



FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS



**XVII OPEN INTERNACIONAL DE EXTREMADURA  
TROFEO EXCMA. DIPUTACIÓN DE CÁCERES**



**8 DE JUNIO 2024**

**CÁCERES**



C.I.F.:G10244044 - N° Registro: FE-2



## XVII OPEN INTERNACIONAL DE EXTREMADURA TROFEO EXCMA. DIPUTACIÓN DE CÁCERES

8 DE JUNIO 2024. CÁCERES



### REGLAMENTO PARTICULAR

#### 1. DENOMINACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LA PRUEBA DEPORTIVA

La Federación Extremeña de Actividades Subacuáticas (FEXAS), con su correspondiente Departamento de Buceo de Competición, organiza el XVII OPEN INTERNACIONAL DE EXTREMADURA TROFEO EXCMA. DIPUTACIÓN DE CÁCERES.

Las pruebas correspondientes al evento deportivo se celebrarán el día 8 de junio de 2024, en las instalaciones del Centro Nacional de Tecnificación Deportiva "Ciudad Deportiva de Cáceres", situado en Av. el Brocense, 10002, de la Ciudad de Cáceres.

#### 2. PARTICIPACIÓN Y CATEGORÍAS

La participación está abierta a toda persona, mayor de 10 años, sin restricción de nacionalidad, estableciéndose como requisitos necesarios generales:

- 1.- Que la participación en la prueba se realice en representación, y a través, de un club deportivo adscrito a su correspondiente federación nacional, debiendo estar ésta necesariamente integrada en la Confederación Mundial de Actividades Subacuáticas (CMAS).
- 2.- Que todo participante esté en posesión de la correspondiente licencia federativa en vigor, expedida por cualquier Federación Autonómica adscrita a FEDAS, o la homóloga del país de origen de la persona participante.
- 3.- Los/las participantes podrán participar sin titulación deportiva, pero deben acreditar alguno de los siguientes requisitos:
  - a. Touristic Diver CMAS.
  - b. Buceador Restringido.
  - c. Haber completado el programa de entrenamiento FEDAS.
  - d. Tener titulación de buceador por una entidad reconocida.

Se establecen las categorías:

- 1º absoluta masculina y absoluta femenina. (+ de 16 años)
- 2º Junior Masculina y femenina (+ de 14 años y – de 16 años)
- 3º Infantil Masculina y femenina (+ de 10 años y – de 14 años)

Los resultados obtenidos por el conjunto de todos los participantes se computarán para establecer la clasificación del Open Internacional de Extremadura Trofeo Excma. Diputación De Cáceres.



## 3. PRUEBAS DEPORTIVAS

Las pruebas deportivas programadas tendrán lugar en una única jornada, en dos sesiones, de mañana y tarde, respectivamente.

En la jornada matinal se desarrollarán las tres pruebas siguientes:

1. TRIAL 100 M
2. LIFT BAG 50 M (4 KG)
3. OBSTACLE SOLO COURSE 100 M

En la jornada de tarde se desarrollarán las dos pruebas siguientes:

1. OBSTACLE COURSE TEAMS 100 M
2. OCTOPUS 50 M

## 4. CARACTERÍSTICAS Y CONDICIONES DE LA INSTALACIÓN DEPORTIVA

El complejo deportivo donde se desarrollarán las pruebas cuenta con aparcamiento público, vestuarios y servicio de restauración.

Las características concretas de la piscina son las siguientes:

- Piscina cubierta, con temperatura del agua de 27º C
- Dimensiones del vaso, 25 m de longitud y 12,5 m de ancho
- Profundidad del vaso comprendida entre 1,80 m y 1,40 m
- División del vaso en 6 calles longitudinales, de 2,5 m de anchura cada una.
- La piscina contará con plataformas de salida en uno de sus extremos.

## 5. INSCRIPCIONES

### 5.1.- PLAZO.

Las inscripciones podrán realizarse a partir de la fecha de publicación de la convocatoria en la página web de FEXAS (<https://fexas.info/>), concluyendo el plazo hábil el día 26 de mayo de 2024.

### 5.2.- HOJA DE INSCRIPCIÓN.

Cada club presentará una única solicitud de participación con la relación de los deportistas competidores que integran su equipo, o equipos, junto con los datos básicos requeridos, a través del formulario electrónico de **hoja de inscripción** disponible en el siguiente enlace:

<https://forms.gle/DggKY5fDCp4DieJb9>

Una vez cerrado el plazo de inscripciones, en respuesta a cada hoja de inscripción, la entidad organizadora remitirá un correo electrónico de confirmación de las inscripciones realizadas, a la dirección de correo facilitada por cada club.



## 5.3.- DOCUMENTACIÓN A APORTAR EL DÍA DE LA PRUEBA.

Como requisito indispensable y previo al desarrollo de las pruebas, los participantes inscritos por cada club, y a través del delegado de equipo, deberán aportar el día de la competición la siguiente documentación, en formato impreso o digital:

1. Declaración responsable relativa al conocimiento y aceptación del reglamento de la prueba, así como sobre la veracidad de la documentación y datos aportados, conforme al modelo del ANEXO D1.
2. Formulario de cesión de datos y derechos de imagen, conforme al modelo del ANEXO D2.
3. Certificado de aptitud médica o, en su defecto, declaración responsable al efecto conforme al modelo ANEXO D3.
4. Copia del DNI o documento de identificación personal equivalente para otras nacionalidades.
5. Copia de la licencia federativa en vigor.
6. Certificado de inexistencia de antecedentes emitido por el Registro Central de Delincuentes Sexuales y de Trata de Seres Humanos, para los participantes de nacionalidad española. En el caso de participantes de otras nacionalidades, se aportará el documento equivalente que expida el órgano administrativo correspondiente.

## 5.4.- OBLIGATORIEDAD DE INSCRIPCIÓN.

Será obligatoria la inscripción de deportistas competidores, delegados de equipo, entrenadores, técnicos y todo personal que acompañe a la expedición y pretenda tener acceso al recinto de competición de uso restringido. No será necesaria inscripción alguna, para los acompañantes que intervengan como público al evento, en los espacios habilitados para tal fin.

## 6. TASA DE INSCRIPCIÓN

### 6.1.- IMPORTE.

Se establece una tasa obligatoria de 30,00 € por persona.

### 6.2.- MODO DE PAGO.

Cada club, realizará un único abono, mediante transferencia bancaria a la cuenta de la Federación Extremeña de Actividades Subacuáticas indicada a continuación, por el importe total de la suma de tasas correspondientes al conjunto de deportistas que inscriba en su hoja de inscripción.

Cuenta de abono: ES84 2103 7137 94 0030018017

Concepto: TASAS CEX-BC 2024

Ordenante: *nombre del club*

### 6.3.- PLAZO PARA EL ABONO DE TASAS.

El plazo para el abono de tasas es coincidente con el plazo de inscripción de participantes, recogido en el artículo 5.1. de este reglamento.

### 6.4.- DERECHOS ADQUIRIDOS.

El importe de la tasa es condición necesaria para la participación de todo deportista o técnico. Además, le confiere acceso al servicio de restauración que dispondrá la organización para facilitar el almuerzo y cena, en el día de las pruebas.



## 7. CLASIFICACIONES

### 7.1.- CLASIFICACIONES DEL XVII OPEN INTERNACIONAL DE EXTREMADURA

Los resultados obtenidos por el conjunto de todos los participantes y los equipos servirán para establecer las siguientes clasificaciones:

- Clasificación en Pruebas Individuales (CI): Masculina y Femenina.
- Clasificación en la Prueba de Equipo (CE): Masculina y Femenina.
- Clasificación General Combinada por Clubes (CGC-C).

