



TÍTULO I. GENERALIDADES

1. Definiciones

- 1.1. **Apnea.** En el ámbito deportivo de las actividades subacuáticas, apnea es cualquier modalidad de buceo que no implique el uso de aparatos o mecanismos que nos proporcionen aire o cualquier mezcla de gases para respirar.
- 1.2. Como deporte, se diferencian diferentes disciplinas de competición:
 - **El descenso en peso constante con/sin aletas.** Se persigue alcanzar la máxima profundidad con la única ayuda de los propios recursos físicos del atleta y sin posibilidad de soltar lastre durante la prueba. Existen versiones con y sin aletas o monoaleta.
 - **La apnea dinámica con/sin aletas.** Se persigue recorrer la máxima distancia horizontal con el cuerpo totalmente sumergido sobre un fondo uniforme y sin posibilidad de soltar lastre durante la prueba. Existen versiones con y sin aletas o monoaleta.
 - **La apnea estática.** Se persigue suspender la ventilación pulmonar el máximo espacio de tiempo posible. La inmersión/emersión de las vías respiratorias establece el inicio y el final.
 - **El jump blue.** Se persigue recorrer la máxima distancia horizontal posible con el cuerpo totalmente sumergido sobre un cabo guía situado a 10 metros de profundidad y dispuesto en forma de cuadrilátero de 15 metros de lado.
 - **La inmersión libre.** Se persigue alcanzar la máxima profundidad con la única ayuda de los propios recursos físicos del atleta, sin aletas o monoaleta, sin posibilidad de soltar lastre durante la prueba, pudiendo, en todo momento, impulsarse tirando del cabo-guía.
 - **La apnea de velocidad-resistencia.** Se persigue cubrir una distancia horizontal fija en el menor tiempo posible. Existen versiones con y sin aletas o monoaleta.
- 1.3. Se podrán incorporar otras disciplinas reconocidas por la CMAS, siguiendo sus reglamentos.
- 1.4. Uso del pronombre masculino. En el presente reglamento, como generalidad, se usa el pronombre masculino para evitar complicaciones innecesarias en la redacción.

TÍTULO II. NORMAS ADMINISTRATIVAS

2. Cuestiones generales

- 2.1. La FEDAS posee el derecho exclusivo de organización de campeonatos de España de apnea. El término "Campeonato de España de Apnea" y las siglas "FEDAS" no pueden asociarse a ninguna competición de apnea sin el consentimiento de dicha federación. Los campeonatos FEDAS son los campeonatos de España.
- 2.2. Los campeonatos FEDAS serán registrados según su número ordinal.

- 2.3. El derecho a organizar un campeonato oficial sólo será otorgado a la federación candidata tras la recepción por parte de la FEDAS del formulario de petición de organización, debidamente cumplimentado y firmado.
- 2.4. La federación autonómica podrá delegar en un club la organización del campeonato.
- 2.5. El Departamento de Apnea de la FEDAS tiene poder de jurisdicción sobre todas las cuestiones que, según el reglamento, no conciernen a los jueces (comité de arbitraje). Asimismo, posee el poder de informar sobre las competiciones y aportar las instrucciones necesarias para su correcto desarrollo.
- 2.6. Corresponde a la Organización decidir las disciplinas de las que constará el campeonato y el orden de las mismas, que sólo podrá ser modificado por causas de fuerza mayor.

3. Organización de los campeonatos

- 3.1. La federación o el club que organiza la competición debe enviar un dossier a todas las federaciones autonómicas implicadas en la competición y al Comité de apnea, al menos tres meses antes del comienzo del evento.
- 3.2. Dicho dossier incluirá:
 - a) La fecha, el lugar y las disciplinas que conformarán la competición.
 - b) El programa con el orden cronológico de las pruebas y que incluya además todas las pausas y ceremonias protocolarias previstas.
 - c) Toda la información acerca de:
 - Los días de llegada y de partida
 - El alojamiento y la comida
 - El precio de inscripción, si lo hubiere
 - d) El reglamento particular de la competición
 - e) El protocolo de seguridad

4. Participación

- 4.1. Se admite la participación de todas las federaciones autonómicas afiliadas a la FEDAS.
- 4.2. Todos los participantes deben poseer la nacionalidad española.
- 4.3. La edad mínima de los competidores será de 18 años cumplidos el día de inicio del campeonato.
- 4.4. Se establecen dos únicas categorías absolutas: femenina y masculina.
- 4.5. Cada federación autonómica podrá inscribir a un máximo de cinco (5) apneistas masculinos y cinco (5) femeninos, que podrán actuar como titulares o suplentes. 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.
- 4.6. Se podrá permitir a la federación autonómica que organice el campeonato la inscripción de un deportista adicional por categoría.
- 4.7. El campeón y la campeona de España vigentes de cada una de las disciplinas tendrán derecho a una plaza cada uno, y podrán participar en todas las disciplinas. 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.
- 4.8. Cada equipo participante en las competiciones ha de tener un capitán.
- 4.9. El capitán del equipo será:
 - a) El responsable de la disciplina de los miembros de su equipo.
 - b) El intermediario entre el organizador, el comité de arbitraje y los participantes.
- 4.10. El capitán designará a los tres titulares que puntuarán para la clasificación por equipos en cada disciplina, pudiendo ser de categorías diferentes (masculina y femenina), si no hay apneistas suficientes en cada categoría.

- 4.11. Si hay equipos mixtos, irán en la clasificación masculina.
- 4.12. Si los motivos son justificados, los suplentes podrán sustituir a los titulares el día anterior de cada disciplina con la confirmación en la reunión del Comité de Competición previa al día.
- 4.13. La Organización podrá autorizar la participación de suplentes que no vayan a intervenir. Estos deportistas no aparecerán en las clasificaciones, pero sí serán validadas sus marcas personales, incluso si baten algún récord nacional.

5. Inscripciones

- 5.1. Las inscripciones en los Campeonatos FEDAS se realizarán mediante el formulario del Anexo I.
- 5.2. Cada federación autonómica ha de confirmar a la FEDAS su participación en los campeonatos de España al menos tres meses antes del comienzo de éstos, con copia a la federación organizadora.
- 5.3. El formulario de inscripción deberá llegar a la FEDAS, con copia a la federación organizadora, 30 días antes del comienzo de la competición.
- 5.4. En las inscripciones, los deportistas deberán declarar unas marcas de inscripción que serán una estimación, lo más exacta posible, de las marcas que espera realizar excepto en apnea de velocidad-resistencia.
- 5.5. Los participantes deberán presentarse en el lugar y hora designado por la organización para su inscripción definitiva y confirmar su participación.
- 5.6. Las marcas de inscripción definitivas deberán darse el día previo a cada prueba.
- 5.7. En el caso del descenso en peso constante, la diferencia de la marca de inscripción a la marca anunciada el día previo a cada prueba no puede ser superior a un 10% en exceso. Además, deberán anunciar un tiempo estimado para la realización del intento, que se utilizará en caso de empate.
- 5.8. Todo atleta ha de estar en posesión de una licencia deportiva FEDAS en vigor y un certificado médico vigente.
- 5.9. El certificado médico podrá ser sustituido por una declaración firmada por el presidente de la FFAA indicando que el certificado médico fue presentado a su FFAA. .
- 5.10. El atleta que no cumpla estos requisitos no será admitido en la competición.
- 5.11. 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 Jurado.
 - d) Velar personalmente porque su equipo sea el requerido por el reglamento.
 - e) Dirigirse a los responsables de la Organización y a los jueces únicamente a través del capitán del equipo en calidad de intermediario.
 - f) Entrar en una zona acotada 30 minutos antes de su comienzo a calentamiento, donde se dejara supervisar por personal autorizado, de manera que no pueda utilizar medios como: respirar concentraciones por encima del 21% de oxígeno o ayudas antinaturales que den ventajas antideportivas.
- 5.12. La inscripción implica la aceptación del reglamento y la autoridad de los jueces y la Organización.

6. El protocolo de seguridad

- 6.1. La Organización establecerá un protocolo de seguridad donde se especificará:
 - Plan de emergencia y evacuación
 - Protocolos de actuación
 - Medios humanos propios de la Organización (organigrama)
 - Medios ajenos a la Organización (planificación)

- Organigrama: responsable de seguridad, coordinador de seguridad, médicos, enfermeros, patrones de embarcaciones, apneistas de seguridad, buceadores autónomos con la titulación acorde con la profundidad
- Medios ajenos al campeonato: punto de asistencia sanitaria, medio de evacuación, material de seguridad (desfibriladores, sistema de oxigenación), sistema de radiocomunicación...
- Todos los efectivos que participan en el plan de emergencia y seguridad deben estar cualificados para la administración de R.C.P básica.

