

# CAMPEONATO DE CANARIAS APNEA INDOOR 2023

MUNICIPAL DE GUIA  
25-26 MARZO 2023

Escuela de Apnea Subzone freediving Gran Canaria  
Adaptación del "Reglamento general de apnea FEDAS" v. 2021/03  
Adaptación del "Reglamento de apnea indoor FEDAS" v. 2021/03





## ÍNDICE

<b>1.</b>	<b>REGLAS GENERALES</b>	<b>3</b>
1.1.	<b>Generalidades</b>	<b>4</b>
1.1.1.	Conceptos básicos	4
1.1.2.	Material y equipamiento	4
1.2	<b>Competición</b>	<b>5</b>
1.2.1	Oficialidad	5
1.2.2	Homologación de récords	5
1.2.3	Estructura	5
1.2.4	Descalificaciones	5
1.2.5	Penalizaciones	6
1.2.6	Reclamaciones	6
1.3	<b>Participantes</b>	<b>6</b>
1.3.1	Participantes en formato “Clasificatorio” (FEDECAS)	6
1.3.2	Participantes en formato “Open” (no FEDECAS)	6
1.4	<b>Cuadro de jueces y personal</b>	<b>7</b>
1.4.1	General	7
1.4.2	Organizador	7
1.4.3	Juez Principal	7
1.4.4	Juez de Competición	8
1.4.5	Juez de Calentamiento	8
1.4.6	Cronometradores	8
1.4.7	Asistente de inicio (Starter)	8
1.4.8	Asistencia Médica	8
1.4.9	Apneísta de Seguridad y otros asistentes	9
1.5	<b>Protocolos</b>	<b>9</b>
1.5.1	Protocolo de inicio	9
1.5.2	Salida/Protocolo de validación	9
1.5.3	Tarjetas	10
1.5.4	Palmarés y clasificación de las pruebas	10
<b>2</b>	<b>NORMAS ESPECÍFICAS PARA APNEA DINÁMICA</b>	<b>10</b>
2.2	<b>Organización de la prueba</b>	<b>10</b>
2.2.1	Piscina	10
2.2.2	Área de competición	10
2.2.3	Área de inicio	11



2.2.4	Instrumentos de medida.....	11
2.2.5	Área de calentamiento.....	11
2.2.6	Asistente/entrenador del atleta .....	11
<b>2.3</b>	<b>Desarrollo de la competición .....</b>	<b>11</b>
2.3.1	Inicio.....	11
2.3.2	Uso de aletas.....	11
2.3.3	Trayectoria horizontal.....	11
2.3.4	Salida/Validación de la prueba.....	12
2.3.5	Clasificación.....	12
<b>3</b>	<b>NORMAS ESPECÍFICAS PARA APNEA ESTÁTICA.....</b>	<b>12</b>
<b>3.1</b>	<b>Organización de la prueba .....</b>	<b>12</b>
3.1.1	Piscina .....	12
3.1.2	Área de competición.....	12
3.1.3	Asistente/entrenador del atleta .....	13
3.1.4	Cronometradores.....	13
<b>3.2</b>	<b>Desarrollo de la competición .....</b>	<b>13</b>
3.2.1	Apnea .....	13
3.2.2	Salida/Validación de la prueba.....	13
3.2.3	Clasificación.....	13

REVISADO Y APROBADO POR EL JUEZ PRINCIPAL

FIRMA:



## 1. REGLAS GENERALES

### 1.1. Generalidades

#### 1.1.1. Conceptos básicos

##### 1.1.1.1. Apnea

El término “apnea” designa una actividad deportiva en la que el atleta contiene su respiración manteniendo las vías respiratorias por debajo de la superficie del agua

##### 1.1.1.2. Competición, Disciplina, Modalidad, Prueba e Intento

- 1.1.1.2.1. **Competición:** el término “competición” se usa para nombrar un encuentro que puede incluir varias disciplinas y modalidades.
- 1.1.1.2.2. **Disciplina:** el término “disciplina” se usa para clasificar los diferentes tipos generales de apnea.
- 1.1.1.2.3. El término modalidad se usa para clasificar los diferentes tipos de propulsión (con su técnica asociada) utilizada para competir en una determinada disciplina.
- 1.1.1.2.4. **Prueba:** el término “prueba” indica cada uno de los concursos que componen una competición
- 1.1.1.2.5. **Intento:** el término “intento” designa la acción individual de cada atleta.
- 1.1.1.2.6. **Actuación:** el término “Actuación” indica el resultado del intento del atleta, medido en distancia o intervalo de tiempo.

##### 1.1.1.3. Tipos de patada (en apnea)

- 1.1.1.3.1. **Patada de delfín:** la “patada de delfín” es una patada en la que las piernas se mueven juntas arriba y abajo. La ejecución de un movimiento hacia arriba y hacia abajo constituye un ciclo.
- 1.1.1.3.2. **Patada de tijera:** la “patada de tijera” es una patada en la que las piernas se mueven alternativamente arriba y abajo, quedando en extremos opuestos al final de cada patada.

##### 1.1.1.4. Nadar (en apnea)

Impulsarse a sí mismo a través del agua mediante el movimiento de las extremidades.

#### 1.1.2. Material y equipamiento

##### 1.1.2.1. Material autorizado

- 1.1.2.1.1. Máscara o gafas de piscina.
- 1.1.2.1.2. Pinza nasal.
- 1.1.2.1.3. Bañador.
- 1.1.2.1.4. Monoaleta o bialetas (si están autorizadas en la modalidad). Cuando se usan aletas, éstas deben ser accionadas únicamente por la fuerza muscular del atleta, sin usar ningún tipo de mecanismo, ni siquiera si éste último es activado por los músculos.
- 1.1.2.1.5. Traje de apnea/buceo. En caso de que dicho traje no cubra la cabeza, será requisito indispensable utilizar el gorro de piscina que la organización entregará a cada participante.
- 1.1.2.1.6. Los atletas pueden usar su lastre personal. Si lo hacen, este tiene que presentar un sistema de zafado rápido y ha de llevarse por encima del traje. Los atletas tienen derecho a soltarlo durante su intento o durante el protocolo de validación.