Además, se concederán las 10 siguientes menciones especiales:

- Mejor Buceador/a de la competición "Buceador/a Absoluto/a".
- Mejor Buceador/a Junior de la competición Grupo B: 16-17 años (Junior)
- Mejor Buceador/a Junior de la competición Grupo C: 14-15 años (Cadete)
- Mejor Buceador/a Junior de la competición Grupo D: 12-13 años (Infantil)
- Mejor Buceador/a Junior de la competición Grupo E: 10-11 años (Alevín)
- Mejor Buceador/a Master de la competición Grupo M1: 29 a 34 años
- Mejor Buceador/a Master de la competición Grupo M2: 35 a 44 años
- Mejor Buceador/a Master de la competición Grupo M3: 45 a 54 años
- Mejor Buceador/a Master de la competición Grupo M4: 55 a 64 años
- Mejor Buceador/a Master de la competición Grupo M5: 65 a 74 años

La organización podrá modificar el número y finalidad de las menciones de esta prueba, en función de las inscripciones que se reciban.

## 8. EQUIPAMIENTO

### 8.1. EQUIPAMIENTO

Todos los materiales del equipamiento que utilicen los competidores, deben ser productos manufacturados, estar diseñados específicamente para la práctica del buceo y no presentar manipulaciones ni modificaciones.

El equipo de buceo debe ser preparado y usado según las reglas del buceo CMAS.

### 8.2. EQUIPAMIENTO OBLIGATORIO

- Bañador. De una o más piezas para mujeres.
- En caso de que el agua de la piscina presentara una temperatura inferior a 14 grados centígrados, será obligatorio el uso de un traje isotérmico de neopreno, largo (no short), de una o 2 piezas, con un grosor mínimo de 3 mm en todas sus partes.
- Máscara de buceo.
- Tubo de buceo, en la prueba Trial 100 M.
- Aletas de buceo.
- Chaleco hidrostático. Con 2 cierres ventrales. No se admitirá en ningún caso el uso de backpack o chalecos hidrostáticos con un solo cierre ventral.
- Regulador con dos segundas etapas (principal y octopus)
- Manómetro sumergible visible y accesible para el buceador durante la prueba.
- Botella de aire comprimido con un volumen no inferior a 12 litros, con una presión máxima admisible de 200 atmósferas.

El uso de aire enriquecido está absolutamente prohibido. Su uso será causa de descalificación inmediata.





## 8.3. EQUIPAMIENTO OPCIONAL

Resto de equipamiento: gorro de piscina, reloj, guantes, capucha, escaarpines y traje isotérmico de neopreno, largo (no short), de una o 2 piezas, con un grosor mínimo de 3 mm en todas sus partes.

Todo equipamiento opcional utilizado por el deportista en una prueba tendrá el mismo tratamiento y consideración que el equipo obligatorio en cuanto a uso, pérdida y penalizaciones.

## 8.4. UNIFORMIDAD

En los actos protocolarios, los equipos participantes deben uniformarse con prendas identificativas de sus clubes.

## 8.5. CONTROL Y VALIDACIÓN DE EQUIPAMIENTOS Y MATERIALES

Se establecerá un punto de control y validación de equipamientos y materiales a utilizar en las pruebas.

## 8.6. COMPRESOR

La organización habilitará un punto de carga de botellas para los deportistas. La presión máxima de carga es de 200 atm. En las jornadas de competición se dará información sobre el horario establecido.

La organización garantiza sólo una carga de botella por deportista. El timbrado de las botellas que aporten los deportistas ha de estar en vigor. Se retirarán de la competición aquellas botellas que incumplan la normativa.

## 9. EQUIPO DE JUECES

La vigilancia del cumplimiento de la normativa aplicable y el control del desarrollo de las pruebas correrá a cargo de personal cualificado facilitado por el Comité Autonómico de Árbitros.

El Jurado de la Competición estará formado por tres personas: el director de la prueba, el árbitro principal y una tercera persona designada por la organización.

## 10. ORDEN DE SALIDA

El orden de salida para cada serie y dentro de cada modalidad, sigue el criterio del “mejor tiempo” acreditado.

Los participantes que no acrediten tiempos, participaran en las primeras series de cada prueba y mediante sorteo se determinara su orden de salida.

El orden de salida se comunicará a los delegados de equipo en la reunión previa al inicio de las pruebas y se expondrá públicamente.

## 11. OFICINA DEL CAMPEONATO

Se establecerá una oficina del campeonato que se encargará de comprobar la documentación de los participantes, recoger las posibles reclamaciones, dar información general y de hacer públicos los resultados del campeonato, previa autorización del juez principal.



## 12. RECLAMACIONES E INTERPRETACIONES REGLAMENTARIAS



Tras la publicación de resultados provisionales de cada prueba, los respectivos delegados de clubes dispondrán de 15 minutos para notificar, verbalmente, su intención de presentar reclamación por disconformidad con cualquiera de los resultados provisionales hechos públicos.

A partir de la notificación verbal, el delegado reclamante contará con un plazo de 30 minutos para hacer entrega al juez principal de la reclamación formal por escrito. Para su recepción es imprescindible el abono de un depósito de 50 €.

Las reclamaciones se formularán por escrito, haciendo constar los datos identificativos del interesado, la prueba y serie, el resultado clasificatorio contra el que se alega, así como una exposición motivada de los hechos ocurridos. Es obligatorio hacer constar la firma del delegado de club, que representará al deportista afectado en el caso.

Una vez presentada la reclamación formal, el jurado de competición estudiará ésta y se pronunciará, en un plazo máximo de 60 minutos, aceptando o rechazando la misma. En caso de aceptarla, se procederá a la devolución del depósito. Si la reclamación fuese desestimada, el importe depositado no será reembolsado.

Ante cualquier duda sobre el criterio interpretativo que debe aplicarse al reglamento de esta prueba, el juez principal de la competición, tras la consulta con el resto del jurado de la competición, está habilitado para dictar la interpretación que deba aplicarse al caso. Las decisiones definitivas tomadas por el jurado de la competición tienen carácter de resoluciones inapelables.

## 13. OBSERVACIONES

El XVII Open Internacional de Extremadura Trofeo Excma. Diputación de Cáceres se regirán conforme al Reglamento General de Buceo de Competición y a este Reglamento Particular de la convocatoria.

El calendario de las pruebas y los horarios pueden ser modificados por la organización, con conformidad del Comité de Buceo de Competición, cuando motivadamente se presentarán causas que impidieran el desarrollo programado.

Los clubes participantes presentarán equipos completos integrados por deportistas pertenecientes a una única categoría, masculina o femenina. Tan sólo podrán presentar equipos mixtos, cuando sus inscritos en una de las dos categorías no alcanzara el número imprescindible requerido para las pruebas programadas. En ese caso, el equipo mixto puntuará en la en la Clasificación en Pruebas de Equipo (CE) Masculina.

De manera excepcional, podrá admitirse la conformación y participación de equipos integrados deportistas de clubes diferentes, aunque estos equipos "interclubes" no serán incluidos en ninguna clasificación.

Se establecerá un punto de asistencia sanitaria disponible para la atención de deportistas, jueces y personal de la organización.

## 14. DESPLAZAMIENTO, ALOJAMIENTO Y MANUTENCIÓN

El desplazamiento, alojamiento y manutención de los participantes correrá por cuenta propia. La organización ofrecerá almuerzo y cena del día 8 de junio de 2024 a todos los participantes inscritos y además facilitará información a las personas interesadas, sobre establecimientos de restauración y alojamientos disponibles.