6.2. La seguridad durante el transcurso de las pruebas.

6.2.1. La Organización establecerá la disposición y funciones de los apneistas y buceadores de seguridad de manera que garantice la seguridad de los deportistas y la asistencia inmediata frente a cualquier eventualidad.

6.2.2. En las pruebas de mar, los apneistas de seguridad deberán estar capacitados para descender, al menos, -20 metros, y deberán obligatoriamente ir equipados con aletas tradicionales, es decir con dos aletas, quedando específicamente prohibido el uso de la monoaleta.

TÍTULO III. COMITÉS Y JUECES

7. El Comité de Organización

7.1. La composición y estructura del Comité de Organización, dependerá exclusivamente de la federación organizadora y/o del club organizador.

7.2. En el Comité de Organización deberá figurar un delegado de FEDAS, designado por el Departamento de Apnea, para la competición.

7.3. Competencias del Comité de Organización:

- Elaboración del protocolo de seguridad.
- Garantizar la presencia de los asistentes de seguridad (escafandristas y apneistas de seguridad) necesarios para el desarrollo de la competición.
- Organización de la logística necesaria.
 - En el mar
 - En la piscina
 - Transporte de los deportistas a las zonas de entrenamiento oficiales y de competición
 - Alojamientos
- Garantizar la presencia de los jueces y jueces asistentes necesarios para el desarrollo de la competición.
- Designar un Secretario de la competición.
- Designar un Director de la prueba
- Establecer una oficina de comunicación y prensa.

7.4. El Director de la prueba será el responsable del normal desarrollo técnico y logístico de la misma.

7.5. El Secretario de la prueba se ocupará de redactar los cuadros horarios de participación, las hojas de resultados parciales, las composiciones de los pódiums, los informes de récords y el acta de la competición. Si lo autoriza el Juez Principal, podrá comunicar los resultados a la oficina de comunicación y prensa.

8. El Comité de Competición

8.1. El Comité de Competición es responsable de todas las cuestiones técnicas referentes a la competición y a su correcto desarrollo.

8.2. La composición y estructura del Comité de Competición será:

- El presidente del Departamento de Apnea de FEDAS o la persona en la que éste delegue, que preside este comité
- El Juez Principal de la prueba, designado por el Departamento de Apnea de FEDAS
- El Director de la prueba, nombrado por la Organización
- Los capitanes de cada federación autonómica
- Un representante de la Organización

8.3. El Director de la prueba será el responsable del normal desarrollo técnico y logístico de la misma.

8.4. El Comité de Competición se reunirá la víspera de cada prueba como mínimo.

8.5. 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.
- Recoger las marcas de inscripción definitivas
- Elaborar la lista del orden de participación de los atletas y otorgar a cada uno de ellos un número de participación.

8.6. El Comité de Competición podrá tomar, por consenso, decisiones sobre el reglamento particular de la competición.

9. El Jurado

9.1. El Jurado estará compuesto por el Juez Principal y los demás jueces de la competición.

9.2. Los miembros del Jurado deberán ser jueces nacionales de apnea FEDAS.

9.3. Excepcionalmente, se podrá autorizar la intervención de jueces autonómicos.

9.4. El Juez Principal tiene autoridad sobre los demás jueces y asistentes. Aprueba su distribución a propuesta de la Organización.

9.5. **Las funciones del Juez Principal son:**

9.5.1. Inspeccionar las áreas de calentamiento y de competición.

9.5.2. Supervisar que las medidas de las áreas de competición se adapten a lo establecido en el presente reglamento (se incluye la comprobación de la medida y de las marcas de los cabos que se utilizarán en el descenso en peso constante y en el jump blue).

9.5.3. Verificar el cumplimiento del presente reglamento y demás normativas de FEDAS y CMAS.

9.5.4. Autorizar el inicio de la competición, tras comprobar que los demás jueces y asistentes están preparados.

9.5.5. Interrumpir o cancelar la competición en cualquier momento en el que no se pueda garantizar la seguridad, por otras causas de fuerza mayor, o si la competición no se está realizando de acuerdo con los reglamentos FEDAS.

9.5.6. Cambiar o sustituir jueces.

9.5.7. Aplicar descalificaciones o penalizaciones observadas por sí mismo o por los demás jueces.

9.5.8. Decidir sobre todas las cuestiones no previstas en el presente reglamento, estando obligado a observar, en la medida de lo posible, lo previsto en los reglamentos CMAS.

9.5.9. Examinar las reclamaciones recibidas y decidir sobre las mismas.

9.5.10. Revisar y firmar los resultados parciales, totales y el acta de la competición, y entregarlos al Secretario de la competición.

9.6. En su labor, el Juez Principal deberá escuchar los testimonios y opiniones de los demás jueces.

9.7. La Organización será la responsable de garantizar los suficientes jueces.

9.8. Juez del área de competición

9.8.1. En todas las disciplinas, este juez se sitúa en el barco de los jueces o a un lado de la piscina, en el área de competición.

9.8.2. Sus funciones son:

- 9.8.2.1. Organizar la actividad de los demás jueces de la zona de competición, incluyendo cambios de jueces y asistentes.
- 9.8.2.2. Autorizar el inicio de cada apneista y supervisar su secuencia de eventos.
- 9.8.2.3. Recibir de los jueces de superficie los testigos y en las disciplinas en las que se utilicen los mismos.
- 9.8.2.4. Recibir notas de los demás jueces con las posibles violaciones del reglamento.
- 9.8.2.5. Recibir protestas de los capitanes para comunicarlas al Juez Principal.
- 9.8.2.6. Recabar la presencia del Juez Principal y los demás jueces implicados para examinar las protestas.
- 9.8.2.7. Aplicar las decisiones del Juez Principal sobre las protestas.
- 9.8.2.8. Escribir los resultados de su área de competición.
- 9.8.2.9. Entregar los resultados al Juez Principal.

9.9. Juez de calentamiento

9.9.1. En todas las disciplinas, este juez se sitúa en el barco de los apneistas o a un lado de la piscina, en el área de calentamiento.

9.9.2. Sus funciones son:

- 9.9.2.1. Comprobar que los apneistas esperan sus turnos en el área de calentamiento.
- 9.9.2.2. Llamar a los apneistas cuando se acerca su hora de competición.
- 9.9.2.3. Verificar que el equipamiento del apneista es reglamentario.
- 9.9.2.4. Entregar a los apneistas los testigos, en las modalidades en las que se usan.
- 9.9.2.5. Poner a los apneistas a disposición del juez de salidas.

9.10. Juez de superficie (descenso en peso constante y jump blue)

9.10.1. En estas disciplinas, este juez realiza su labor en la superficie del agua.

9.10.2. Su equipamiento será el adecuado para buceo en apnea, de acuerdo con los estándares FEDAS-CMAS, y deberá llevar, además, una camiseta amarilla de manga larga.

9.10.3. Sus funciones son:

- 9.10.3.1. Verificar en todo momento que el apneista está en buena condición física y que no necesita ayuda, indicándolo al Juez Principal en caso contrario.
- 9.10.3.2. Avisar de la llegada del apneista a la superficie levantando un brazo.
- 9.10.3.3. Situarse cara a cara con el apneista que emerge, cruzar sus brazos sobre su cabeza durante los cinco (5) primeros segundos del protocolo, y separarlos y levantarlos durante los siguientes cinco (5) segundos, para que el apneista toque su cabeza.
- 9.10.3.4. Permanecer junto al apneista durante los siguientes quince (15) segundos, hasta el final del protocolo de validación de resultados.
- 9.10.3.5. Recibir, directamente o de mano de los asistentes, el testigo, los profundímetros, en su caso, y notas sobre incidencias, y enviarlos al juez responsable del área de competición.

9.11. Juez de superficie (apnea dinámica y apnea estática)

9.11.1. En estas disciplinas, este juez se sitúa a un lado de la piscina, en el área de competición.

9.11.2. Podrá vestir una camiseta amarilla de manga larga.

9.11.3. Sus funciones son:

- 9.11.3.1. Verificar en todo momento que el apneista está en buena condición física y que no necesita ayuda, indicándolo al Juez Principal en caso contrario.
- 9.11.3.2. Avisar de la emersión del apneista levantando un brazo.
- 9.11.3.3. Acercar al apneista el disco amarillo y lo retira en el momento adecuado.
- 9.11.3.4. Permanecer junto al apneista durante los siguientes quince (15) segundos, hasta el final del protocolo de validación de resultados.
- 9.11.3.5. Verificar la medición de la distancia o la lectura de los cronómetros, y enviar los resultados al juez responsable del área de competición.