##### 1.1.2.2. Publicidad

El equipamiento técnico utilizado durante la competición, salvo el dispuesto por la organización, solamente puede exhibir los siguientes elementos:

- 1.1.2.2.1. Marca del fabricante (el término “marca” alude a la indicación de un nombre, de un logotipo o de cualquier otro signo distintivo del fabricante del artículo).
- 1.1.2.2.2. Nombre o logotipo de la federación correspondiente.
- 1.1.2.2.3. Nombre y/o logotipo del Club.



## 1.2 Competición

### 1.2.1 Oficialidad

- 1.2.1.1 Esta competición tiene carácter oficial FEDECAS/FEDAS en base al cumplimiento de las siguientes condiciones:
- 1.2.1.2 Cumplimiento y aplicación del “Reglamento General de apnea” v.2021/03 FEDAS.
- 1.2.1.3 Cumplimiento y aplicación del “Reglamento de apnea indoor” v.2021/03 FEDAS.
- 1.2.1.4 El Juez Principal será Juez Nacional de Apnea Indoor 2 estrellas.
- 1.2.1.5 Los Jueces de Competición serán Jueces Nacionales de Apnea Indoor 1 estrella.

### 1.2.2 Homologación de récords

- 1.2.2.1 Se asegura la homologación de los récords obtenidos por los atletas en base al cumplimiento de las siguientes condiciones:
- 1.2.2.2 Homologación oficial del Campeonato como prueba FEDECAS/FEDAS.
- 1.2.2.3 Cumplimiento y aplicación de los “Procedimientos y Obligaciones Campeonatos FEDAS” v.2016/01 en lo dispuesto en su punto 1.8 “Campeonatos Autonómicos”.

### 1.2.3 Estructura

- 1.2.3.1 Este Campeonato de Canarias de Apnea en Piscina es una competición de clasificación individual por modalidades, clasificatoria para el Campeonato de España de Apnea Indoor. También podrá concurrirse a esta competición, además de en formato “Clasificatorio”, en formato “Open”; dando entrada a deportistas no FEDECAS. La competición se estructurará de la siguiente manera:

#### 1.2.3.2 Categorías

- 1.2.3.2.1 Se establecen dos únicas categorías de competición:
- 1.2.3.2.2 Femenina
- 1.2.3.2.3 Masculina

#### 1.2.3.3 Disciplinas y modalidades

- 1.2.3.3.1 Se establecen dos disciplinas con sus respectivas modalidades de competición:
- 1.2.3.3.2 **Apnea estática:** es una disciplina en la que el atleta tiene como objetivo realizar la duración máxima en “Apnea”. La apnea consiste en contener la respiración bajo la superficie del agua. Se establece una única modalidad con el nombre de la disciplina:
  - 1.2.3.3.2.1.1 **STA** – Apnea estática
- 1.2.3.3.3 **Apnea dinámica:** es la disciplina en la cual el atleta tiene por objeto cubrir la máxima distancia horizontal en apnea manteniendo el cuerpo bajo la superficie del agua. Se establecen tres modalidades según el método de propulsión utilizado:
  - 1.2.3.3.3.1.1 **DYN** – Apnea dinámica con Monoaleta (o bialeas utilizando patada de delfín).
  - 1.2.3.3.3.1.2 **DBF** – Apnea dinámica con bialeas (utilizando patada de tijera).
  - 1.2.3.3.3.1.3 **DNF** – Apnea dinámica sin aletas.

### 1.2.4 Descalificaciones

#### 1.2.4.1 DQ - Uso de oxígeno

- 1.2.4.1.1 El uso de oxígeno está estrictamente prohibido antes del intento. 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 FEDECAS/FEDAS por un periodo que definirán las propias federaciones.

#### 1.2.4.2 DQ - Pérdida de consciencia-Black Out (BO)

- 1.2.4.2.1 Una pérdida de control motor conduce a la descalificación del atleta si no puede realizar el protocolo de validación.
- 1.2.4.2.2 En caso de pérdida de consciencia – Black Out (BO), y/o si el juez responsable decide que el atleta necesita ayuda, éste ordenará a los asistentes de seguridad que saquen al atleta (como mínimo sus vías respiratorias). En ambos casos el atleta es declarado BO.
- 1.2.4.2.3 La declaración de BO a un/una atleta conlleva su descalificación y suspensión de la prueba actual y del resto de la competición que se realice ese día. Queda bajo la decisión del doctor/doctora de la competición considerar si el atleta en cuestión está en las condiciones adecuadas para seguir participando en el campeonato en días posteriores a la declaración de BO. En ningún caso podrán los deportistas seguir compitiendo el mismo día de la



declaración de BO. Por tanto, esta posibilidad de seguir compitiendo habiendo sufrido un BO, es solamente para campeonatos de dos o más jornadas.