## 15. COMITÉ ORGANIZADOR



Para más información, póngase en contacto con nosotros en la siguiente dirección:  
Federación Extremeña de Actividades Subacuáticas– FEXAS.  
Avd. Pierre de Coubertin s/n – 10005 Cáceres  
Tel.: +34 670979878  
E-mail: [secretaria\\_fexas@yahoo.es](mailto:secretaria_fexas@yahoo.es)

## 16.- PROGRAMA DE ACTIVIDADES

### Sábado 8/06:

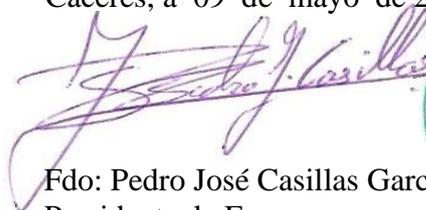
#### Jornada de Mañana:

- 09:00-09:30: Recepción y confirmación de inscripciones (comprobación de documentación).
- 09:30-09:45: Reunión técnica del Comité, la Organización y los/las delegados/as.
- 09:45-10:00: Presentación de la competición y actos protocolarios de inauguración.
- 10:00-10:30: Calentamiento.
- 10:30-14:00: Comienzo de la primera jornada de competición
  - 1. Series TRIAL 100 M
  - 2. LIFT BAG 50 M (4 KG)
  - 3. OBSTACLE SOLO COURSE 100 M
- 15:00-18:00: Comida y descanso.

#### Jornada de Tarde:

- 18:00-18:30: Calentamiento.
- 18:30-20:00: Comienzo de la segunda jornada de competición
  - 1. OBSTACLE COURSE TEAMS 100 M
  - 2. OCTOPUS 50 M
- 21:00: Cena y entrega de trofeos y actos protocolarios de clausura.

Cáceres, a 09 de mayo de 2024

  
Fdo: Pedro José Casillas García  
Presidente de Fexas





## XVII OPEN INTERNACIONAL DE EXTREMADURA TROFEO EXCMA. DIPUTACIÓN DE CÁCERES

8 DE JUNIO. 2024. CÁCERES

### DECLARACIÓN DEL DEPORTISTA (ANEXO D1)



D/Dña: \_\_\_\_\_ Fecha Nac: \_\_\_\_\_  
 DNI: \_\_\_\_\_ Nº de licencia en vigor: \_\_\_\_\_  
 Título FEDAS: \_\_\_\_\_ Club: \_\_\_\_\_  
 Federación: \_\_\_\_\_  
 Dirección personal: \_\_\_\_\_  
 Teléfono de contacto: \_\_\_\_\_ Correo electrónico: \_\_\_\_\_

En caso de ser menor de edad

Sr./a \_\_\_\_\_ mayor de edad y con DNI \_\_\_\_\_  
 con número de teléfono \_\_\_\_\_ domiciliado en \_\_\_\_\_  
 y en nombre propio o como padre/madre/ tutor/a legal del menor \_\_\_\_\_  
 con licencia federada número \_\_\_\_\_ emitida por la Federación \_\_\_\_\_

Comparezco y manifiesto como mejor proceda

**Que acepto** voluntariamente mi participación en este campeonato y Autorizo al Departamento FEDAS de Buceo de Competición, y a la entidad organizadora de la competición al uso de mi imagen deportiva, y asimismo Autorizo el uso de mi nombre completo, nº de licencia federativa (coincidente en algunas federaciones con el nº de DNI) y resto de datos relativos a mi participación en actividades de la disciplina (series de competición, resultados de este y resto de campeonatos en los que tome parte, ranking de la especialidad, cursos, seminarios...). Esta autorización se extiende para esta y el resto de las temporadas en las que yo participe.

**Que acepto** someterme a los controles antidoping que se establezcan por los organismos oficiales competentes.

**Declaro**, asimismo que los datos personales indicados son ciertos. **También declaro** encontrarme en perfectas condiciones físicas y psíquicas para la práctica del buceo y participación en este campeonato, y conocer los riesgos, características y exigencias físicas de las pruebas en las que participo. Por tanto, eximo de responsabilidad de cualquier tipo, en relación con estas declaraciones, a los organizadores de la competición en la que me inscribo (según sea mi participación) por los posibles accidentes que yo pudiera sufrir en esta competición, en la que tomo parte conociendo y asumiendo el Reglamento Particular de la misma.

**Declaro:**

1.- Que NO padezco ninguna de las enfermedades susceptibles de cuarentena, ni ningún tipo de enfermedad infecto-contagiosa o de otro tipo que pueda poner en riesgo la salud pública. Por último, me responsabilizo de observar y cumplir estrictamente el Reglamento Particular de la competición y el Reglamento General de Buceo de Competición, cumplir con las reglas de seguridad del Buceo, así como acatar las decisiones de la Dirección de la Competición, del Juez Principal y de su Equipo de Jueces y del Jurado de la Competición.

Adjuntar a la presente fotocopia del DNI del o de la participante (deportista, miembros del equipo arbitral...)

Y para que conste todo lo anterior a los efectos oportunos,

**Fdo:** \_\_\_\_\_

En el caso de menores de edad, este documento debe ser también firmado por el tutor/a, padre o madre del/ de la deportista. Con su firma acepta, autoriza, declara y se responsabiliza de todo lo anteriormente expuesto.

En este caso es necesario adjuntar fotocopia del DNI del participante y del tutor/a legal.

**Fdo. Tutor/a:** \_\_\_\_\_

De acuerdo con la Ley Orgánica 15/1999 de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal, el/la interesado/a tiene derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición a los datos contenidos en este documento en cualquier momento mediante el envío de un correo electrónico al Comité de Buceo de Competición a la dirección de la Federación Extremeña de Actividades Subacuáticas [secretaria\\_fexas@yahoo.es](mailto:secretaria_fexas@yahoo.es)



## XVII OPEN INTERNACIONAL DE EXTREMADURA TROFEO EXCMA. DIPUTACIÓN DE CÁCERES

8 DE JUNIO. 2024. CÁCERES



### AUTORIZACIÓN CESIÓN DE DATOS Y DERECHOS DE IMAGEN (ANEXO D2)

D/Dña: \_\_\_\_\_ Fecha Nac: \_\_\_\_\_  
 DNI: \_\_\_\_\_ Nº de licencia en vigor: \_\_\_\_\_  
 Título FEDAS: \_\_\_\_\_ Club: \_\_\_\_\_  
 Federación: \_\_\_\_\_  
 Dirección personal: \_\_\_\_\_  
 Teléfono de contacto: \_\_\_\_\_ Correo electrónico: \_\_\_\_\_

En caso de ser menor de edad

Sr./a \_\_\_\_\_ mayor de edad y con DNI \_\_\_\_\_  
 con número de teléfono \_\_\_\_\_ domiciliado en \_\_\_\_\_  
 y en nombre propio o como padre/madre/ tutor/a legal del menor \_\_\_\_\_  
 con licencia federada número \_\_\_\_\_ emitida por la Federación \_\_\_\_\_

Comparezco y manifiesto como mejor proceda

#### CESIÓN DE DATOS

De conformidad con la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos Personales, da su consentimiento para el tratamiento de los datos personales aportados a través de esta autorización.

Podrá ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición establecidos en dicha ley a través de la siguiente dirección de mail [secretaria\\_fexas@yahoo.es](mailto:secretaria_fexas@yahoo.es)

- SI autorizo al uso de mis datos personales  
 NO autorizo al uso de mis datos personales

#### DERECHOS DE IMAGEN

Autorizo a la Federación Extremeña de Actividades Subacuáticas (FEXAS) a hacer uso del material fotográfico y audiovisual de las actividades que se lleven a cabo en la entidad.

Las imágenes podrán ser usadas para:

- Difusión de actividades y eventos a través de la página web, blog y redes sociales de la entidad.
- Uso interno en memorias y proyectos de la Federación.

La entidad se compromete a que la utilización de estas imágenes en ningún caso supondrá un daño a la honra e intimidad del participante, ni será contraria a los intereses de estos, respetando la normativa en materia de protección de datos, imagen y protección jurídica.

- SI autorizo al uso de mis imágenes  
 NO autorizo al uso de mis imágenes

Y para que conste todo lo anterior a los efectos oportunos,

**Fdo:** \_\_\_\_\_

En el caso de menores de edad, este documento debe ser también firmado por el tutor/a, padre o madre del/ de la deportista. Con su firma acepta, autoriza, declara y se responsabiliza de todo lo anteriormente expuesto. En este caso es necesario adjuntar fotocopia del DNI del participante y del tutor/a legal.