9.12. Juez de profundidad (jump blue)

- 9.12.1. En esta disciplina, este juez se sitúa en el fondo, dentro del campo de competición, equipado para buceo con botellas de acuerdo con los estándares FEDAS-CMAS, y deberá llevar, además, mangas o un brazalete amarillo.
- 9.12.2. Trabaja en compañía de uno o varios asistentes.
- 9.12.3. Cada 100 minutos, el juez de profundidad y los asistentes deben ser sustituidos, bajo las órdenes y el control del juez responsable del área de competición, que interrumpirá la competición, si es necesario.
- 9.12.4. Va equipado con un sistema de medida rígido de un (1) metro de longitud graduado en cm y un rotulador permanente capaz de escribir bajo el agua.
- 9.12.5. Sus funciones son:
 - 9.12.5.1. Verificar que el apneista toca el disco antes de iniciar el recorrido en el fondo.
 - 9.12.5.2. Verificar que el apneista realiza el recorrido en el sentido de las agujas del reloj y por el exterior del área de competición.
 - 9.12.5.3. Anotar en el testigo la distancia alcanzada por el apneista.
 - 9.12.5.4. Enviar a la superficie el testigo y una boya roja o blanca para indicar si hay o no incidencias, bien directamente o a través de un asistente.
 - 9.12.5.5. Al salir, comunicar al juez responsable del área de competición las incidencias observadas.

9.13. Jueces de profundidad (descenso en peso constante e inmersión libre)

- 9.13.1. Estos jueces son opcionales, a decisión del Juez Principal.
- 9.13.2. Si están presentes, se sitúan bajo el agua, equipados con para buceo con botellas con aire o mezclas, de acuerdo con los estándares FEDAS-CMAS.
- 9.13.3. Sus posiciones son:
 - 9.13.3.1. Uno a -15m, otro a -25m y otro a -35m.
 - 9.13.3.2. Si el Juez Principal lo autoriza, a partir de -35 m, uno cada 15 ó 20 metros.
 - 9.13.3.3. En caso de visibilidad baja, estas profundidades se podrán reducir o acortar.
- 9.13.4. Su función es verificar que el apneista obedece todas las reglas bajo el agua, especialmente que recoge el testigo.
- 9.13.5. En caso de estar equipados con un sistema de comunicación, o mediante otros medios, pueden dar avisos de emergencias.
- 9.13.6. En función de la profundidad, cada cierto tiempo, los jueces de profundidad y sus asistentes, si los hay, deben ser sustituidos, bajo las órdenes y el control del juez responsable del área de competición, que interrumpirá la competición, si es necesario.

9.14. Juez de salidas

- 9.14.1. En todas las disciplinas, este juez se sitúa próximo al punto de inicio del intento del apneista (borde de la piscina o en el agua).

- 9.14.2. Tiene autoridad sobre el apneista a partir del momento en que el juez de calentamiento lo pone a su disposición o el juez principal se lo indica (apnea de velocidad-resistencia).
- 9.14.3. Sus funciones son:
- 9.14.3.1. Verificar que el apneista está en el lugar correcto para la salida.
 - 9.14.3.2. Verificar que no empieza su actuación antes del inicio de la cuenta atrás.
 - 9.14.3.3. Detener al apneista si empieza después del final de la cuenta atrás
 - 9.14.3.4. Informar al juez responsable del área de competición de cualquier irregularidad.
- 9.15. Jueces de calle y giro (apnea de velocidad-resistencia)**
- 9.15.1. En esta disciplina, estos jueces se sitúan en cada extremo de cada calle.
- 9.15.2. Sus funciones son:
- 9.15.2.1. Verificar que cada parada y reinicio se hace de acuerdo con las reglas.
 - 9.15.2.2. A la llegada al final de cada apneista, presentarle el disco amarillo.
- 9.16. Jueces de meta (apnea de velocidad-resistencia)**
- 9.16.1. En esta disciplina, estos jueces (dos (2) o más) se sitúan en las zonas de fin de prueba y no pueden ser jueces-cronometradores a la vez. Sus decisiones son inapelables en caso de unanimidad; en caso contrario el juez principal decide.
- 9.16.2. Sus funciones son:
- 9.16.2.1. Establecer la clasificación y entregársela al juez principal, teniendo sus decisiones precedencia sobre los resultados de los cronómetros, pero no sobre sistemas de cronometrado automático.
- 9.17. Juez cronometrador (descenso en peso constante e inmersión libre)**
- 9.17.1. En estas disciplinas, este juez se sitúa junto al juez de salidas.
- 9.17.2. Su misión es cronometrar el tiempo de inmersión del apneista, comparándolo con el tiempo anunciado por el mismo.
- 9.17.3. Su misión es advertir al Juez Principal cuando el tiempo anunciado se ha cumplido y el juez de superficie no ha señalado la llegada del apneista a la superficie.
- 9.18. Jueces cronometradores (apnea estática)**
- 9.18.1. En esta disciplina, estos jueces se sitúan en el borde de la piscina, muy cerca del apneista en competición.
- 9.18.2. Puede nombrarse un jefe de cronometradores por el juez responsable del área de competición.
- 9.18.3. Sus funciones son:
- 9.18.3.1. Resetear los cronómetros a la orden de "cronos a cero", dada por el jefe de cronometradores o el juez responsable del área de competición.
 - 9.18.3.2. Arrancar los cronómetros cuando el apneista sumerge las vías respiratorias.
 - 9.18.3.3. Parar los cronómetros cuando el apneista emerge las vías respiratorias.
 - 9.18.3.4. Anotar el tiempo realizado.
 - 9.18.3.5. Mostrar el cronómetro y las notas al jefe de cronometradores o al juez responsable del área de competición.
 - 9.18.3.6. Al final de la competición, entregar todas las notas al juez responsable del área de competición.
- 9.19. Jueces cronometradores asistentes (apnea estática)**
- 9.19.1. En esta disciplina, estos jueces se sitúan en el borde de la piscina, muy cerca del apneista en competición.

9.19.2. Sus funciones son:

9.19.2.1. Resetear los cronómetros a la orden de “cronos a cero”, dada por el jefe de cronometradores o el juez responsable del área de competición.

9.19.2.2. Arrancar los cronómetros cuando el apneista sumerge las vías respiratorias.

9.19.2.3. Indicar, de la manera más discreta posible, al juez asistente los momentos en que debe realizar un toque de seguridad al apneista.

9.20. Jueces asistentes (apnea estática)

9.20.1. En esta disciplina, estos jueces se sitúan en el agua, junto al apneista en competición.

9.20.2. Su misión es realizar los toques de control al apneista en competición, e indicar al juez de superficie si el apneista responde correctamente, insistir si no hay respuesta, y, si es necesario, sacar al apneista del agua.

9.21. Jueces cronometradores (apnea de velocidad-resistencia)

9.21.1. En esta disciplina, estos jueces se sitúan en el borde de la piscina, en las cabeceras de las calles de competición.

9.21.2. Puede nombrarse un jefe de cronometradores por el juez responsable del área de competición.

9.21.3. Sus funciones son:

9.21.3.1. Resetear los cronómetros a la orden de “cronos a cero”, dada por el jefe de cronometradores o el juez responsable del área de competición.

9.21.3.2. Arrancar los cronómetros cuando se da la señal de salida.

9.21.3.3. Parar los cronómetros cuando el apneista toca la pared al final de la prueba.

9.21.3.4. Anotar el tiempo realizado y los tiempos parciales en carreras de más de 100 metros.

9.21.3.5. Mostrar el cronómetro y las notas al jefe de cronometradores o al juez responsable del área de competición.

9.21.3.6. Al final de la competición, entregar todas las notas al juez responsable del área de competición.

TÍTULO IV. RESULTADOS

10. Clasificaciones

10.1. Habrá clasificaciones independientes para cada una de las categorías (masculina y femenina) si hay, al menos, tres deportistas en cada categoría. En caso contrario, habrá una sola.

10.2. Se establecerá una clasificación individual independiente para cada una de las disciplinas, una individual conjunta y una por equipos. Para la clasificación individual conjunta, las marcas realizadas se convertirán a porcentajes con respecto a la marca del primer clasificado, es decir, se otorgarán 100 puntos al deportista clasificado en primer lugar, y a los siguientes, una puntuación obtenida con la siguiente fórmula:

$$\text{Puntuación} = (\text{Marca del deportista} / \text{Marca del primer clasificado}) \times 100$$

Para el cálculo, las marcas se expresarán en metros (con decimales) o centímetros, en las modalidades basadas en distancia recorrida o profundidad alcanzada, y en segundos, en las modalidades basadas en tiempo de inmersión.

10.3. La clasificación autonómica por equipos será el resultado de sumar las puntuaciones (porcentajes) de los tres titulares de cada federación autonómica.

11. Desempates

11.1. En las reuniones técnicas del día anterior a cada prueba, los deportistas deberán declarar unas marcas de inscripción que serán una estimación, lo más exacto posible, de las marcas que

espera realizar.