### 1.2.5 Penalizaciones

- 1.2.5.1 Siempre que se incumpla una regla de manera definida con precisión en los correspondientes artículos, se aplicará una penalización general. En el caso de la apnea dinámica la penalización consiste en sustraer 3 (tres) metros de la actuación realizada por el atleta.
- 1.2.5.2 El incumplimiento de las reglas conlleva la descalificación salvo que (penalización o penalización general) se especifique lo contrario en el artículo correspondiente

### 1.2.6 Reclamaciones

- 1.2.6.1 Cada deportista tiene derecho a reclamar una decisión arbitral.
- 1.2.6.2 Toda reclamación deberá ir acompañada de 50 (cincuenta) euros en metálico en calidad de fianza.
- 1.2.6.3 La intención de reclamar debe notificarse verbalmente al Juez Principal. El reclamante dispone de 15 minutos de tiempo tras la realización de la prueba sobre la que va a reclamar para verbalizar la intención de presentar dicha reclamación.
- 1.2.6.4 La reclamación deberá presentarse finalmente por escrito ante el Juez Principal en un plazo tope de 30 (treinta) minutos tras la proclamación de los resultados provisionales de la prueba relacionada con esa reclamación.
- 1.2.6.5 El Juez Principal y el comité de jueces revisarán las reclamaciones presentadas correctamente en tiempo y forma cuando lo consideren oportuno en función del desarrollo de la competición. Según la prueba sobre la que se reclame, dicha protesta puede suponer el retraso de la entrega de medallas y la ceremonia de premiación.
- 1.2.6.6 La queja será considerada nula y sin valor y se retendrá la fianza si no se entrega por escrito ni en los plazos temporales señalados.
- 1.2.6.7 Si la reclamación es aceptada, el depósito en metálico será devuelto. En caso contrario, será retenido por el Comité de Jueces y, a través de la entidad organizadora, se emitirá un recibo o justificante de la recepción de esa cantidad dineraria.

## 1.3 Participantes

---

### 1.3.1 Participantes en formato “Clasificatorio” (FEDECAS)

#### 1.3.1.1 Requisitos generales

- 1.3.1.1.1 Ser mayor de 18 años.
- 1.3.1.1.2 Comprometerse al cumplimiento del presente Reglamento y de las Instrucciones de Inscripción de la competición.
- 1.3.1.1.3 Tener nacionalidad española.
- 1.3.1.1.4 En caso de ser extranjero, deberá demostrar que dispone de residencia fija o temporal en la comunidad autónoma de Canarias mediante la presentación, junto con la inscripción, del correspondiente certificado de empadronamiento.

#### 1.3.1.2 Requisitos deportivos

- 1.3.1.2.1 Todo atleta participante deberá estar en posesión de la correspondiente licencia federativa en vigor, al menos hasta la última jornada del campeonato, expedida u homologada por la Federación Canaria de Actividades Subacuáticas (FEDECAS).
- 1.3.1.2.2 En ningún caso serán válidas las licencias en proceso de tramitación.

#### 1.3.1.3 Requisitos médicos

- 1.3.1.3.1 Todo atleta participante deberá haber pasado el perceptivo reconocimiento médico que lo acredite como persona “Apta para la apnea” o “Apta para el buceo a pulmón libre”.
- 1.3.1.3.2 Dicho certificado médico deberá tener, como máximo, un año de antigüedad a fecha de la última jornada de la competición.
- 1.3.1.3.3 El certificado médico debe estar suscrito por un médico colegiado sobre documento oficial expedido por el Ilustre Colegio de Médicos.

### 1.3.2 Participantes en formato “Open” (no FEDECAS)

#### 1.3.2.1 Requisitos generales

- 1.3.2.1.1 Ser mayor de 18 años.
- 1.3.2.1.2 Comprometerse al cumplimiento del presente Reglamento y de las Instrucciones de Inscripción de la competición.



### 1.3.2.2 Requisitos deportivos

- 1.3.2.2.1 Todo atleta participante deberá estar en posesión de la correspondiente licencia federativa en vigor, al menos hasta la última jornada del campeonato, expedida u homologada por cualquier federación autonómica adherida a FEDAS o por cualquier otra federación adherida, directa o indirectamente a la CMAS.
- 1.3.2.2.2 En ningún caso serán válidas las licencias en proceso de tramitación.
- 1.3.2.2.3

### 1.3.2.3 Requisitos médicos

- 1.3.2.3.1 Todo atleta participante deberá haber pasado el perceptivo reconocimiento médico que lo acredite como persona "Apta para la apnea" o "Apta para el buceo a pulmón libre".
- 1.3.2.3.2 Dicho certificado médico deberá tener, como máximo, un año de antigüedad a fecha de la última jornada de la competición.

## 1.4 Cuadro de jueces y personal

---

### 1.4.1 General

- 1.4.1.1 Los jueces y el personal tomarán sus decisiones de manera autónoma y, a menos que se indique lo contrario en el reglamento, de manera independiente los unos de los otros.
- 1.4.1.2 Los jueces y el personal de la organización son los responsables de preparar y conducir la competición.
- 1.4.1.3 Composición del cuadro de jueces y personal:
  - 1.4.1.3.1 Organizador
  - 1.4.1.3.2 Juez Principal
  - 1.4.1.3.3 Juez de Competición
  - 1.4.1.3.4 Juez de Calentamiento
  - 1.4.1.3.5 Cronometradores
  - 1.4.1.3.6 Asistente de inicio (Starter)
  - 1.4.1.3.7 Asistente médico
  - 1.4.1.3.8 Otros asistentes

### 1.4.2 Organizador

- 1.4.2.1 La escuela de Apnea Subzone Freediving Gran Canaria en calidad de entidad organizadora y en colaboración con el Club de Actividades Subacuáticas Innoceana.
- 1.4.2.2 Será el responsable de la preparación y la realización del evento
- 1.4.2.3 Estará en contacto con el Juez Principal para resolver dudas y preparar la competición de acuerdo a la normativa vigente.
- 1.4.2.4 Colocará el cuadro de jueces y colaboradores salvo el Juez Principal, que será designado por la federación.
- 1.4.2.5 Se preocupará 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 vigente.
- 1.4.2.6 Designará el número de asistentes que considere necesarios para acometer su misión correctamente.