**Fdo. Tutor/a:** \_\_\_\_\_

De acuerdo con la Ley Orgánica 15/1999 de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal, el/la interesado/a tiene derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición a los datos contenidos en este documento en cualquier momento mediante el envío de un correo electrónico al Comité de Buceo de Competición a la dirección de la Federación Extremeña de Actividades Subacuáticas [secretaria\\_fexas@yahoo.es](mailto:secretaria_fexas@yahoo.es)



## XVII OPEN INTERNACIONAL DE EXTREMADURA TROFEO EXCMA. DIPUTACIÓN DE CÁCERES

8 DE JUNIO. 2024. CÁCERES



### CUESTIONARIO SOBRE EL ESTADO DE SALUD PARA LA PRÁCTICA DEL BUCEO RECREATIVO (anexo I RD 550/2020) (ANEXO D3)

El buceo requiere una buena salud física y mental. Hay algunas condiciones médicas que pueden ser peligrosas durante la práctica del buceo, y que se enumeran a continuación. Aquellos que tienen o están predispuestos a cualquiera de estas condiciones, deben ser evaluados por un médico.

Este Cuestionario Médico del Buceador proporciona una base para determinar si Ud. debe buscar esa evaluación. Si tiene alguna inquietud acerca de su estado físico para la práctica del buceo y no están representadas en este formulario, consulte con su médico antes de bucear. Las referencias a "buceo" en este formulario abarcan tanto el buceo recreativo con equipo autónomo como el buceo en apnea.

Este formulario está diseñado principalmente como un examen médico inicial para los nuevos buceadores, pero también es apropiado para los buceadores que reciben educación continua. Por su seguridad y la de otras personas que pueden bucear con usted, responda a todas las preguntas honestamente.

#### INSTRUCCIONES

Complete este cuestionario como requisito previo para el entrenamiento de apnea o de buceo con equipo autónomo.

**Nota para las mujeres: Si usted está embarazada, o intenta quedar embarazada, no bucee.**

|   |   |                             |
|---|---|-----------------------------|
| 1. He tenido problemas con mis pulmones o respiración, corazón o sangre.  | Sí <input type="checkbox"/><br>Ir al cuadro A | No <input type="checkbox"/> |
| 2. Tengo más de 45 años   | Sí <input type="checkbox"/><br>Ir al cuadro B | No <input type="checkbox"/> |
| 3. Me cuesta realizar ejercicio moderado (por ejemplo, caminar 1,6 kilómetros en 12 minutos o nadar 200 metros sin descansar), o no he podido participar en una actividad física normal debido a razones de estado físico o de salud en los últimos 12 meses. | Sí <input type="checkbox"/> *                 | No <input type="checkbox"/> |
| 4. He tenido problemas con mis ojos, oídos, o fosas nasales o senos paranasales.  | Sí <input type="checkbox"/><br>Ir al cuadro C | No <input type="checkbox"/> |
| 5. He tenido una cirugía en los últimos 12 meses, o tengo problemas continuos relacionados con una cirugía anterior.  | Sí <input type="checkbox"/> *                 | No <input type="checkbox"/> |
| 6. He perdido el conocimiento, he tenido dolores de cabeza por migraña, convulsiones, accidente cerebrovascular, lesión significativa en la cabeza, o he sufrido de lesión o enfermedad neurológica persistente.  | Sí <input type="checkbox"/><br>Ir al cuadro D | No <input type="checkbox"/> |
| 7. He tenido problemas psicológicos, me diagnosticaron una discapacidad de aprendizaje, trastorno de la personalidad, ataques de pánico o una adicción a las drogas o el alcohol.   | Sí <input type="checkbox"/><br>Ir al cuadro E | No <input type="checkbox"/> |
| 8. He tenido problemas de espalda, hernia, úlceras o diabetes.  | Sí <input type="checkbox"/><br>Ir al cuadro F | No <input type="checkbox"/> |



# FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS



|  |   |                             |
|--|---|-----------------------------|
| 9. He tenido problemas estomacales o intestinales, incluyendo diarrea reciente.                                      | Sí <input type="checkbox"/><br>Ir al cuadro G | No <input type="checkbox"/> |
| 10. Estoy tomando medicamentos recetados (con la excepción de los anticonceptivos o los medicamentos antipalúdicos). | Sí <input type="checkbox"/> *                 | No <input type="checkbox"/> |

## FIRMA DEL PARTICIPANTE

Si respondió NO a las 10 preguntas anteriores, no se requiere una evaluación médica. Por favor, lea y acepte la declaración del participante a continuación con la fecha y su firma.

Declaración del Participante: He respondido a todas las preguntas honestamente, y entiendo que acepto la responsabilidad por cualquier consecuencia resultante de cualquier pregunta que pueda haber respondido inexactamente o por no haber revelado cualquier condición de salud existente o pasada.

Firma del participante  
(o, si es menor de edad, se requiere la firma del padre/tutor del participante).

Fecha (dd/mm/aaaa): \_\_\_\_\_

Nombre del Participante: \_\_\_\_\_

Fecha de Nacimiento (dd/mm/aaaa): \_\_\_\_\_

Nombre del Instructor: \_\_\_\_\_

Nombre del Centro de Buceo: \_\_\_\_\_

**\*Si respondió SÍ** a las preguntas 3, 5 o 10 anteriores o a cualquiera de las preguntas de la página 2, lea y acepte la declaración anterior con la fecha y su firma, y lleve el **Formulario de Evaluación del Médico** a su médico, para una evaluación médica. La participación en un programa de entrenamiento de buceo requiere la evaluación y aprobación de su médico.



# FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS



Nombre del Participante \_\_\_\_\_



Fecha de Nacimiento \_\_\_\_\_

## Informe Médico del Buceador / Cuestionario del Participante (confidencial).

### Cuadro A – Tengo/he tenido:

|   |                               |                             |
|---|-------------------------------|-----------------------------|
| Cirugía torácica, cirugía cardíaca, cirugía de válvula cardíaca, colocación de "stent" o neumotórax (pulmón colapsado).   | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Asma, sibilancias, alergias graves, fiebre del heno o vías respiratorias congestionadas en los últimos 12 meses que limite mi actividad física o ejercicio.   | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Un problema o enfermedad que involucra mi corazón como: angina de pecho, dolor en el pecho en el esfuerzo, insuficiencia cardíaca, edema pulmonar, microcardiopatía o accidente cerebrovascular, o estoy tomando medicamentos para cualquier afección cardíaca. | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Bronquitis recurrente y tos persistente en los últimos 12 meses, o han sido diagnosticados con enfisema.  | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |

### Cuadro B – Tengo más de 45 años y:

|   |                               |                             |
|---|-------------------------------|-----------------------------|
| Actualmente fumo o inhalo nicotina por otros medios.  | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Tengo un nivel alto de colesterol.  | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Tengo presión arterial alta.  | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| He tenido un familiar (de 1er. o 2º grado de consanguinidad) que murió de muerte súbita o de enfermedad cardíaca o accidente cerebrovascular antes de los 50 años, o tengo antecedentes familiares de enfermedad cardíaca antes de los 50 años (incluidos ritmos cardíacos anormales, enfermedad de las arterias coronarias o cardiomiopatía) | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |

### Cuadro B – Tengo más de 45 años y:

|   |                               |                             |
|---|-------------------------------|-----------------------------|
| Actualmente fumo o inhalo nicotina por otros medios.  | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Tengo un nivel alto de colesterol.  | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Tengo presión arterial alta.  | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| He tenido un familiar (de 1er. o 2º grado de consanguinidad) que murió de muerte súbita o de enfermedad cardíaca o accidente cerebrovascular antes de los 50 años, o tengo antecedentes familiares de enfermedad cardíaca antes de los 50 años (incluidos ritmos cardíacos anormales, enfermedad de las arterias coronarias o cardiomiopatía) | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |

### Cuadro C – Tengo/he tenido:

|  |                               |                             |
|--|-------------------------------|-----------------------------|
| Cirugía sinusal en los últimos 6 meses.  | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Enfermedades del oído o cirugía del oído, pérdida de audición o alteraciones del equilibrio. | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Sinusitis recurrente en los últimos 12 meses.  | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Cirugía ocular en los últimos 3 meses.   | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |



## Cuadro D – Tengo/he tenido:

|  |                               |                             |
|--|-------------------------------|-----------------------------|
| Lesión en la cabeza con pérdida de conciencia en los últimos 5 años.                                     | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Lesiones o enfermedades neurológicas persistentes.   | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Dolores de cabeza recurrentes por migraña en los últimos 12 meses, o tomo medicamentos para prevenirlos. | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Desvanecimientos o desmayos (pérdida total/parcial de la conciencia) en los últimos 5 años.              | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Epilepsia, ataques o convulsiones, o tomo medicamentos para prevenirlos.                                 | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |

## Cuadro E – Tengo/he tenido:

|  |                               |                             |
|--|-------------------------------|-----------------------------|
| Salud conductual, problemas mentales o psicológicos que requieran tratamiento médico o psiquiátrico.                                     | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Depresión Mayor, tendencia suicida, ataques de pánico, trastorno bipolar descontrolado que requiere medicación/tratamiento psiquiátrico. | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| He sido diagnosticado con una condición de salud mental o un trastorno de aprendizaje o desarrollo que requiere atención continua.       | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Una adicción a las drogas o alcohol que requiere tratamiento en los últimos 5 años.  | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |

## Cuadro F – Tengo/he tenido:

|   |                               |                             |
|---|-------------------------------|-----------------------------|
| Problemas recurrentes en la espalda en los últimos 6 meses que limitan mi actividad diaria.           | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Cirugía de espalda o columna vertebral en los últimos 12 meses.                                       | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Diabetes, ya sea controlada por insulina o por dieta, o diabetes gestacional en los últimos 12 meses. | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Una hernia no corregida que limita mis habilidades físicas.   | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Úlceras activas o no tratadas, heridas problemáticas o cirugía de úlceras en los últimos 6 meses      | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |

## Cuadro G – Tengo:

|   |                               |                             |
|---|-------------------------------|-----------------------------|
| Cirugía de ostomía y no tengo autorización médica para nadar o participar en actividad física.        | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Deshidratación que requiere intervención médica en los últimos 7 días.                                | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Úlceras estomacales o intestinales activas o no tratadas o cirugía de úlceras en los últimos 6 meses. | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Ardor de estómago frecuente, regurgitación o enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE).           | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Colitis ulcerosa activa o no controlada o enfermedad de Crohn.  | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |
| Cirugía bariátrica en los últimos 12 meses.   | Sí <input type="checkbox"/> * | No <input type="checkbox"/> |

De acuerdo con la Ley Orgánica 15/1999 de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal, el/la interesado/a tiene derecho de acceso, rectificación, cancelación y oposición a los datos contenidos en este documento en cualquier momento mediante el envío de un correo electrónico al Comité de Buceo de Competición a la dirección de la Federación Extremeña de Actividades Subacuáticas [secretaria\\_fexas@yahoo.es](mailto:secretaria_fexas@yahoo.es)



# FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS



**OPEN INTERNACIONAL DE EXTREMADURA**

TROFEO  
EXCMA. DIPUTACIÓN  
DE CÁCERES

**FEXAS**

8 JUNIO 2024  
CÁCERES

**BUCEO DE COMPETICIÓN**

**Lugar:**  
Ciudad Deportiva  
(Centro de Tecnificación)  
Cáceres

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:  
[www.fexas.info/campeonato\\_extremadura.info](http://www.fexas.info/campeonato_extremadura.info)

C.I.F.:G10244044 – N° Registro: FE-2

## SITUACIÓN Y EMPLAZAMIENTO DE LA INSTALACIÓN DEPORTIVA

Centro de Tecnificación Deportiva “Ciudad Deportiva”, Cáceres.  
Avenida El Brocense s/n, 10002 Cáceres.

Coordenadas ETRS89 h29: X: 726360.99, Y: 4371683.14

Coordenadas WGS84: lat: 39° 27' 54" N lon: -6° 22' 8" W

Código plus de Google: FJ8J+2F Cáceres





## ALOJAMIENTOS EN CÁCERES



### HOTEL ATRIO RELAIS & CHATEAUX

**TELÉFONO:** 927 242 928  
**DIRECCIÓN:** Plaza de san Mateo nº 1 CÁCERES  
**CORREO ELECTRÓNICO:** info@restauranteatrío.com  
**WEB:** <https://restauranteatrío.com/>

### HOTEL HOSPES PALACIO DE ARENALES & SPA

**TELÉFONO:** 927 62 04 90  
**DIRECCIÓN:** Ctra. Valencia de Alcántara, 52, 10005 Cáceres  
**CORREO ELECTRÓNICO:** palacioarenales@hospes.com  
**WEB:** <https://www.hospes.com/palacio-arenales-spa/>

### CASA PIZARRO HOTEL

**TELÉFONO:** 927 830 111  
**DIRECCIÓN:** C. Pizarro, 12, 10003 Cáceres  
**CORREO ELECTRÓNICO:** info@casapizarrohotel.com  
**WEB:** <https://www.casapizarrohotel.com/>

### EXTREMADURA HOTEL

**TELÉFONO:** 927 62 96 39  
**DIRECCIÓN:** Avda. Virgen de Guadalupe, 28 Cáceres  
**CORREO ELECTRÓNICO:** info@extremadurahotel.com  
**WEB:** <https://www.extremadurahotel.com/>

### GRAN HOTEL DON MANUEL

**TELÉFONO:** 927242524  
**DIRECCIÓN:** C/ San Justo 15 Cáceres  
**CORREO ELECTRÓNICO:** info@granhoteldonmanuel.com // reservas@granhoteldonmanuel.com  
**WEB:** <https://www.granhoteldonmanuel.com/>

### HOTEL BARCELÓ CÁCERES V CENTENARIO

**TELÉFONO:** 927 23 22 00  
**DIRECCIÓN:** C/ Manuel Pacheco s/n Cáceres  
**CORREO ELECTRÓNICO:** caceresvcentenario@barcelo.com  
**WEB:** <http://www.barcelocaceresvcentenario.com>



## HOTEL EXE ÁGORA



**TELÉFONO:** 927 62 63 60

**DIRECCIÓN:** C/ Parras,25 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** reservas@exeagoracaceres.com

**WEB:** [https://www.exehotels.com/exe-agora-caceres.html?td=I00rI00&id\\_referer=GMB&utm\\_s...](https://www.exehotels.com/exe-agora-caceres.html?td=I00rI00&id_referer=GMB&utm_s...)

## HOTEL NH PALACIO DE OQUENDO

**TELÉFONO:** 927 21 58 00

**DIRECCIÓN:** Plaza de san Juan nº 11 CACERES

**WEB:** <https://www.nh-hoteles.es/hotel/nh-collection-caceres-palacio-de-oquendo>

## PARADOR DE CÁCERES

**TELÉFONO:** 927 21 17 59

**DIRECCIÓN:** C/ Ancha nº 6 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** caceres@parador.es

**WEB:** <http://www.parador.es>

## QUINTA DE LA ENCARNACIÓN

**TELÉFONO:** 630 07 10 70

**DIRECCIÓN:** CC-75, km 1, 10190 Casar de Cáceres, Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** contacto@hotelquintalaencarnacion.com

**WEB:** <http://hotelquintalaencarnacion.com/>

## AHC HOTELES LOW COST

**TELÉFONO:** 927 62 82 23

**DIRECCIÓN:** Avda. Universidad s/n Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** direccion@ahchoteles.com

**WEB:** <http://www.ahchoteles.com>

## HOTEL ALBARRAGENA

**TELÉFONO:** 927 03 72 95

**DIRECCIÓN:** Calle Pizarro, 10 Cáceres

**WEB:** <https://www.albarragena.com/es/index.html>

## HOTEL ALCÁNTARA

**TELÉFONO:** 927 22 39 00

**DIRECCIÓN:** Avda. Virgen de Guadalupe, 14 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** reservas@hotelalcantaracaceres.com