11.2. En caso de empate, el apneista que más se haya aproximado en la marca realizada en su intento a la marca anunciada en la inscripción aventajará al otro en la clasificación, excepto en apnea de velocidad-resistencia, donde no se prevé ningún criterio de desempate. Si persiste el empate, los deportistas empatados figurarán en la clasificación con la misma posición que compartirán ex aequo a todos los efectos.

11.3. En el descenso en peso constante, los participantes habrán de anunciar, además, una aproximación del tiempo que invertirán en su intento. En caso de empate, el apneista que más se haya aproximado en el tiempo invertido en su intento al tiempo anunciado en la inscripción aventajará al otro en la clasificación. Si persiste el empate, los deportistas empatados figurarán en la clasificación con la misma posición que compartirán ex aequo a todos los efectos.

11.4. Si un apneista con empate no alcanza la marca de inscripción, el desempate será a favor del o de los demás que sí la alcanzan.

11.5. En caso de empate en la clasificación individual general, se aplicarán las sumas de las diferencias entre marcas de inscripción y marcas alcanzadas.

11.6. En caso de empate en la clasificación por equipos, se aplicarán las sumas de las diferencias entre marcas de inscripción y marcas alcanzadas de todos los titulares. Si persiste el empate, los equipos empatados figurarán en la clasificación con la misma posición que compartirán ex aequo a todos los efectos.

12. Reclamaciones

12.1. Cada deportista o equipo participante tiene derecho a presentar reclamaciones ante el Juez Principal.

12.2. Las reclamaciones sólo podrán ser presentadas por el capitán del equipo.

12.3. Deberán presentarse por escrito durante la hora siguiente a la proclamación de los resultados provisionales.

12.4. En el caso de las pruebas o resultados finales, la intención de presentar una reclamación deberá ser notificada al Juez Principal en los 15 minutos siguientes a la prueba. Esta medida tiene como efecto inmediato posponer la ceremonia de entrega de trofeos.

12.5. Desde el momento en que notifique la intención de presentar una reclamación, el demandante dispondrá de un plazo de 45 minutos para redactar y entregar un informe escrito ante el Juez Principal. En su defecto, la queja será considerada nula y sin valor.

12.6. El Juez Principal comunicará su decisión por escrito al capitán del equipo a la mayor brevedad posible.

12.7. Esta decisión será inapelable en el ámbito del campeonato.

13. Descalificaciones y renunciaciones

13.1. 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.

13.2. 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.

14. Récords en competiciones oficiales

14.1. Los récords de España serán homologados en todas las categorías oficiales.

14.2. Las peticiones de homologación de un récord de España deben estar firmados por el presidente del Comité de Organización y el Juez Principal de la prueba y adjuntarse al acta de la prueba.

14.3. 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 del Departamento de Apnea a la federación autonómica del atleta con el fin de que le sea entregado como reconocimiento a su actuación.

15. Trofeos.

15.1. Se otorgarán trofeos a los tres primeros clasificados en las clasificaciones individuales y de equipos. Queda a elección de la Organización otorgar trofeos por modalidades.

16. El acta

16.1. El secretario de la Organización elaborará el acta de la competición y la entregará al Juez Principal para su firma.

16.2. Tras la competición, la Organización 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 al Departamento de Apnea de la FEDAS.

16.3. 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) Los detalles técnicos necesarios como la longitud de la piscina.
- d) La composición del jurado (lista que incluya nombres y rango – juez autonómico o regional)
- e) La lista de los deportistas y equipos participantes, incluyendo los número de licencia federativa
- f) Los resultados finales para cada disciplina (especificando, si las hubiera, las decisiones tomadas sobre la clasificación y/o las descalificaciones y los récords nacionales)
- g) Los incidentes particulares
- h) Las firmas del juez principal, el responsable máximo de la Organización o el director de la prueba y el presidente de la federación autonómica donde se celebre el campeonato

TÍTULO V - DISCIPLINAS

17. REGLAS GENERALES

17.1. Alrededor de la zona de competición se dispondrá un cinturón que limitará el acceso a la misma. Sólo podrán acceder a la zona de competición el atleta y un asistente, entrenador o capitán, así como todos aquellos acreditados a tal efecto.

17.2. Se definen dos áreas en la zona de competición:

- Área de Calentamiento: CA, reservada a los apneistas que se preparan para competir.
- Área de Competición: CO, donde los atletas hacen su intento.

En cada área se dispondrán puntos de apoyo y/o flotadores.

17.3. Se permitirá acreditar reporteros gráficos en un número mínimo, para la divulgación de imágenes de la competición, cumpliendo con unos requisitos tales como: no usar flash, no estar en las zonas de paso del competidor, ni personal de seguridad.

17.4. Se permitirán aplausos al final de los intentos de los atletas fuera de la zona de competición, aunque haya otros deportistas compitiendo.

17.5. La pérdida de conocimiento, síncope o "black-out" (BO) es una situación seria donde el atleta necesita asistencia externa para mantenerse a flote o de pie. Debe distinguirse de la pérdida de control motor (LMC) o "samba".

17.6. 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, los servicios médicos de la prueba evaluarán al deportista y determinarán si puede continuar en la competición.

17.7. La violación de cualquier regla conlleva la descalificación, excepto en los casos en que el reglamento especifique una penalización. La penalización se aplica una sola vez, aunque el incumplimiento se repita.

17.8. El orden de participación se establecerá por marcas de inscripción para cada una de las disciplinas de menor a mayor, excepto para el descenso en peso constante, donde el orden se establecerá

de mayor profundidad a menor, según las profundidades anunciadas. El orden de participación se establecerá por sorteo cuándo las marcas de inscripción sean iguales.

- 17.9. La Organización podrá establecer un intervalo de 10 minutos para deliberaciones de los jueces y la Organización a cada hora de competición teniendo que estar reflejados en los horarios para no alterar los tiempos de calentamientos del deportista.
- 17.10. Se facilitará a cada capitán de equipo un cuadro horario completo.
- 17.11. El capitán del equipo velará para que sus deportistas estén al corriente sus horarios de competición, del tiempo que les queda de calentamiento, etc.
- 17.12. Los atletas se han de presentar al Jurado y entrar en una zona acotada 30 minutos antes de su comienzo de calentamiento, donde se dejarán supervisar por personal autorizado, de manera que no pueda utilizar medios como: respirar concentraciones por encima del 21% de oxígeno o ayudas antinaturales que den ventajas antideportivas.
- 17.13. Cada apneista dispone de 30 minutos de calentamiento hasta el inicio de su cuenta atrás. Antes de la hora de inicio de calentamiento, no se le permite entrar en esta área. Sólo podrá entrar si va acompañado de un asistente, entrenador o capitán. No se puede calentar fuera de esta área.
- 17.14. Sólo se autoriza un intento por competidor. Se considerará iniciado el intento una vez todas las vías respiratorias estén sumergidas. A partir de este momento, no se permitirá al entrenador o capitán tocar al apneista; si esto no se respeta, el apneista será descalificado. Si por causa ajena al competidor éste se ve perjudicado, podrá realizar un nuevo intento en último lugar.
- 17.15. Si se percibe que el apneista está teniendo problemas (síncope o pérdida del control motor), será sacado del agua y será descalificado.
- 17.16. **Equipo:** queda a la libre elección de cada competidor respetando lo siguiente:
- Se puede usar máscara de buceo estándar o gafas de natación a través de las cuales los jueces puedan ver los ojos y la expresión facial durante el protocolo de validación.
 - Se pueden usar trajes de buceo o natación.
 - El cabello del deportista no dificultará el protocolo de validación ni el de seguridad.
 - En las modalidades con aletas, es obligatorio usar aletas o monoaleta. En el resto del reglamento, al hablar de aletas, se entiende aletas o monoaleta.
 - Los lentes fluidos de visión submarina están autorizadas.
 - El lastre personal está autorizado. Si se usa, debe llevarse por fuera del traje y con un sistema de zafado rápido comunicando al responsable de seguridad la ubicación y sistema de zafado. Los jueces comprobarán el lastre antes y después del intento para cerciorarse que se ha mantenido constante durante el intento.
 - No se permite el uso de palas o guantes de natación.
 - Las pinzas de nariz están autorizadas.
- 17.17. El uso de oxígeno o mezclas ricas en oxígeno está estrictamente prohibido. El incumplimiento de esta norma implica la descalificación en todas las pruebas, incluso en las ya realizadas, y la solicitud a la FEDAS de suspensión para el deportista, por el tiempo que ésta determine.
- 17.18. El evento comienza cuando el juez de salidas indica al apneista que puede pasar al área de competición, excepto en apnea de velocidad-resistencia (ver artículo 23).
- 17.19. A partir de este momento, el apneista podrá empezar cuando quiera en los siguientes tres (3) minutos.
- 17.20. Se dará al apneista una **cuenta atrás:**
- “TRES MINUTOS MÁS”
 - “DOS MINUTOS MÁS”
 - “UN MINUTO MÁS”
 - “TREINTA SEGUNDOS”
 - “DIEZ SEGUNDOS”

“NUEVE”, “OCHO”, SIETE”, “SEIS”, CINCO”, “CUATRO”, “TRES”, “DOS”, “UNO”, “CERO”

Si el apneista no empieza a la señal de “CERO”, pierde su derecho a participar en la prueba.