### 1.4.3 Juez Principal

- 1.4.3.1 En este campeonato homologado FEDECAS/FEDAS, el Juez Principal será designado por el Departamento de Apnea de FEDECAS/FEDAS y será el representante de éstas en caso de que no estén presentes el presidente del Departamento de Apnea o su portavoz. Será Juez Nacional 2 estrellas.
- 1.4.3.2 Tendrá pleno control y autoridad sobre los demás jueces. Se encargará de verificar sus posiciones y proporcionarles instrucciones de las regulaciones particulares relativas a la competición.
- 1.4.3.3 Inspeccionará las instalaciones donde se desarrollará la competición.
- 1.4.3.4 Controlará y aprobará la documentación de los participantes para verificar su idoneidad para poder participar en el evento.
- 1.4.3.5 Controlará y aprobará los formularios de inscripción de los participantes y establecerá el orden de inicio.
- 1.4.3.6 Aprobará y firmará las clasificaciones antes de la publicación de los resultados.
- 1.4.3.7 Se asegurará de que los reglamentos y las decisiones de FEDECAS/FEDAS son obedecidos y resolverá todas las cuestiones relativas a la organización de la competición cuando el reglamento no ofrezca ninguna solución.
- 1.4.3.8 Garantizará 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 sean incapaces de llevar a cabo sus tareas. Podrá nombrar jueces suplementarios o personal asistente suplementario si lo considera necesario.
- 1.4.3.9 Dará la señal de inicio después de asegurarse personalmente de que todos los miembros del cuadro de jueces están preparados y en su lugar.
- 1.4.3.10 Podrá tomar la decisión de falso inicio y recomenzar el protocolo de inicio.
- 1.4.3.11 Tendrá derecho a 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. En caso de realizar la prueba al aire libre, la decisión de suspender la competición se tomará conjuntamente con el responsable del protocolo de seguridad.

- 1.4.3.12 Podrá descalificar a cualquier participante por cualquier incumplimiento del reglamento que haya observado o le haya notificado otro juez.
- 1.4.3.13 Será quien reciba las reclamaciones de los participantes.
- 1.4.3.14 Verificará los resultados y comunicará los resultados relacionados con las posiciones de podio y las composiciones de las finales.
- 1.4.3.15 Preparará el acta final de la competición.

#### 1.4.4 Juez de Competición

- 1.4.4.1 Será Juez Nacional de Apnea Indoor1 estrella.
- 1.4.4.2 Será responsable del área de competición que se le asigne y se ubicará en el borde de la piscina.
- 1.4.4.3 Podrán designarse, además, Jueces Asistentes para cada área de competición.
- 1.4.4.4 Organizará la actividad de los otros jueces de su zona y será responsable de los cambios de jueces y asistentes en ella.
- 1.4.4.5 Autorizará el inicio de la prueba para casa atleta, supervisará el desarrollo de la prueba y coordinará la evacuación de la zona de competición tras cada actuación.
- 1.4.4.6 Se encargará de vigilar al atleta durante toda su actuación incluidos los 20 (veinte) segundos de protocolo de validación, durante los cuales el atleta debe hacer el protocolo de OK.
- 1.4.4.7 Recibirá las notas sobre las violaciones de reglas observadas por otros jueces con la posible propuesta de sanción o descalificación que se debe llevar a la práctica.
- 1.4.4.8 Al final de la prueba debe facilitar al Juez Principal el informe de su área de competición con los tiempos logrados por los atletas, con las penalizaciones y anotaciones pertinentes.
- 1.4.4.9 Ayudará al Juez Principal con el listado de los resultados finales.

#### 1.4.5 Juez de Calentamiento

- 1.4.5.1 El Juez de Calentamiento se hará responsable de los competidores y gestionará el calentamiento de los atletas en la zona de calentamiento. Si lo considera necesario podrá solicitar un asistente de seguridad.
- 1.4.5.2 Comprobará que los competidores esperan su turno siguiendo los horarios establecidos.
- 1.4.5.3 Verificará el equipo del atleta: máscara, zafado rápido, etc.

#### 1.4.6 Cronometradores

- 1.4.6.1 Registrarán los tiempos de los atletas de los que son responsables. Utilizarán sólo cronómetros aprobados por el Juez Principal.
- 1.4.6.2 Iniciarán el cronómetro cuando el atleta sumerja todas sus vías respiratorias y lo detendrán cuando el atleta emerja alguna de sus vías respiratorias del agua. Inmediatamente después del intento deberán mostrar sus cronómetros al Juez de Competición de su zona de competición.
- 1.4.6.3 No restablecerán sus cronómetros a cero antes de que el Juez de Competición de su zona les autorice.
- 1.4.6.4 En cada zona de competición se colocarán de 1 (uno) a 3 (tres) cronometradores.

#### 1.4.7 Asistente de inicio (Starter)

- 1.4.7.1 Informará al atleta de que debe ir al área de competición.
- 1.4.7.2 Será el responsable de efectuar la cuenta atrás.
- 1.4.7.3 Dispondrá de un megáfono/micrófono para dar órdenes verbales.