**WEB:** <http://www.hotelalcantaracaceres.com/>



## HOTEL SOHO BOUTIQUE CASA DON FERNANDO



**TELÉFONO:** 927 21 42 79

**DIRECCIÓN:** Plaza Mayor, 30, acceso por C/General Ezponda, Cáceres, 10003 – Cáceres.

**CORREO ELECTRÓNICO:** info@casadonfernando.com

**WEB:** <https://www.sohohoteles.com/hotel-boutique-casa-don-fernando-en-caceres/>

## HOTEL ALFONSO IX

**TELÉFONO:** 927246400

**DIRECCIÓN:** C/ Moret nº20 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** info@hotelalfonsoix.com

**WEB:** <http://www.hotelalfonsoix.com>

## HOTEL DON CARLOS

**TELÉFONO:** 927 22 55 27

**DIRECCIÓN:** C/ Donoso Cortés, nº 15 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** hotel@hoteldoncarloscaceres.com

**WEB:** <http://www.hoteldoncarloscaceres.net/>

## HOTEL IBERIA PLAZA DE AMÉRICA

**TELÉFONO:** 927 21 09 06

**DIRECCIÓN:** C/ Hermandad nº 12 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** iberia@iberiahotel.com

**WEB:** <http://www.iberiahotel.com>

## HOTEL IBERIA PLAZA MAYOR

**TELÉFONO:** 927 24 76 34

**DIRECCIÓN:** Calle Pintores, 2, 10003 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** iberia@iberiahotel.com

**WEB:** <http://www.hotelplazamayor.iberiahotel.com/>

## HOTEL KUBIK

**TELÉFONO:** 927316008

**DIRECCIÓN:** C/ Pintores nº 28-2º Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** recepcion@kubikhotel.com

**WEB:** <https://www.kubikhotel.com/>



## HOTEL CASTILLA



**TELÉFONO:** 927 24 44 04

**DIRECCIÓN:** C/ Rios Verdes nº 3 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [hotelcastilla@caceresjoven.com](mailto:hotelcastilla@caceresjoven.com)

**WEB:** <http://www.hotelcastillacaceres.com>

## HOTEL LA BOHÈME

**TELÉFONO:** 927 21 73 51

**DIRECCIÓN:** Plaza del Duque, 9, 10003 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [contacto@hotellaboheme.com](mailto:contacto@hotellaboheme.com)

**WEB:** <http://www.hotellaboheme.com>

## HOTEL LOS NARANJOS

**TELÉFONO:** 927 24 35 08

**DIRECCIÓN:** C/ Alfonso IX, nº 12 Cáceres

**WEB:** <http://www.hotellosnaranjoscaceres.com>

## HOTEL NUEVO ARA

**TELÉFONO:** 635 21 06 24

**DIRECCIÓN:** C/ Juan XXIII, 3, 1001 Cáceres

**WEB:** [https://www.hotelnuevoara.es/?fbclid=IwAR2hliocUrfmr9e7c4wGmcvAQUnX2ls3kzW\\_mf\\_kr...](https://www.hotelnuevoara.es/?fbclid=IwAR2hliocUrfmr9e7c4wGmcvAQUnX2ls3kzW_mf_kr...)

## HOSTAL ALAMEDA

**TELÉFONO:** 927 21 12 62

**DIRECCIÓN:** Plaza Mayor nº 33 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [reservas@alamedaplazamayor.com](mailto:reservas@alamedaplazamayor.com)

**WEB:** <http://www.alamedaplazamayor.com/>

## HOSTAL ALAMEDA PALACETE

**TELÉFONO:** 927 211 674

**DIRECCIÓN:** C/ Margallo nº 45 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [reservas@alamedapalacete.com](mailto:reservas@alamedapalacete.com)

**WEB:** <http://www.alamedapalacete.com>

## HOSTAL ARGENTINA

**TELÉFONO:** 927 22 28 54

**DIRECCIÓN:** C/ Sanguino Michel nº 7 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@hostalargentina.net](mailto:info@hostalargentina.net)

**WEB:** <http://www.hostalargentina.net>



## HOSTAL HERNÁN CORTÉS

**TELÉFONO:** 927 24 34 88

**DIRECCIÓN:** Calle Cónsul Lucio Cornelio Balbo, 1A, Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [hostalhernancortesc@gmail.com](mailto:hostalhernancortesc@gmail.com)



## HOSTAL LA ROSA

**TELÉFONO:** 927 21 52 06

**DIRECCIÓN:** C/ Sanguino Michel nº 8 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [hostallarosacaceres@gmail.com](mailto:hostallarosacaceres@gmail.com)

## HOSTAL NEPTUNO

**TELÉFONO:** 927 23 64 23

**DIRECCIÓN:** Avda. Alemania, 19 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [hostalneptuno@hotmail.com](mailto:hostalneptuno@hotmail.com)

**WEB:** <https://hostalneptuno-caceres.hotelescuatroestrellas.website/>

## HOSTAL PLAZA DE ITALIA

**TELÉFONO:** 927 627 294

**DIRECCIÓN:** C/ Constancia, 12 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [hostalplazadeitalia@hotmail.com](mailto:hostalplazadeitalia@hotmail.com)

**WEB:** <https://www.hostalcaceres.tk/>

## HOSTAL AL-QACERES

**TELÉFONO:** 927 227 000

**DIRECCIÓN:** C/ Camino Llano Nº 34 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [información@alqazeres.com](mailto:información@alqazeres.com)

**WEB:** <http://www.alqazeres.com/>

## PENSIÓN CARRETERO

**TELÉFONO:** 927 247 482

**DIRECCIÓN:** Plaza Mayor 22, 1003 Cáceres España

**WEB:** <http://www.pensioncarretero.com/>

## PENSIÓN EL CESAR

**TELÉFONO:** 927 22 02 09

**DIRECCIÓN:** C/ Margallo nº 61 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [pensionelcesar@hotmail.es](mailto:pensionelcesar@hotmail.es)



## ALBERGUE DE LAS VELETAS



**TELÉFONO:** 927 211 210

**DIRECCIÓN:** C/ General Margallo, 36 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@alberguelasveletas.es](mailto:info@alberguelasveletas.es)

**WEB:** <http://www.alberguelasveletas.es>

## ALBERGUE MUNICIPAL CIUDAD DE CÁCERES

**TELÉFONO:** 670 360 552

**DIRECCIÓN:** Avda. de la Universidad s/n Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@alberguecaceres.es](mailto:info@alberguecaceres.es)

**WEB:** <http://www.alberguecaceres.es/>

## APARTAMENTOS TURÍSTICOS EL PATINILLO ENCANTO

**TELÉFONO:** 600849844

**DIRECCIÓN:** C/ Muñoz Chaves, 3, 10003, Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@alojamientoencanto.com](mailto:info@alojamientoencanto.com)

**WEB:** <https://www.alojamientoencanto.com/es/apartamentos/apartamento-el-patinillo>

## APARTAMENTO TURÍSTICO BELIA

**TELÉFONO:** 647 41 72 64

**DIRECCIÓN:** C/ CAMBEROS Nº2

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@sleepincaceres.com](mailto:info@sleepincaceres.com)

**WEB:** <https://sleepincaceres.com/index.php/belia>

## APARTAMENTO TURÍSTICO CASA ANGELINE

**TELÉFONO:** 609422631

**DIRECCIÓN:** Plaza de San Juan, 10, 10003, Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [Yolanda@roomhands.com](mailto:Yolanda@roomhands.com)

**WEB:** <http://www.roomhands.com>

## APARTAMENTO TURÍSTICO CASA ROTA

**TELÉFONO:** 653 875 829

**DIRECCIÓN:** C/ Condes de Santa Olalla Nº4, P 2 Primero D

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@casarota.es](mailto:info@casarota.es)