17.21. Cada disciplina tiene su propio protocolo de validación de resultados. Si el apneista completa el protocolo, su intento será válido, aun cuando sufra una ligera pérdida de control motor durante el mismo.

17.22. Si el apneista no realiza adecuadamente o no completa el protocolo de validación de resultados aun cuando no sufra un síncope ni una pérdida de control motor, será descalificado, indicándose en el acta el motivo.

17.23. Los resultados provisionales validados se anunciarán al público, por ejemplo, con banderas o tarjetas rojas (descalificación), blancas (prueba válida) o amarillas (dudoso a la espera del video).

18. APNEA DINÁMICA

18.1. El objetivo en esta disciplina es recorrer la máxima distancia horizontal con el cuerpo totalmente sumergido. Se desarrollará en piscina de 50 metros, en la modalidad con aletas, y de 25 metros, en la modalidad sin aletas, con un mínimo de seis (6) calles. La profundidad mínima de la zona de competición será de -1.40 metros.

18.2. Si la profundidad en el punto de salida es mayor que -1,40 metros, se dispondrá una plataforma móvil.

18.3. Marcas de distancias:

18.3.1. En los bordes de la piscina, se dispondrán marcas a tres metros de cada extremo.

18.3.2. Al final de cada calle, en el fondo, habrá una marca en forma de “T” de, al menos, 20 cm de ancho, a dos metros de la pared.

18.3.3. En piscinas de 50 m, se dispondrá una línea transversal en el fondo a la mitad del recorrido.

18.3.4. El punto de salida se marcará de forma inequívoca.

18.4. El área de competición es la calle más próxima a uno de los lados. La calle siguiente se reserva a jueces y asistentes. La siguiente puede ser reservada para foto y video. Las demás están reservadas para calentamiento.

18.5. Si la piscina tiene, al menos, ocho (8) calles, se podrán disponer dos áreas de competición.

18.6. En la modalidad sin aletas, la distancia alcanzada se mide con una cinta métrica en el punto donde el apneista saca la boca del agua.

18.7. En la modalidad con aletas, el apneista debe llevar un testigo consistente en un lastre de, aproximadamente, 100 gramos en forma de paralelepípedo que debe caer al fondo cuando es soltado.

18.8. El testigo debe usarse aun cuando el fondo no sea plano. En ese caso, la medida se toma con una cinta métrica en el punto donde el apneista saca la boca del agua.

18.9. Si el fondo de la piscina es plano, se utilizará un listón de longitud suficiente, con, al menos, tres patas, para señalar el punto donde cayó el testigo.

18.10. Si se usa un medidor láser, el listón debe llevar un reflector adecuado en la parte superior, y la medida debe repetirse tres veces, tomando como válida la de valor intermedio.

18.11. Los apneistas realizan sus intentos cada OCHO (8) minutos, que podrán ser reducidos si la Organización lo estima conveniente.

18.12. Si hay una segunda área de competición, su horario estará desplazado, al menos, tres (3) minutos con respecto a la otra.

18.13. Cada apneista puede estar acompañado por un asistente en la zona de calentamiento y en el punto de salida. Una vez el apneista se sumerge, el asistente deberá abandonar la zona, no pudiendo permanecer o caminar a lo largo de la piscina.

18.14. Las penalizaciones consisten en restar diez (10) metros a la distancia alcanzada.

18.15. El apneista debe:

- Iniciar la inmersión estando dentro de la piscina y tocando la pared con cualquier parte de su cuerpo o equipo unido a su cuerpo (se excluye las palas), o bien sentado en el borde de la piscina, pero no se permite saltar al agua.
- Se permitirá el empuje con los pies en el borde de la piscina, tanto en la salida como en los virajes.
- Recorrer la distancia aleteando con el cuerpo totalmente sumergido. Se establecerá una zona de tres (3) metros antes y después de cada giro donde podrá emerger cualquier parte del cuerpo excepto la cara: boca y nariz. Durante el resto del recorrido, sólo podrá emerger las palas. En caso contrario se aplicará una penalización.
- Al alcanzar los extremos de la piscina, el apneísta deberá tocar claramente la pared con cualquier parte del cuerpo o pala antes de dar la vuelta. No tocar la pared de la piscina supondrá la descalificación de la prueba.
- Mantener el mismo lastre durante toda la prueba.
- Mantenerse dentro de la calle de competición. En caso de abandonarla, se aplicará una penalización. Se permiten abandonos parciales.
- Soltar el testigo antes de emerger. Si emerge con el testigo en la mano, se aplica una penalización.

18.16. El punto de finalización será aquel que fije el testigo, tomándose la medida de su arista más alejada.

18.17. Si la salida se realiza en un extremo, el apneísta deberá haber tocado la pared y soltar el testigo antes de emerger para que se compute un largo completo. En caso contrario, se contará hasta el punto donde haya caído el testigo.

18.18. Si el apneísta realiza un giro y suelta el testigo, se contará la distancia desde la pared hasta el testigo, pero si lo suelta antes de girar, sólo se contará la distancia hasta la pared.

18.19. Si el apneísta pierde el testigo durante el recorrido, se computará la distancia hasta el punto donde cayó el mismo. Sólo en caso de rotura accidental del mismo, se contará hasta el punto de emersión de las vías respiratorias.

18.20. En ningún momento se podrá tocar al apneísta después del inicio, salvo que esté en dificultades.

18.21. Al emerger, los asistentes le entregarán un flotador al apneísta, pero no podrán tocar el mismo.

18.22. El apneísta podrá sujetarse al flotador, a las corcheras o al borde de la piscina.

18.23. Se realizará el siguiente **protocolo de validación de resultados**:

18.23.1. Se dará una cuenta de CINCO (5) segundos: "UNO", "DOS", "TRES", "CUATRO" "CINCO".

18.23.2. Se acercará inmediatamente al apneísta un disco amarillo de unos 30 cm de diámetro sujeto al extremo de un mástil de unos 2-3 metros.

18.23.3. Durante los siguientes CINCO (5) segundos, el apneísta deberá tocar el plato con una mano. En ese tiempo, se dará una cuenta atrás: "CINCO", "CUATRO", "TRES", "DOS", "UNO", "CERO".

18.23.4. Durante los siguientes QUINCE (15) segundos, el apneísta deberá mantenerse a flote o de pie sin ayuda.

18.24. La distancia alcanzada se computará en metros y centímetros.

18.25. Si no se alcanza la marca anunciada por más de 10 metros, se aplicará una penalización.

19. JUMP BLUE

19.1. El objetivo en esta disciplina es recorrer la máxima distancia horizontal posible con el cuerpo totalmente sumergido sobre un cabo guía situado a 10 metros de profundidad y dispuesto en forma de cuadrilátero de 15 metros de lado, sobre un fondo de mar o lago uniforme, preferiblemente arenosos, y a una profundidad aproximada de -15 metros.

19.2. El apneista puede usar un lastre suministrado por la Organización, tanto si utiliza un lastre propio como si no, consistente en un lastre de, como máximo, tres (3) kilogramos, unido a una cuerda de unos 1,5 metros.

19.3. El área de competición debe presentar las siguientes medidas:

- Longitud: 15 metros.
- Anchura: 15 metros.
- Profundidad: -10 metros

19.4. Descripción del área de competición

19.4.1. Isla de salida

19.4.1.1. Consiste en un “atolón” o estructura circular o cuadrada, cuyas dimensiones y color lo distinguen de las otras tres esquinas. Ayuda al apneista a prepararse para la inmersión.

19.4.1.2. Va sujeto por un cabo vertical a la esquina donde se inicia el recorrido inferior.

19.4.1.3. En esta esquina, se sitúa un disco blanco de unos 30 cm de diámetro.

19.4.2. Las tres esquinas restantes se marcan con boyas, que se fijan con cabos verticales a las esquinas del recorrido inferior.

19.4.3. Las cuatro esquinas van unidas entre sí mediante cabos tensos.

19.4.4. Las esquinas del recorrido inferior van ancladas a objetos de suficiente peso para mantener la estructura estable.