#### 1.4.8 Asistencia Médica

- 1.4.8.1 Garantizará las primeras intervenciones de ayuda a los que sufran accidentes, dándoles la ayuda necesaria desde el inicio del accidente hasta el restablecimiento de las condiciones de salud en los centros de salud locales (o hasta que sea relevada por los equipos de emergencia). El comunicado del equipo de asistencia médica para el médico del centro de salud local incluirá las causas y circunstancias del accidente del atleta.
- 1.4.8.2 Será designada por la organización y es la responsable de controlar los aspectos médicos del evento.
- 1.4.8.3 El equipo médico será experimentado. Será capaz y dispondrá del equipo necesario para llevar a cabo las acciones de RCP (Reanimación Cardiopulmonar) y los primeros auxilios, de los cuales será responsable. Estará siempre en el área de competición durante el desarrollo de la misma.
- 1.4.8.4 El equipo del personal médico estará formado como mínimo por:
  - 1.4.8.4.1 Botiquín de primeros auxilios
  - 1.4.8.4.2 Oxigenoterapia completa y revisada.
  - 1.4.8.4.3 Cualquier otro equipo que el personal médico considere necesario.





#### 1.4.9 Apneísta de Seguridad y otros asistentes

- 1.4.9.1 Cada zona de competición y cada zona de calentamiento dispondrá de un apneísta de seguridad como mínimo.
- 1.4.9.2 Tendrán conocimientos y experiencia suficiente para garantizar la seguridad de los atletas.
- 1.4.9.3 El organizador podrá designar otros asistentes de la competición. El Juez Principal establecerá las diferentes misiones que se asignará a cada asistente en particular.

### 1.5 Protocolos

---

#### 1.5.1 Protocolo de inicio

- 1.5.1.1 Los deportistas admitidos a la competición deberán estar presentes una hora antes en el lugar definido previamente por el juez principal y hacer el correspondiente “check” ante el miembro de la organización designado. Según el diseño de la organización, ese “check” de los atletas será una hora antes de su hora de competición o cuando el juez principal considere según la necesidad de organización.
- 1.5.1.2 El atleta deberá presentarse al juez de calentamiento 45 minutos antes de su hora de inicio de competición (de los últimos tres minutos). El atleta no está obligado a realizar el calentamiento, pero sí a informar de su decisión al respecto al juez de calentamiento, quien a su vez lo comunicará al juez de salida.
- 1.5.1.3 En el período de calentamiento (“warm up”) que comprende los 45 minutos previos al inicio del descuento oficial de la prueba del atleta. Por tanto, el conocido como “warm up” tiene una duración de 45 minutos, tiempo del que dispone el atleta para prepararse.
- 1.5.1.4 Sólo en el periodo de los últimos 45 (cuarenta y cinco) minutos antes de su inicio, el atleta está autorizado a entrar al agua.
- 1.5.1.5 Los atletas que compitan en diferentes rondas lo harán en intervalos de 5 (cinco) minutos como mínimo.
- 1.5.1.6 Los atletas que compitan en una misma ronda lo harán en diferentes carriles de competición e iniciarán la competición al mismo tiempo.
- 1.5.1.7 El intento comienza cuando el juez informa al atleta que debe ir a la zona de inicio.
- 1.5.1.8 El atleta tendrá 3 (tres) minutos para prepararse para la inmersión. Si el punto de inicio está libre del anterior competidor, el atleta puede entrar antes preguntando al juez y recibiendo su autorización.
- 1.5.1.9 El Asistente de Inicio (Starter) anunciará el tiempo a los atletas de la siguiente manera:
  - Últimos 3 minutos.
  - 2 minutos.
  - 1,5 minutos.
  - 1 minuto.
  - 30 segundos.
  - 20 segundos.
  - 10 segundos.
  - 5, 4, 3, 2, 1...
  - TOP TIME.
  - +10 segundos.
  - +20 segundos.
  - +25, 26, 27, 28, 29, 30.
- 1.5.1.10 El atleta puede comenzar desde el TOP TIME hasta los +30 segundos (ventana de 30 segundos). Si las vías respiratorias no están en el agua a la cuenta de +30 segundos, es descalificado.
- 1.5.1.11 El atleta no está autorizado a comenzar antes del TOP TIME. De lo contrario será descalificado.
- 1.5.1.12 En cualquier modalidad, el atleta puede poner su boca bajo el agua y puede exhalar o no, por un máximo de 3 (tres) segundos, varias veces como parte de un tipo de calentamiento.
- 1.5.1.13 La cuenta atrás será anunciada en castellano.

#### 1.5.2 Salida/Protocolo de validación

- 1.5.2.1 Al final del intento, el atleta puede empujar el fondo de la piscina para ascender a la superficie.
- 1.5.2.2 Inmediatamente después de que las vías respiratorias del atleta salgan a la superficie, comienza el protocolo y el conteo de 20 (veinte) segundos.
- 1.5.2.3 Cuando el atleta está en la superficie, durante el conteo de 20 (veinte) segundos que empieza de salir a la superficie, el atleta debe completar el protocolo de validación (señal de OK convencional de las actividades subacuáticas, tal como los dos primeros dedos haciendo un círculo y los otros alzados) en dirección al juez, que estará en la cubierta de la piscina.
- 1.5.2.4 El atleta no puede sostenerse en el borde de la piscina en todas las modalidades de apnea dinámica (DYN, DBF, DNF) y debe mantenerse flotando, agarrado a la corchera del carril sin necesidad de asistencia externa para todas las modalidades excepto la STA.
- 1.5.2.5 En el caso de un toque accidental (sin agarrar), la decisión dependerá del Juez Principal.