**WEB:** <http://www.casarota.es>



## APARTAMENTO TURÍSTICO CAZIRES I

**TELÉFONO:** 658 98 91 65

**DIRECCIÓN:** Calle Camberos, 7, 1003 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [apartamentoscazires@gmail.com](mailto:apartamentoscazires@gmail.com)



## APARTAMENTO TURÍSTICO CAZIRES II

**TELÉFONO:** 658 98 91 65

**DIRECCIÓN:** Calle Camberos, 7

**CORREO ELECTRÓNICO:** [apartamentoscazires@gmail.com](mailto:apartamentoscazires@gmail.com)

**WEB:** <http://apartamentoturisticocazires.com/>

## APARTAMENTO TURÍSTICO MONTESOL

**TELÉFONO:** 699 79 13 65

**DIRECCIÓN:** Calle de los Riberos 20 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [jfsantolaya@gmail.com](mailto:jfsantolaya@gmail.com)

**WEB:** <http://www.apartamentoturistico Montesol.com/>

## APARTAMENTO TURÍSTICO ROOM HAND BOUTIQUE.

**TELÉFONO:** 609 422 631

**DIRECCIÓN:** C/ Amargura 9

**CORREO ELECTRÓNICO:** [Yolanda@roomhands.com](mailto:Yolanda@roomhands.com)

**WEB:** <http://www.roomhands.com>

## APARTAMENTO TURÍSTICO SAN PABLO 1

**TELÉFONO:** 661 32 55 29

**DIRECCIÓN:** C/ San Pablo nº 1

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@apartamentosanpablo.es](mailto:info@apartamentosanpablo.es) Web

**WEB:** <http://apartamentosanpablo.es/>

## APARTAMENTO TURÍSTICO SAN PABLO 2

**TELÉFONO:** 661 32 55 29

**DIRECCIÓN:** C/ San Pablo nº 1

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@apartamentosanpablo.es](mailto:info@apartamentosanpablo.es)

**WEB:** <http://apartamentosanpablo.es/>

## APARTAMENTO TURÍSTICO SAN PABLO 3

**TELÉFONO:** 661 32 55 29

**DIRECCIÓN:** C/ San Pablo nº 1

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@apartamentosanpablo.es](mailto:info@apartamentosanpablo.es)

**WEB:** <http://apartamentosanpablo.es/>



## APARTAMENTO TURÍSTICO SAN PABLO 4



**TELÉFONO:** 661 32 55 29

**DIRECCIÓN:** C/ San Pablo nº 1

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@apartamentosanpablo.es](mailto:info@apartamentosanpablo.es)

**WEB:** <http://apartamentosanpablo.es/>

## LA CASINA DE PIEDRA ENCANTO

**TELÉFONO:** 600849844

**DIRECCIÓN:** C/ Tenerias, 4, 10003 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@alojamientoencanto.com](mailto:info@alojamientoencanto.com)

**WEB:** <https://www.alojamientoencanto.com/es/apartamentos/casina-de-piedra>

## APARTAMENTOS TURÍSTICOS CÁCERES MEDIEVAL

**TELÉFONO:** 640 37 73 94

**DIRECCIÓN:** Cuesta de Aldana, 8, 10003 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [hector@caceresmedievalat.com](mailto:hector@caceresmedievalat.com)

**WEB:** <http://www.caceresmedievalat.com/index.php/es/>

## APARTAMENTOS TURÍSTICOS ENCANTO

**TELÉFONO:** 600 84 98 44

**DIRECCIÓN:** c/ Muñoz Chaves 3, Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@alojamientoencanto.com](mailto:info@alojamientoencanto.com)

**WEB:** <http://www.alojamientoencanto.com/>

## APARTAMENTOS TURÍSTICOS LA CASA PINTADA

**TELÉFONO:** 695 69 05 56

**DIRECCIÓN:** Plaza de Canterías, nº 7 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [casapintada@casapintada.com](mailto:casapintada@casapintada.com)

**WEB:** <http://www.casapintada.com/>

## APARTAMENTOS TURÍSTICOS "LA RIBERA DEL MARCO"

**TELÉFONO:** 651 62 85 16

**DIRECCIÓN:** C/ La Roche Sur Yon, 25 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@apartamentolariberadelmarco.com](mailto:info@apartamentolariberadelmarco.com)

**WEB:** <http://apartamentolariberadelmarco.com/>



## APARTAMENTOS TURÍSTICOS SERENDIPIA



**TELÉFONO:** 677 319 697

**DIRECCIÓN:** Calle Rincón de la Monja, 9 1, 1º IZQUIERDA, 10003 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@apartamentossierendipia.es](mailto:info@apartamentossierendipia.es)

**WEB:** <http://www.apartamentossierendipia.es>

## APARTAMENTO TURÍSTICO CASAS DE LA JUDERÍA.

**TELÉFONO:** 667 055 389

**DIRECCIÓN:** C/Barrio San Antonio, 30, 10003 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [malauvalove@gmail.com](mailto:malauvalove@gmail.com)

**WEB:** <http://www.casasdelajuderiacaceres.com>

## VILLALOBOS TOURIST APARTMENT

**TELÉFONO:** 661 006 891

**DIRECCIÓN:** C/ Villalobos, 9

**CORREO ELECTRÓNICO:** [apartamentovillalobos@gmail.com](mailto:apartamentovillalobos@gmail.com)

**WEB:** [https://www.airbnb.es/rooms/992669?s=67&share\\_id=5451424&unique\\_share\\_id=9ca445...](https://www.airbnb.es/rooms/992669?s=67&share_id=5451424&unique_share_id=9ca445...)

## APARTAMENTOS BEHOLIDAYSANTIAGO

**TELÉFONO:** 927 23 05 85

**DIRECCIÓN:** Plaza de Santiago, 8 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [beholidayssantiago@gmail.com](mailto:beholidayssantiago@gmail.com)

**WEB:** <https://www.beholiday.com/>

## APARTAMENTOS TURÍSTICOS SALOR

**TELÉFONO:** 927 24 64 00

**DIRECCIÓN:** Calle Parras, 2, 10004 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@hotelalfonsoix.com](mailto:info@hotelalfonsoix.com)

