleta tendrá entonces 3 (tres) minutos para prepararse para sumergirse.

3.1.1.7 El controlador de salidas le recordará al atleta el tiempo de la siguiente manera: Últimos 3 minutos / 2 minutos / 1 minuto / 45 segundos / 30 segundos / 15 segundos / 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 / Oficial Top / +1, +2, +3, +4, +5, +6, +7, +8, +9, +10, +15, +20, +30.

El atleta solamente puede empezar desde el Oficial Top hasta los +30, en una ventana de treinta segundos. Si alguna de sus vías aéreas no está sumergida cuando se dice el +30, el atleta está descalificado. No está permitido iniciar la apnea antes del Oficial Top.

3.1.1.9 La cuenta atrás debe realizarse en castellano en los campeonatos nacionales.

3.1.2 Descenso

3.1.2.1 El atleta debe tener alguna parte de su cuerpo, o del equipo estrictamente vinculado a su cuerpo, en contacto con la pared de la piscina del punto de inicio, y debe empezar la fase de apnea antes de perder este contacto con esta pared.

3.1.2.2 Se permite que el atleta sentarse en el borde de la pared de la piscina en el punto de inicio y entrar en el agua desde esta posición. No está permitido saltar dentro del agua.

3.1.2.3 El atleta debe tocar, obligatoriamente, el borde de la piscina en cada vuelta, con una parte de su cuerpo o con su equipo, de lo contrario el atleta queda descalificado.

3.1.3 Recorrido Horizontal

3.1.3.1 Durante el resto del trayecto horizontal, el equipo o cualquier parte del cuerpo, pero no las vías respiratorias pueden salir de la superficie del agua. Nadar en superficie no está permitido.

3.1.3.2 Durante el recorrido horizontal, el atleta debe mantenerse dentro de su carril de competición. Si se desvía de su carril de competición conlleva una sanción. Se permiten desvíos parciales.

3.1.3.3 Cuando el atleta decide salir a la superficie, la medición se realiza desde el punto en que las vías respiratorias han salido fuera del agua.

3.1.3.4 Si quiere salir del agua en alguno de los bordes (de inicio o de fin), entonces primero debe tocar la pared y después salir. De lo contrario, la medición de la distancia conseguida será hecha desde el punto donde las vías respiratorias salgan fuera del agua.

3.1.3.5 Si quiere salir del agua justo después de girar en los bordes (de inicio o de fin), entonces primero debe tocar la pared, hacer el giro completo y luego sacar las vías respiratorias fuera del agua. De lo contrario, la medición del rendimiento se realizará como se define en el artículo 3.1.3.4

3.1.4 Ascenso

3.1.4.1 Al finalizar su prueba el atleta no debe ser ayudado o tocado por cualquier razón antes de su ejecutar el protocolo de validación, a menos que se encuentre en dificultades.

3.1.4.2 Los asistentes oficiales deben dar el atleta, cuando emerge a la superficie, un flotador que le ayudará a recuperarse mientras la sujeta.

3.1.4.3 Si el asistente toca el flotador para ayudar al atleta antes de que finalice el protocolo definido en el artículo 3.1.4.6 , el atleta es descalificado.

3.1.4.5 En caso de contacto accidental, queda a criterio del Juez Principal validar o no el intento.

3.1.4.6 Al final del intento, de vuelta en la superficie, el atleta tiene 30 (treinta) segundos para hacer el signo de OK. Durante estos 30 (treinta) segundos de duración del protocolo, debe mantenerse a flote, sujetandose al borde o al flotador sin necesidad de ayuda externa.

3.1.4.7 El atleta debe mantener la cabeza por encima de la superficie del agua durante los 30 segundos. Las vías aéreas y el nivel equivalente de los laterales y de la parte posterior de la cabeza deben estar por encima de la superficie del agua. Si hay una ola, la decisión se toma igual que en el Artículo 3.1.4.5.

3.1.4.8 Únicamente el atleta puede hablar durante el protocolo de validación.

3.1.4.9 El signo de OK debe realizarse en dirección al Juez de Competición de su zona de competición.

3.1.4.10 Si después del protocolo de validación el Juez de Competición considera que todo es correcto, le mostrará una tarjeta blanca al atleta.

3.1.4.11 Si el Juez de Competición considera que no puede tomar una decisión sin consultar a los otros jueces o visionar el video del intento, mostrará una tarjeta amarilla al atleta.

3.1.4.12 Si el Juez de Competición muestra una tarjeta roja, el intento no es válido (DQ)

3.1.4.13 En los campeonatos nacionales es obligatorio grabar en video todos los Intentos.

3.1.4.14 Los entrenadores, los atletas y los espectadores deben estar en silencio durante la realización del protocolo de validación por parte del atleta y durante su recuperación. En caso de incumplir este artículo, el Juez Principal puede expulsar al infractor de la zona de competición.

3.1.5 Celebración de la Competición

3.1.5.1 La orden para el desempeño de los atletas se obtendrá mediante la declaración (Durante la reunión técnica antes de la competición) de la distancia declarada. El atleta con el objetivo más corto será el primero en competir. Si hay varios atletas que declaran la misma distancia, se determinará el orden mediante sorteo efectuado por el Juez Principal.

Todos los competidores podrán hacer un intento. Al final de esta etapa, se establecerá una clasificación y se hará pública inmediatamente.

3.1.5.2 Si la distancia alcanzada (DA) es menor que la distancia declarada (DD), la distancia final será dada por DA menos la Distancia de Penalización ($DP = DD - DA$). También se aplica una penalización general (PG) en este caso.

Por ejemplo

$DD = 100$

$DA = 90$

$DP = (DD - DA) \text{ es } (100 - 90) = 10 \text{ metros}$

Distancia final: $90(DA) - 10(DP) - 5(PG) = 75 \text{ metros}$

3.1.5.3 En el caso de empate, el atleta que más se haya acercado a la marca declarada será el ganador. Si se mantiene el empate los atletas serán clasificados "ex aequo".

ANNEXO 1

Formularios de inscripción individuales

ANNEXO 2

Lista de los récords autonómicos.