19.4.5. Cabo horizontal inferior

19.4.5.1. El cabo que marca el recorrido en el fondo está constituido por una sola pieza de 60 metros de longitud.

19.4.5.2. Está marcado con cinta de color cada 50 cm. Se recomienda que el cabo sea de distinto color cada metro.

19.4.5.3. Debe haber una marca de diferente color a tres (3) metros de cada esquina.

19.4.6. En los cabos verticales habrá una marca a un metro de cada esquina del recorrido inferior.

19.5. Área de calentamiento

19.5.1. Está situada cerca del área de competición.

19.5.2. Está formada por un cuadrado de 15 metros de lado a -10 metros de profundidad, con, al menos, dos lados señalizados con un cabo de 15 metros de longitud.

19.5.3. Incluye una isla de salida anclada al fondo.

19.6. **Testigos de la distancia recorrida.**

19.6.1. Cada apneista dispondrá de un testigo que se compondrá básicamente de una pinza de ropa para sujetar al cabo y una placa de plástico de un tamaño máximo de 10x5 cm con el número de participante. Opcionalmente llevará una pequeña boya.

19.6.2. El apneista deberá sujetar al cabo guía el testigo, para indicar la distancia recorrida.

19.6.3. El juez de profundidad se encargará de medir la distancia recorrida por el apneista y la escribirá en la placa.

19.7. Los apneistas realizan sus intentos cada OCHO (8) minutos, que podrán ser reducidos si la Organización lo estima conveniente..

19.8. Cada apneista puede estar acompañado por un asistente en la zona de calentamiento y en la isla de salida. Una vez el apneista se sumerge, el asistente deberá abandonar la zona, pudiendo quedarse en la zona de calentamiento.

19.9. Las penalizaciones consisten en restar diez (10) metros a la distancia alcanzada.

19.10. El apneista debe:

- Descender y ascender verticalmente, sin agarrarse ni tirar de los cabos.
 - Si usa el lastre de la Organización, soltarlo al final de la bajada o durante la misma.
 - En el descenso tocar claramente el disco situado al inicio del recorrido horizontal antes de proseguir con la prueba.
 - Si usa lastre propio, mantenerlo durante toda la prueba.
 - Realizar el recorrido en el sentido de las agujas del reloj, por el exterior del área.
 - Sujetar el testigo al cabo antes de emerger.
- 19.11. El apneista no podrá separarse más de 1 metro del cabo guía de forma permanente, atajar en las esquinas o ayudarse del cabo para impulsarse.
- 19.12. Se podrá sujetar el testigo a uno de los cabos verticales para completar el lado. En este caso el testigo estará a menos de un metro del cabo guía. Si se sujeta a más de 1 metros, se aplicará una penalización.
- 19.13. Se permitirá al apneista sujetar el cabo con una mano con la finalidad de estabilizarlo y facilitarle la labor de sujetar el testigo, en este supuesto el testigo deberá ser colocado en la parte anterior del cabo respecto a mano que sujeta el cabo. En caso contrario, se aplicará una penalización.
- 19.14. Si el testigo no queda bien sujeto y se cae, el apneista será descalificado, excepto si el marcador se rompe por estar defectuoso o si se desprende al ser golpeado por una aleta.
- 19.15. Durante el ascenso, el juez de superficie se coloca, seguido de su asistente, verticalmente sobre el atleta, señalando, mediante el brazo extendido, la llegada a la superficie.
- 19.16. En ningún momento se podrá tocar al apneista después del inicio, salvo que esté en dificultades.
- 19.17. Al emerger, los asistentes le entregarán un flotador al apneista, pero no podrán tocar el mismo.
- 19.18. El apneista deberá sujetarse al flotador sin ayuda.
- 19.19. Se realizará el siguiente **protocolo de validación de resultados**:
- 19.19.1. Se dará una cuenta de CINCO (5) segundos: “UNO”, “DOS”, “TRES”, “CUATRO” “CINCO”.
- 19.19.2. Durante los siguientes CINCO (5) segundos, el apneista deberá tocar la cabeza del juez de superficie con una mano. En ese tiempo, se dará una cuenta atrás: “CINCO”, “CUATRO”, “TRES”, “DOS”, “UNO”, “CERO”.
- 19.19.3. Durante los siguientes QUINCE (15) segundos, el apneista deberá mantenerse a flote o de pie sin ayuda.
- 19.20. Al mismo tiempo, el juez de profundidad indicará al juez de superficie si se ha cometido alguna infracción, enviando una boya blanca (ninguna incidencia) o roja (alguna violación del reglamento) y anotará las incidencias y/o infracciones que observe en su tabla de control y dará cuenta al Juez Principal y a la oficina de resultados cuando emerja. En dicho caso, el resultado será provisional hasta la decisión de jurado.
- 19.21. La distancia alcanzada se computará en metros y centímetros.
- 19.22. Si no se alcanza la marca anunciada por más de 10 metros, se aplicará una penalización.

20. DESCENSO EN PESO CONSTANTE

- 20.1. El objetivo en esta disciplina es recorrer una distancia vertical a lo largo de un cabo hasta una profundidad anunciada previamente en un tiempo también anunciado previamente, sin variar el lastre durante toda la prueba. Existen modalidades con y sin aletas o monoaleta. La prueba se desarrolla en el mar o en un lago.
- 20.2. La Organización deberá proveer un sistema de seguridad que sea capaz de cubrir las posibles marcas de inscripción.
- 20.3. Los apneistas irán sujetos al cabo de competición mediante un “landyard”, un cordón fuerte o cable metálico sujeto a la muñeca y al cabo de competición mediante un mosquetón metálico grande.

20.4. Descripción del área de competición

- 20.4.1. Isla de salida. Consiste en un “atolón” o estructura circular o cuadrada, sujeto a una plataforma flotante o a un barco. Ayuda al apneista a prepararse para la inmersión.
- 20.4.2. Cabo de competición.
- 20.4.2.1. Va sujeto a una plataforma flotante o a un barco.
- 20.4.2.2. Lleva marcas cada 10 metros.
- 20.4.2.3. La parte inferior lleva un lastre suficiente para mantenerlo tenso en posición vertical, o bien, va anclado al fondo.
- 20.4.2.4. En esta parte, se sitúa un disco blanco o similar para detener los “landyards”, como máximo, a un metro por debajo del testigo que deberá recoger el apneista.
- 20.4.3. El cabo de competición debe ser parte de un sistema que permite ser recogido en un tiempo corto para rescatar al apneista en caso de emergencia.
- 20.5. La orden de recoger el cable debe ser dada por el Juez Principal, a indicación de los jueces de profundidad, o a partir de las imágenes submarinas o el tiempo transcurrido.
- 20.6. Un segundo cabo debe instalarse cerca, con cámaras o un robot para cubrir todo el recorrido.
- 20.7. Otro cabo más, a una distancia razonable, debe estar disponible para los buceadores con botellas.
- 20.8. Área de calentamiento
- 20.8.1. Está situada cerca del área de competición.
- 20.8.2. Es igual al área de competición, pero con la profundidad limitada a -40 metros.
- 20.9. Testigos de la profundidad alcanzada.**
- 20.9.1. Cada apneista dispondrá de un testigo que se compondrá básicamente de una pinza de ropa que irá sujeta al cabo y una placa de plástico de un tamaño máximo de 10x5 cm con el número de participante. Opcionalmente llevará una pequeña boya.
- 20.9.2. A decisión de la Organización, el testigo podrá consistir en la misma placa de plástico sujeta mediante velcro a una abrazadera o similar sujeta al cabo de competición.
- 20.9.3. El apneista llevará dos profundímetros oficiales en sus muñecas.
- 20.9.4. El apneista deberá separar el testigo del cabo para indicar la profundidad alcanzada.
- 20.9.5. En caso de no entregar el testigo, la profundidad alcanzada será la indicada por los dos profundímetros. Si no coinciden, se tomará la más profunda. Se restará a la profundidad alcanzada la diferencia entre la profundidad anunciada y la alcanzada, excepto si la causa es ajena al apneista.
- 20.10. Los apneistas realizan sus intentos cada OCHO (8) minutos, que podrán ser reducidos si la Organización lo estima conveniente.
- 20.11. Cada apneista puede estar acompañado por un asistente en la zona de calentamiento y en la isla de salida.
- 20.12. Las penalizaciones consisten en restar cinco (5) metros a la profundidad alcanzada, excepto en el caso de no entregar el testigo, donde se restará un (1) metro a la profundidad alcanzada, excepto si la causa es ajena al apneista.
- 20.13. El apneista debe:
- Descender y ascender por su propio esfuerzo.
 - Mantener el mismo lastre durante toda la prueba.
 - Guiarse con el cabo, para ello puede rozarlo pero sin tirar ni cogerse de él.
 - Recoger el testigo y subirlo a la superficie.
- 20.14. Al final del descenso, el apneista se puede sujetar al cabo con una mano para frenarse, pero no puede tirar del cabo para impulsarse hacia abajo. Si lo hace, se aplicará una penalización.
- 20.15. Si el apneista pierde el testigo o lo rompe, se considerará como si no lo hubiera recogido, aplicándose la penalización de un (1) punto, excepto por causa ajena al competidor. En este

último caso, si la seguridad de la competición lo permite, el competidor podrá solicitar repetir el intento.