- 1.5.2.6 Se permite utilizar el borde de la piscina en la modalidad de STA.
- 1.5.2.7 El atleta debe mantener la cabeza sobre la superficie. Las vías respiratorias y el nivel equivalente de los lados (más o menos desde la mitad de las orejas) y continuando por la parte posterior de la cabeza, deben estar por encima de la superficie del agua.
- 1.5.2.8 Durante el protocolo, la cabeza del atleta (como definido anteriormente) no puede estar en contacto con la corchera o con cualquier parte del cuerpo como manos, brazos, etc. Para obtener apoyo/ayuda. Si es el caso, el juez pedirá al asistente de seguridad sostener/ayudar al atleta, lo cual conlleva su descalificación.
- 1.5.2.9 Para la validación del protocolo de superficie será necesaria la atención de un Juez de Competición autorizado por el Juez Principal.
- 1.5.2.10 El atleta puede hablar durante el protocolo, pero su asistente/entrenador no.
- 1.5.2.11 Si el atleta es tocado accidentalmente por las personas de la organización, la decisión última sobre si este acto es de ayuda o no, se hará por parte del Juez Principal.
- 1.5.2.12 La organización se reserva la posibilidad de utilización de video arbitraje. Se considera que el atleta consiente a la grabación de su actuación al inscribirse en la competición.
- 1.5.2.13 La gente alrededor y los espectadores (si los hubiera) deben permanecer tranquilos y silenciosos durante el protocolo de superficie y la recuperación del atleta. En caso de incumplimiento de este punto, el Juez Principal puede decidir desalojar a la gente / miembros del equipo del área de competición.
- 1.5.2.14 Cualquier tipo de gritos o ayuda de los asistentes/entrenadores o miembros del equipo del atleta conduce a la descalificación del mismo.

### 1.5.3 Tarjetas

- 1.5.3.1 **Tarjeta blanca:** si todo es válido (de acuerdo al Juez de Competición), el Juez mostrará al atleta una tarjeta blanca.
- 1.5.3.2 **Tarjeta amarilla:** si se muestra una tarjeta amarilla, quiere decir que algo puede haber ido mal; podría significar una penalización o una descalificación. En este caso, la decisión de los jueces se conocerá a través de los resultados provisionales.
- 1.5.3.3 **Tarjeta roja:** si se muestra una tarjeta roja, la actuación no es válida (DQ).

### 1.5.4 Palmarés y clasificación de las pruebas

- 1.5.4.1 La lista de inicio será de hombres y mujeres indistintamente (a menos que se acuerde lo contrario en reunión técnica).
- 1.5.4.2 Los atletas con el menor tiempo o distancia anunciados competirán primero, mientras que los atletas con el mayor tiempo o distancia más larga competirán los últimos. Este orden se puede cambiar según los requisitos del Juez Principal.
- 1.5.4.3 Todos los competidores harán un intento. Al final de la prueba se establecerá una clasificación y se publicará inmediatamente.
- 1.5.4.4 En caso de empate, los atletas serán clasificados *ex aequo*.
- 1.5.4.5 Los títulos de "Campeón de Canarias" o "Campeona de Canarias", de las diferentes modalidades (STA, DYN, DBF y DNF), se asignarán a los atletas que compitan en formato "Clasificatorio" que ostenten las mejores marcas finales en las categorías masculina y femenina respectivamente. En ningún caso recaerán, dichos títulos, en atletas que compitan en formato "Open".

## 2 NORMAS ESPECÍFICAS PARA APNEA DINÁMICA

### 2.2 Organización de la prueba

#### 2.2.1 Piscina

- 2.2.1.1 Las pruebas de las diferentes modalidades de apnea dinámica tendrán lugar en la piscina cubierta de 25 (veinticinco) metros del Complejo Deportivo David Jiménez Silva, cedida por el Ilustre Ayuntamiento de Mogán para el desarrollo de esta competición.
- 2.2.1.2 Las medidas de la piscina serán verificadas y validadas por el Juez Principal.

#### 2.2.2 Área de competición

- 2.2.2.1 Se podrán instalar hasta 4 (cuatro) áreas de competición en la piscina, todas las calles asegurarán igualdad de condiciones para los deportistas.
- 2.2.2.2 Los dos carriles externos a cada lado de la piscina podrán estar permitidos como áreas de competición. Es obligatorio disponer de corchera a ambos lados de la zona de competición, no se permite la salida por el borde.
- 2.2.2.3 Si el carril más cercano al borde de la piscina tuviese características indeseables para la realización de la prueba, podrá utilizarse el siguiente carril.



- 2.2.2.4 Con el fin de ayudar a los jueces en sus decisiones, un operador de video oficial de la prueba podrá estar presente grabando toda la actuación del atleta desde la superficie y, si técnicamente es posible, otro subacuático.
- 2.2.2.5 Una marca en forma de "T" de al menos 20 (veinte) centímetros de ancho estará presente en el fondo de la piscina, a una distancia de 2 (dos) metros desde la salida y a 2 (dos) metros antes del giro.
- 2.2.2.6 Habrá una línea central que indique el 25º (vigésimoquinto) metro de la piscina.

### 2.2.3 Área de inicio

- 2.2.3.1 El área de inicio estará claramente marcada dentro y fuera de la piscina.
- 2.2.3.2 Si el área de inicio de la piscina fuese más profunda de 1,40 (uno coma cuarenta) metros, se instalará una plataforma móvil para que el atleta pueda estar de pie.

### 2.2.4 Instrumentos de medida

- 2.2.4.1 La medición de la distancia se realizará desde el punto donde las vías respiratorias del atleta emerjan y la medición se hará con una cinta métrica puesta en el borde de la piscina.
- 2.2.4.2 Podrán utilizarse otros sistemas de medición electrónica automática siempre que hayan sido aprobados de antemano por FEDECAS/FEDAS o hayan sido montados a solicitud de la federación y aprobados por el Juez Principal.

### 2.2.5 Área de calentamiento

- 2.2.5.1 El resto de los carriles estarán dedicados al calentamiento.
- 2.2.5.2 El área de calentamiento estará reservada para los atletas que se preparan para la competición bajo las órdenes del Juez de Calentamiento.

### 2.2.6 Asistente/entrenador del atleta

- 2.2.6.1 El atleta puede tener únicamente un asistente/entrenador hasta la llamada de los últimos 3 (tres) minutos, después de lo cual no se le permite estar acompañado. El asistente/entrenador abandonará la zona de competición. El juez advertirá al asistente/entrenador una única vez.
- 2.2.6.2 Si el asistente/entrenador continúa en la zona de competición tras la advertencia del juez, este incumplimiento conducirá a una penalización general al atleta.
- 2.2.6.3 Sólo el Juez Principal puede permitir que el asistente/entrenador intervenga en caso de problema técnico.

## 2.3 Desarrollo de la competición

---

### 2.3.1 Inicio

- 2.3.1.1 En cualquier modalidad, el atleta puede poner su boca bajo el agua y puede exhalar varias veces durante el calentamiento.
- 2.3.1.2 El atleta debe empezar tocando la pared de la piscina con cualquier parte del cuerpo o las aletas (cualquier parte de las aletas).
- 2.3.1.3 Se permite que el atleta toque la pared después de que las vías respiratorias se hayan sumergido, si no estaba en contacto con la pared durante la inmersión.
- 2.3.1.4 El atleta está obligado a tocar el borde de la piscina en cada viraje con alguna parte de su cuerpo o las aletas (cualquier parte de las aletas)

### 2.3.2 Uso de aletas

- 2.3.2.1 En la prueba de modalidad DYN el atleta puede usar una monoaleta o bialetas (con técnica de patada de delfín).
- 2.3.2.2 En la prueba de modalidad DBF se utilizarán bialetas y, además del material, importa el estilo de nado: no se permite ninguna patada de delfín excepto en la zona de 3 metros a la salida o viraje. Si el atleta practica una patada de delfín, se le aplicará una penalización general por cada ciclo (un ciclo es de arriba abajo).

### 2.3.3 Trayectoria horizontal

- 2.3.3.1 Durante la actuación, el equipo o cualquier parte del cuerpo, pero no las vías respiratorias, pueden salir a la superficie del agua.
- 2.3.3.2 No se permite nadar en la superficie. De lo contrario, se aplicará una penalización general.
- 2.3.3.3 El atleta debe mantenerse dentro del carril de competición, se aplicará una penalización general en caso de incumplimiento. Las salidas parciales están permitidas.
- 2.3.3.4 La marca final se medirá desde el punto donde las vías respiratorias emerjan del agua.
- 2.3.3.5 Si el atleta emerge en los bordes (paredes de inicio y viraje), se dan tres casos posibles:



- 2.3.3.5.1 Si las vías respiratorias emergen antes de que el atleta haya tocado la pared, se hará la medición de la marca desde el punto donde las vías respiratorias hayan salido del agua y la marca final será menor que el múltiplo de la longitud de la piscina.
- 2.3.3.5.2 Si el atleta toca la pared y sale después, la marca será un múltiplo exacto de la longitud de la piscina (es decir, 25m, 150m, 175m, etc.)
- 2.3.3.5.3 Si el atleta toca la pared, realiza un viraje completo con los hombros y, entonces, emerge; la medición de la marca se hará desde el punto donde las vías respiratorias salgan del agua y la marca final será mayor que el múltiplo de la longitud de la piscina.

#### 2.3.4 Salida/Validación de la prueba

- 2.3.4.1 Al final del intento, los asistentes oficiales pueden ayudar al atleta, dándole una boya (u otro elemento de flotación) para que se apoye mientras se recupera.
- 2.3.4.2 Para que su actuación sea válida, el atleta debe completar el protocolo de validación.
- 2.3.4.3 El atleta no puede ser ayudado o tocado bajo ningún motivo o de ninguna manera antes de finalizar el protocolo de validación a menos que esté en problemas.

#### 2.3.5 Clasificación

- 2.3.5.1 Si la marca realizada (MR) es menor que la marca anunciada (MA), se aplicará una penalización de distancia de 1 (un) metro por metro de diferencia y se añade a la penalización general. La penalización de distancia será igual a MA menos MR (MA-MR). La marca final se calculará como sigue:
  - 2.3.5.1.1  $\text{Marca Final} = \text{Marca Realizada} - \text{Penalización de distancia} - \text{Penalización general}$
  - 2.3.5.1.2 Por ejemplo, un atleta ha anunciado 102m y ha realizado 91m durante la prueba incurriendo en una penalización general:
    - 2.3.5.1.2.1  $\text{MA} = 102 \text{ m.}$
    - 2.3.5.1.2.2  $\text{MR} = 91 \text{ m.}$
    - 2.3.5.1.2.3 La penalización de distancia es  $(\text{MA}-\text{MR}) = 102-91 = 11$  metros.
    - 2.3.5.1.2.4 La marca final será  $91 - 11$  (penalización de distancia)  $- 3$  (penalización general)  $= 77$  metros.
- 2.3.5.2 En caso de empate los atletas serán declarados *ex aequo*.
- 2.3.5.3 Los títulos de "Campeón de Canarias" o "Campeona de Canarias", de las diferentes modalidades (DYN, DBF y DNF), se asignarán a los atletas que compitan en formato "Clasificatorio" que ostenten las mejores marcas finales en las categorías masculina y femenina respectivamente. En ningún caso recaerán, dichos títulos, en atletas que compitan en formato "Open".