- 20.16. Al ascender, no se permite tirar del cabo.
- 20.17. Durante el ascenso, el juez de superficie se coloca, seguido de su asistente, verticalmente sobre el atleta, señalando, mediante el brazo extendido, la llegada a la superficie.
- 20.18. En ningún momento se podrá tocar al apneista después del inicio, salvo que esté en dificultades.
- 20.19. Al emerger, los asistentes le entregarán un flotador al apneista, pero no podrán tocar el mismo.
- 20.20. El apneista deberá sujetarse al flotador sin ayuda.
- 20.21. Se realizará el siguiente **protocolo de validación de resultados**:
 - 20.21.1. Se dará una cuenta de CINCO (5) segundos: “UNO”, “DOS”, “TRES”, “CUATRO” “CINCO”.
 - 20.21.2. Durante los siguientes CINCO (5) segundos, el apneista deberá tocar la cabeza del juez de superficie con una mano. En ese tiempo, se dará una cuenta atrás: “CINCO”, “CUATRO”, “TRES”, “DOS”, “UNO”, “CERO”.
 - 20.21.3. Durante los siguientes QUINCE (15) segundos, el apneista deberá mantenerse a flote o de pie sin ayuda.
- 20.22. Al mismo tiempo, el juez de profundidad indicará al juez de superficie si se ha cometido alguna infracción, enviando una boya blanca (ninguna incidencia) o roja (alguna violación del reglamento) y anotará las incidencias y/o infracciones que observe en su tabla de control y dará cuenta al Juez Principal y a la oficina de resultados cuando emerja. En dicho caso, el resultado será provisional hasta la decisión de jurado.
- 20.23. La profundidad alcanzada se computará sólo en metros, redondeando siempre a la baja.

21. INMERSIÓN LIBRE

- 21.1. El objetivo en esta disciplina es recorrer una distancia vertical a lo largo de un cabo hasta una profundidad anunciada previamente en un tiempo también anunciado previamente, sin usar lastres o aletas o monoaleta. La prueba se desarrolla en el mar o en un lago.
- 21.2. La Organización deberá proveer un sistema de seguridad que sea capaz de cubrir las posibles marcas de inscripción.
- 21.3. Los apneistas irán sujetos al cabo de competición mediante un “landyard”, un cordón fuerte o cable metálico sujeto a la muñeca y al cabo de competición mediante un mosquetón metálico grande.
- 21.4. Descripción del área de competición**
 - 21.4.1. Isla de salida. Consiste en un “atolón” o estructura circular o cuadrada, sujeto a una plataforma flotante o a un barco. Ayuda al apneista a prepararse para la inmersión.
 - 21.4.2. Cabo de competición.
 - 21.4.2.1. Va sujeto a una plataforma flotante o a un barco.
 - 21.4.2.2. Lleva marcas cada 10 metros.
 - 21.4.2.3. La parte inferior lleva un lastre suficiente para mantenerlo tenso en posición vertical, o bien, va anclado al fondo.
 - 21.4.2.4. En esta parte, se sitúa un disco blanco o similar para detener los “lanyards”, como máximo, a un metro por debajo del testigo que deberá recoger el apneista.
 - 21.4.3. El cabo de competición debe ser parte de un sistema que permite ser recogido en un tiempo corto para rescatar al apneista en caso de emergencia.
- 21.5. La orden de recoger el cable debe ser dada por el Juez Principal, a indicación de los jueces de profundidad, o a partir de las imágenes submarinas o el tiempo transcurrido.
- 21.6. Un segundo cabo debe instalarse cerca, con cámaras o un robot para cubrir todo el recorrido.
- 21.7. Otro cabo más, a una distancia razonable, debe estar disponible para los buceadores con botellas.
- 21.8. Área de calentamiento

- 21.8.1. Está situada cerca del área de competición.
- 21.8.2. Es igual al área de competición, pero con la profundidad limitada a -40 metros.
- 21.9. Testigos de la profundidad alcanzada.**
- 21.9.1. Cada apneista dispondrá de un testigo que se compondrá básicamente de una pinza de ropa que irá sujeta al cabo y una placa de plástico de un tamaño máximo de 10x5 cm con el número de participante. Opcionalmente llevará una pequeña boya.
- 21.9.2. A decisión de la Organización, el testigo podrá consistir en la misma placa de plástico sujeta mediante velcro a una abrazadera o similar sujeta al cabo de competición.
- 21.9.3. El apneista llevará dos profundímetros oficiales en sus muñecas.
- 21.9.4. El apneista deberá separar el testigo del cabo para indicar la profundidad alcanzada.
- 21.9.5. En caso de no entregar el testigo, la profundidad alcanzada será la indicada por los dos profundímetros. Si no coinciden, se tomará la más profunda. Se restará a la profundidad alcanzada la diferencia entre la profundidad anunciada y la alcanzada, excepto si la causa es ajena al apneista.
- 21.10. Los apneistas realizan sus intentos cada OCHO (8) minutos, que podrán ser reducidos si la Organización lo estima conveniente.
- 21.11. Cada apneista puede estar acompañado por un asistente en la zona de calentamiento y en la isla de salida.
- 21.12. Las penalizaciones consisten en restar cinco (5) metros a la profundidad alcanzada, excepto en el caso de no entregar el testigo, donde se restará un (1) metro a la profundidad alcanzada, excepto si la causa es ajena al apneista.
- 21.13. El apneista debe:
- Descender y ascender por su propio esfuerzo tirando o no del cabo.
 - Mantener el mismo lastre durante toda la prueba.
 - Recoger el testigo y subirlo a la superficie.
- 21.14. Si el apneista pierde el testigo o lo rompe, se considerará como si no lo hubiera recogido, aplicándose la penalización de un (1) punto, excepto por causa ajena al competidor. En este último caso, si la seguridad de la competición lo permite, el competidor podrá solicitar repetir el intento.
- 21.15. Durante el ascenso, el juez de superficie se coloca, seguido de su asistente, verticalmente sobre el atleta, señalando, mediante el brazo extendido, la llegada a la superficie.
- 21.16. En ningún momento se podrá tocar al apneista después del inicio, salvo que esté en dificultades.
- 21.17. Al emerger, los asistentes le entregarán un flotador al apneista, pero no podrán tocar el mismo.
- 21.18. El apneista deberá sujetarse al flotador sin ayuda.
- 21.19. Se realizará el siguiente **protocolo de validación de resultados**:
- 21.19.1. Se dará una cuenta de CINCO (5) segundos: “UNO”, “DOS”, “TRES”, “CUATRO” “CINCO”.
- 21.19.2. Durante los siguientes CINCO (5) segundos, el apneista deberá tocar la cabeza del juez de superficie con una mano. En ese tiempo, se dará una cuenta atrás: “CINCO”, “CUATRO”, “TRES”, “DOS”, “UNO”, “CERO”.
- 21.19.3. Durante los siguientes QUINCE (15) segundos, el apneista deberá mantenerse a flote o de pie sin ayuda.
- 21.20. Al mismo tiempo, el juez de profundidad indicará al juez de superficie si se ha cometido alguna infracción, enviando una boya blanca (ninguna incidencia) o roja (alguna violación del reglamento) y anotará las incidencias y/o infracciones que observe en su tabla de control y dará cuenta al Juez Principal y a la oficina de resultados cuando emerja. En dicho caso, el resultado será provisional hasta la decisión de jurado.
- 21.21. La profundidad alcanzada se computará sólo en metros, redondeando siempre a la baja.

22. APNEA ESTÁTICA

22.1. El objetivo en esta disciplina es suspender la ventilación pulmonar durante el máximo tiempo posible manteniendo la cara bajo el agua en una piscina.

22.2. Una calle de cada dos se usa para la competición. La otra calle, para asistentes oficiales.

22.3. Se dispondrá un área de calentamiento en una piscina auxiliar. De no ser posible, se utilizará el lado contrario de la piscina de competición.

22.4. Habrá entre uno (1) y tres (3) cronometradores por apneista.

22.5. Los apneistas realizan sus intentos cada DOCE (12) minutos, que podrán ser reducidos si la Organización lo estima conveniente.

22.6. Si hay varias áreas de competición, sus horarios estarán desplazados.

22.7. Cada apneista puede estar acompañado por un asistente en el área de calentamiento y en la de competición.

22.8. El apneista debe:

- Realizar su intento en superficie.
- Indicar al juez asistente la manera de realizar el control de seguridad y la respuesta a los mismos.
- Responder a los toques de control del juez asistente.