## 3 NORMAS ESPECÍFICAS PARA APNEA ESTÁTICA

### 3.1 Organización de la prueba

#### 3.1.1 Piscina

- 3.1.1.1 La prueba de la modalidad STA podrá tener lugar en las piscinas cubiertas de hidroterapia o de 25 (veinticinco) metros del Complejo Deportivo Piscina Municipal Sta M<sup>a</sup> Guía, cedida por el Ilustre Ayuntamiento de Guía para el desarrollo de esta competición; en función de las necesidades organizativas.
- 3.1.1.2 La piscina será verificada y validada por el Juez Principal.

#### 3.1.2 Área de competición

- 3.1.2.1 De los dos carriles cerca del borde, uno se utilizará para la competición, mientras que los restantes estarán reservados a los asistentes que garantizan la seguridad y al calentamiento de los atletas.
- 3.1.2.2 Sólo se podrá permitir público fuera del área de competición.
- 3.1.2.3 Con el fin de ayudar a los jueces en sus decisiones, un operador de vídeo oficial de la prueba podrá estar presente grabando toda la actuación del atleta desde la superficie, incluyendo la entrada y salida del agua y el protocolo de validación.



### 3.1.3 Asistente/entrenador del atleta

- 3.1.3.1 El atleta sólo podrá tener un asistente/entrenador en el borde o dentro de la piscina para ayudarle durante el intento.
- 3.1.3.2 Este asistente/entrenador podrá quedarse con el atleta en la zona de competición y en la piscina, pero no debe gritar, hablar, tocar o hacer gestos para asistir o ayudar al atleta durante el protocolo de OK. El incumplimiento de este punto conllevará la descalificación del atleta.

### 3.1.4 Cronometradores

- 3.1.4.1 Los cronometradores iniciarán sus cronómetros en el momento en el que el atleta sumerja las vías respiratorias tras el TOP TIME, y los detendrán en el momento exacto en el que las vías respiratorias emerjan fuera de la superficie del agua.
- 3.1.4.2 Inmediatamente después de la prueba, anotarán la marca de tiempo mostrada por sus cronómetros en la ficha de tiempos que entregan al cronometrador principal. Al mismo tiempo, mostrarán sus cronómetros para control.

## 3.2 Desarrollo de la competición

---

### 3.2.1 Apnea

- 3.2.1.1 Durante el procedimiento de la apnea, el atleta estará bajo la supervisión del Juez de Competición y el Apneísta de Seguridad.
- 3.2.1.2 El procedimiento de control de seguridad consistirá en la comunicación entre el Apneísta de Seguridad y el atleta a intervalos regulares de tiempo durante la apnea. La indicación al Apneísta de Seguridad de dar el toque será del Juez de Competición.
- 3.2.1.3 La señal del Apneísta de Seguridad y la respuesta del atleta deben ser acordadas entre los dos antes del comienzo del intento.
- 3.2.1.4 La primera señal debería darse un minuto antes del tiempo declarado (marca anunciada); la segunda, 30 (treinta) segundos antes de lo declarado; la tercera, a los 15 (quince) segundos antes de lo declarado y la última, en el tiempo declarado. A partir de ahí, si la apnea continúa más allá de lo declarado, las señales se dan a intervalos de 15 (quince) segundos.
- 3.2.1.5 Si el tiempo declarado no es múltiplo entero de medios minutos, el tiempo de la primera señal se obtiene redondeando este al medio minuto anterior, anticipando así el momento de la primera señal. El Juez de Competición debe recordárselo al atleta antes de su intento.
- 3.2.1.6 Si el atleta no responde a la señal del Apneísta de Seguridad con la respuesta adecuada, el Apneísta deberá tocar al atleta una vez más. Si el atleta persiste en no responder, el juez interrumpirá la prueba y ordenará sacar al atleta a la superficie, descalificándole por BO.

### 3.2.2 Salida/Validación de la prueba

- 3.2.2.1 Al final del intento, el atleta no puede ser ayudado o tocado bajo ningún motivo o de ninguna manera antes de finalizar el protocolo de validación, a menos que esté en problemas.
- 3.2.2.2 El atleta puede apoyarse en la corchera o en el borde de la piscina.
- 3.2.2.3 Para que su actuación sea válida, el atleta debe completar el protocolo de validación.

### 3.2.3 Clasificación

- 3.2.3.1 La marca realizada (MR) por el atleta, o tiempo efectivo de apnea, se calcula haciendo una media entre los tiempos registrados por los cronometradores.
- 3.2.3.2 El tiempo usado para la clasificación de los atletas es el tiempo efectivo de la apnea, siempre que este último sea mayor o igual al tiempo declarado, o marca anunciada (MA).
- 3.2.3.3 Si la marca realizada (MR) es menor que la marca anunciada (MA), se aplicará una penalización de tiempo que será igual a MA menos MR (MA-MR). La marca final se calculará como sigue:
  - 3.2.3.3.1  $\text{Marca Final} = \text{Marca Realizada} - \text{Penalización de tiempo}$
  - 3.2.3.3.2 Por ejemplo, un atleta ha anunciado un tiempo de 4 minutos y 15 segundos (4'15") y, durante la prueba, su tiempo efectivo de apnea es de 3 minutos y 47 segundos (3'47"):
    - MA = 4'15".
    - MR = 3'47".
    - La penalización de tiempo es (MA-MR) = 4'15" - 3'47" = 28".
    - La marca final será 3'47" - 28" (penalización de tiempo) = 3'19".
- 3.2.3.4 En caso de empate los atletas serán declarados *ex aequo*.



- 3.2.3.5 Los títulos de “Campeón de Canarias” o “Campeona de Canarias”, de la modalidad STA, se asignarán a los atletas que compitan en formato “Clasificatorio” que ostenten las mejores marcas finales en las categorías masculina y femenina respectivamente. En ningún caso recaerán, dichos títulos, en atletas que compitan en formato “Open”.

**- FINAL DEL DOCUMENTO-**