22.9. El **control de seguridad** sobre el atleta durante su intento oficial se efectuará con ligeros avisos (toques) previamente acordados y de la siguiente manera:

- Cada 30 segundos, empezando 1 minuto antes del tiempo anunciado
- Cada 15 segundos, a partir del tiempo anunciado

22.10. Si la marca anunciada no es múltiplo exacto de medio minuto, se truncará al medio minuto inferior, anticipando el primer toque de control. El juez asistente se lo recordará al apneista o su asistente personal antes del inicio.

22.11. Si a los avisos del juez asistente, el apneista no responde con la señal acordada, aquél insistirá inmediatamente. Si el apneista sigue sin responder en esta segunda ocasión, lo sacará fuera del agua y será descalificado.

22.12. Al emerger, el apneista podrá sujetarse a las corcheras o al borde de la piscina.

22.13. Se realizará el siguiente **protocolo de validación de resultados**:

22.13.1. Se dará una cuenta de CINCO (5) segundos: "UNO", "DOS", "TRES", "CUATRO" "CINCO".

22.13.2. Se acercará inmediatamente al apneista un disco amarillo de unos 30 cm de diámetro sujeto al extremo de un mástil de unos 2-3 metros.

22.13.3. Durante los siguientes CINCO (5) segundos, el apneista deberá tocar el plato con una mano. En ese tiempo, se dará una cuenta atrás: "CINCO", "CUATRO", "TRES", "DOS", "UNO", "CERO".

22.13.4. Durante los siguientes QUINCE (15) segundos, el apneista deberá mantenerse a flote o de pie sin ayuda.

22.14. Además, el apneista deberá abandonar la piscina sin necesitar ayuda.

22.15. Si hay dos cronometradores, se tomará la media de los dos tiempos. Si hay tres, se tomará el tiempo intermedio.

22.16. En caso de no alcanzar el tiempo anunciado, se restará al tiempo alcanzado la diferencia entre el tiempo anunciado y el alcanzado, excepto si la causa es ajena al apneista.

22.17. El tiempo se computará en minutos y segundos, eliminándose, sin redondear, las décimas y centésimas.

23. APNEA DE VELOCIDAD-RESISTENCIA

- 23.1. El objetivo en esta disciplina es cubrir una distancia fija en el menor tiempo posible. Se desarrolla en piscina de 25 ó 50 metros con un mínimo de ocho (8) calles, cubriendo múltiplos enteros de la longitud de la piscina, alternando natación en apnea con recuperación en los extremos de la piscina. Las distancias típicas son 100 y 400 metros, pero se pueden organizar con otras distancias, incluyendo relevos. La profundidad mínima de la zona de competición será de - 1.40 metros.
- 23.2. Marcas de distancias:**
- 23.2.1. Al final de cada calle, en el fondo, habrá una marca en forma de "T" de, al menos, 20 cm de ancho, a dos metros de la pared.
- 23.2.2. En piscinas de 50 m, se dispondrá una línea transversal en el fondo a la mitad del recorrido.
- 23.3. Se utilizará una de cada dos calles para competición y las restantes para jueces y asistentes de seguridad.
- 23.4. Se dispondrá de una zona de calentamiento en una piscina auxiliar. De no ser posible, se organizará una sesión de calentamiento en la misma piscina de competición. El tiempo máximo entre el final del calentamiento y el inicio de la última serie será de quince (15) minutos.
- 23.5. Habrá un reloj grande al lado de la piscina, bien visible para los apneistas.
- 23.6. Las competiciones se organizan en series y final, con un máximo de cuatro (4) apneistas en cada prueba.
- 23.7. Habrá una final A con los cuatro (4) mejores apneistas clasificados en las series, y una final B, con los cuatro (4) siguientes.
- 23.8. Habrá dos clasificaciones separadas para la final A y la final B, incluso si en la final B hay tiempos mejores que en la final A. Por tanto, sólo los apneistas de la final A pueden subir al pódium.
- 23.9. Distribución de calles:**
- 23.9.1. En las series de clasificación, se tendrán en cuenta los mejores tiempos acreditados por los apneistas en los últimos doce (12) meses.
- 23.9.2. En las series finales, se tendrán en cuenta los tiempos acreditados en las series de clasificación.
- 23.9.3. Para los apneistas que no hayan enviado sus mejores tiempos anteriores, sus marcas se considerarán iguales a las peores que sí hayan sido acreditadas.
- 23.9.4. Las series clasificatorias se organizarán de modo que la última sea la de los apneistas más rápidos.
- 23.9.5. La final B se realizará antes de la final A.
- 23.9.6. En cada serie, el apneista más rápido irá en la calle del centro, si el número de calles es impar, o en la calle inmediatamente a la derecha del centro, si el número de calles es par.
- 23.9.7. En caso de marcas iguales o no acreditadas, los puestos se asignarán por sorteo.
- 23.9.8. Si un apneista clasificado para una final renuncia a participar o es excluido, será admitido el siguiente clasificado, y, si es necesario, se hará una nueva asignación de calles.
- 23.10. Cada apneista puede estar acompañado por un asistente en la zona de calentamiento y en el punto de salida. Una vez el apneista se sumerge, el asistente deberá abandonar la zona, no pudiendo permanecer o caminar a lo largo de la piscina.
- 23.11. Los apneistas deben colocarse sus trajes y máscaras en la zona de espera, de modo que sólo tengan que ponerse sus aletas en el área de salida.
- 23.12. El juez principal indica a los apneistas que se preparen, mediante una serie de toques de silbato cortos.
- 23.13. A partir de este momento, los apneistas dispondrán de dos (2) minutos para prepararse.
- 23.14. Mediante un toque de silbato largo, se indicará a los apneistas que se sitúen en los trampolines de salida o en el agua.

- 23.15. Cuando los apneistas están situados, el juez principal indica al juez de salidas, levantando el brazo, que los apneistas están bajo su control.
- 23.16. El juez de salidas dará la voz "en sus marcas". Los apneistas deberán inmediatamente adoptar la posición de salida. En ese momento, con los apneistas quietos el juez de salidas dará la señal de salida.
- 23.17. La señal de salida habrá sido explicada claramente a los apneistas o capitanes de equipo.
- 23.18. Si uno o más apneistas salen antes de la señal de salida, será declarada salida falsa.
- 23.19. La decisión de salida falsa, dada por el juez de salidas o el juez principal es inapelable.
- 23.20. Los apneistas que realizan una salida falsa son descalificados.
- 23.21. Si la descalificación se anuncia antes de la señal de salida, el proceso se inicia de nuevo, con los apneistas que quedan. Si se ha dado la señal de salida, la prueba continúa y los apneistas que realizaron la salida falsa son descalificados a posteriori.
- 23.22. El apneista debe:
- Iniciar el recorrido lanzándose desde un trampolín de salida o desde el agua, en cuyo caso, debe estar en contacto con la pared y sumergir la cabeza en los primeros dos (2) metros de recorrido, permitiéndose impulsarse con los pies en la pared, en este caso.
 - Nadar con cualquier estilo, manteniendo la cara bajo el agua cuando esté en apnea.
 - Tocar la pared con una mano antes de sacar la cara en cada parada o al final de la carrera.
 - Detenerse y sacar la cabeza, durante un tiempo libre, al final de cada largo de piscina.
 - Si se usan cronómetros automáticos, tocar el panel del mismo con una mano.
 - Mantenerse dentro de la calle de competición. En caso de abandonarla o estorbar a otro apneista, será descalificado.
 - Al terminar, mantenerse en contacto con la pared de la piscina, mientras se aplica el protocolo de validación.
- 23.23. La carrera se detiene tres (3) minutos después de la llegada del primer apneista. La distancia recorrida de los apneistas que no hayan llegado a la pared (si los hay) será computada a efectos de la clasificación.
- 23.24. Se realizará el siguiente **protocolo de validación de resultados**:
- 23.24.1. Se dará una cuenta de CINCO (5) segundos: "UNO", "DOS", "TRES", "CUATRO" "CINCO".
- 23.24.2. Se acercará inmediatamente al apneista un disco amarillo de unos 30 cm de diámetro sujeto al extremo de un mástil de unos 2-3 metros.
- 23.24.3. Durante los siguientes CINCO (5) segundos, el apneista deberá tocar el plato con una mano. En ese tiempo, se dará una cuenta atrás: "CINCO", "CUATRO", "TRES", "DOS", "UNO", "CERO".
- 23.24.4. Durante los siguientes QUINCE (15) segundos, el apneista deberá mantenerse a flote o de pie sin ayuda.
- 23.25. Los tiempos se tomarán con una precisión de centésimas (1/100) de segundo, sin criterios de desempate, excepto en los casos de empate en las finales, en cuyo caso, se considerarán las marcas realizadas en las series clasificatorias.

ANEXO I

Hoja de preinscripción e inscripción definitiva. Ver documento Excel adjunto.