**WEB:** <http://www.hotelalfonsoix.com/esp/galapartamentos.html>

## APARTAMENTOS TURÍSTICOS EL PATIO

**TELÉFONO:** 682 89 62 27

**DIRECCIÓN:** C. Andrada, 2, 10003 Cáceres

**CORREO ELECTRÓNICO:** [info@elpatioat.com](mailto:info@elpatioat.com)

**WEB:** <https://elpatioat.com/>



## CASTILLO DE LAS SEGURAS

**TELÉFONO:** 927 23 47 25

**DIRECCIÓN:** Ctra. Nacional Badajoz- Cáceres, km. 11,100



## CASA RURAL DEHESA PEÑA HORCADA

**TELÉFONO:** 616 88 02 38

**DIRECCIÓN:** Crta. Ex-100 (Badajoz-Cáceres), Km.6

**CORREO ELECTRÓNICO:** pehorcada@csmail.com

## CAMPING MUNICIPAL CIUDAD DE CÁCERES

**TELÉFONO:** 699 87 50 56

**DIRECCIÓN:** Crta. N-630 Km. 549,5 Cáceres 10005

**CORREO ELECTRÓNICO:** reservas@campingcaceres.com

**WEB:** <https://www.campingcaceres.com/>

## AREA ESTANCIAL DE VALHONDO

**DIRECCIÓN:** Calle Lope de Vega 3 10003 Cáceres

## CASA RURAL CASTILLO DE CÁCERES

**TELÉFONO:** 630 41 10 89

**CORREO ELECTRÓNICO:** castillodecaceres@gmail.com

**WEB:** <http://www.castillodecaceres.es>

## APARTAMENTO TURÍSTICO ROOM BOUTIQUE CALMA 1.

**TELÉFONO:** 609 422 631

**DIRECCIÓN:** C/ Caleros 6, bajo 1

**CORREO ELECTRÓNICO:** Yolanda@roomhands.com

**WEB:** <http://www.roomhands.com>

## APARTAMENTO TURÍSTICO ADAMA

**TELÉFONO:** 647 41 72 64

**DIRECCIÓN:** C/ Camberos Nº2, 1ªPlanta

**CORREO ELECTRÓNICO:** info@sleepincaceres.com

**WEB:**

<https://sleepincaceres.com/>



# FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS



## APARTAMENTOS TURÍSTICOS LA ALMENA



**TELÉFONO:** 630 601 500

**DIRECCIÓN:** Calle Santo Domingo 3

**CORREO ELECTRÓNICO:** [apartamentosalmena@gmail.com](mailto:apartamentosalmena@gmail.com)

**WEB:** <http://www.apartamentosalmena.com>



## XVII OPEN INTERNACIONAL DE EXTREMADURA TROFEO EXCMA. DIPUTACIÓN DE CÁCERES

8 DE JUNIO. 2024. CÁCERES



### REGLAMENTO ESPECÍFICO DE LAS PRUEBAS

#### 1. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

La necesidad humana y el deseo de permanecer bajo el agua siempre ha sido una característica constante a través de la historia. Recientemente, el progreso científico y técnico ha facilitado el desarrollo del buceo de una manera impensable, logrando con él muchas y diferentes funciones, como recreativas, deportivas, que han supuesto un gran cambio. Desde el punto de vista del buceo deportivo, el buceo se ha convertido en la actualidad en una actividad cotidiana y la sociedad está consciente de sus posibilidades e importancia. Como resultado de muchos factores, tales como:

- El desarrollo de diferentes y nuevas disciplinas de competición subacuática.
- Formación óptima para buceadores de cualquier nivel.
- La necesidad de promover actividades subacuáticas en zonas interiores con difícil acceso al mar o con malas condiciones meteorológicas.
- La promoción de la federación y el fomento de las actividades destinadas a la federación.
- ... el **Buceo de Competición** es ahora una realidad en CMAS.

En la sociedad en general y en el marco federativo en particular, las actividades subacuáticas no deben permanecer ajenas a conceptos como evolución, diversificación, desarrollo y modernización; algo que puede ser ayudado por una nueva disciplina deportiva subacuática, el Buceo de Competición.

#### 2. PROPUESTAS Y OBJETIVOS FUTUROS

Dar a conocer las competiciones de Buceo entre el mayor número posible de buceadores del ámbito de CMAS, sea cual sea su nivel u objetivos, desde el recreo hasta la competición.

Consolidar un circuito estable de eventos territoriales, nacionales o internacionales, como una nueva disciplina de competición de las actividades subacuáticas.

Dar a conocer a la sociedad las competiciones de Buceo como una nueva oferta desde una dinámica, atractiva y en continua evolución de las actividades subacuáticas, que tienen mucho que ofrecer.



## 3. REGLAMENTO DEL DEPORTE DE BUCEO DE COMPETICIÓN

El espíritu del deporte del buceo, a través de su regulación, tiene como objetivo lograr los siguientes objetivos:

- Desarrollar una nueva disciplina deportiva competitiva en las actividades subacuáticas, emprender la evolución y tecnificación de nuestro deporte.
- Impulsar las actividades subacuáticas en zonas interiores, con difícil acceso al mar o con malas condiciones meteorológicas y en cualquier época del año, mediante la práctica de Buceo de competición.
- Generar una óptima y mejor formación para los buceadores, practicando sus habilidades de buceo y destrezas.
- Fomentar la práctica de actividades de buceo en piscina, actuando como un encuentro de animación para federados y aficionados a las actividades subacuáticas.

### 3.1. DEFINICIÓN

El buceo de competición se define como “El conjunto de pruebas de buceo individuales y de equipo con carácter competitivo, que precisan de una técnica, táctica y condiciones psicofísicas específicas, están basadas en las habilidades, destrezas y equipamientos del buceo, se desarrollan en un medio fijo no fluctuante, y están reglamentadas e institucionalizadas dentro de las Actividades Subacuáticas”.

Se considera, por tanto, una actividad física y mental, regulada por normas, institucionalizada y con el objetivo de la competición, que cumple con los requisitos básicos de todo deporte.

## 4. PRUEBAS

### 4.1. PRUEBAS INDIVIDUALES

- TRIAL 100 M
- LIFT BAG 50 M (4 KG)
- OBSTACLE SOLO COURSE 100 M

### 4.2. PRUEBAS DE EQUIPO

- OBSTACLE COURSE TEAMS 100 M
- OCTOPUS 50 M



## 5. REGLAMENTO ESPECÍFICO DE LAS PRUEBAS

### 5.1. NORMAS GENERALES PARA TODAS LAS DISTANCIAS

#### 5.1.1. PROCEDIMIENTO DE SALIDA



|  | <b>Criterios para juzgar</b>   | <b>PENALIZACIONES, en caso de incumplimiento</b> |
|--|--|--|
| Cuando los competidores y los cronometradores estén preparados, el juez principal puede iniciar el silbido largo de señal: los competidores están bajo sus indicaciones. |  |  |
| A la orden «en sus marcas» del juez de salida, los competidores toman la posición de salida; deben mantenerse sin movimiento, hasta que se dé la señal de salida.        | El competidor se mueve después de la orden "en sus marcas"                           | Descalificación                                  |
| En caso de «salida en falso» (real o fingida), el competidor será descalificado. El juez decidirá si interrumpe la prueba o permite que continúe                         | Salida falsa   | Descalificación                                  |
| El juez de salida puede dar la señal de salida si juzga que un competidor se demora excesivamente su puesta en posición.   | Retraso excesivo   | Descalificación                                  |
| Al inicio de la prueba los competidores tomarán la salida con paso o salto de gigante desde la plataforma de salida  | No se realiza el paso o salto de gigante o no se salta desde la plataforma de salida | Descalificación                                  |

#### 5.1.2. REGLAS DURANTE EL RECORRIDO

|  | <b>Criterios para juzgar</b>   | <b>PENALIZACIONES, en caso de incumplimiento</b> |
|--|--|--|
| Cambio de calle: si cualquier parte del competidor (cuerpo o equipo) está fuera de la calle de competición que le corresponde, el competidor será descalificado. | Salida de su calle   | Descalificación                                  |
| Giros: para los giros en U, el competidor debe tocar la parte vertical de la pared, con su mano o aletas   | No tocar la parte vertical de la pared (si es necesario, el competidor puede volver y tocar, para evitar la descalificación) | Descalificación                                  |
| En cualquier caso, ninguna parte del buceador ni del equipo debe aparecer en superficie durante las fases en inmersión de las pruebas.                           | Cualquier parte del buceador o del equipo aparece en superficie durante las fases en inmersión                               | Descalificación                                  |



## 5.1.3. FINAL DEL RECORRIDO O DE DISTANCIA



|  | <b>Criterios para juzgar</b>                    | <b>PENALIZACIONES, en caso de incumplimiento</b> |
|--|---|--|
| El equipo se considerará completo si al final de la prueba está presente todo el equipo obligatorio o el opcional que el competidor haya decidido utilizar.  | El equipo no está completo                      | +10 seg.   |
| El equipo se considerará ajustado si la máscara está correctamente en la cara, los dos cierres ventrales del chaleco estabilizador están correctamente ajustadas, la botella firme en la espalda, las cintas de los hombros correctamente colocadas, regulador, octopus y manómetro accesible y los latiguillos del equipo no están enredados en los brazos del buceador o en otra parte del equipo. | El equipo no está correctamente ajustado        | +10 seg.   |
| El manómetro debe indicar al menos 50 bares / 750 PSI al final del recorrido   | El manómetro indica menos de 50 bares / 750 PSI | +10 seg.   |
| Al final de la distancia, o en caso de retirada, el competidor debe permanecer en su línea o en la zona que le correspondía, esperando la instrucción del juez cronometrador para salir.   | En caso de interferencia con otro atleta        | Descalificación                                  |

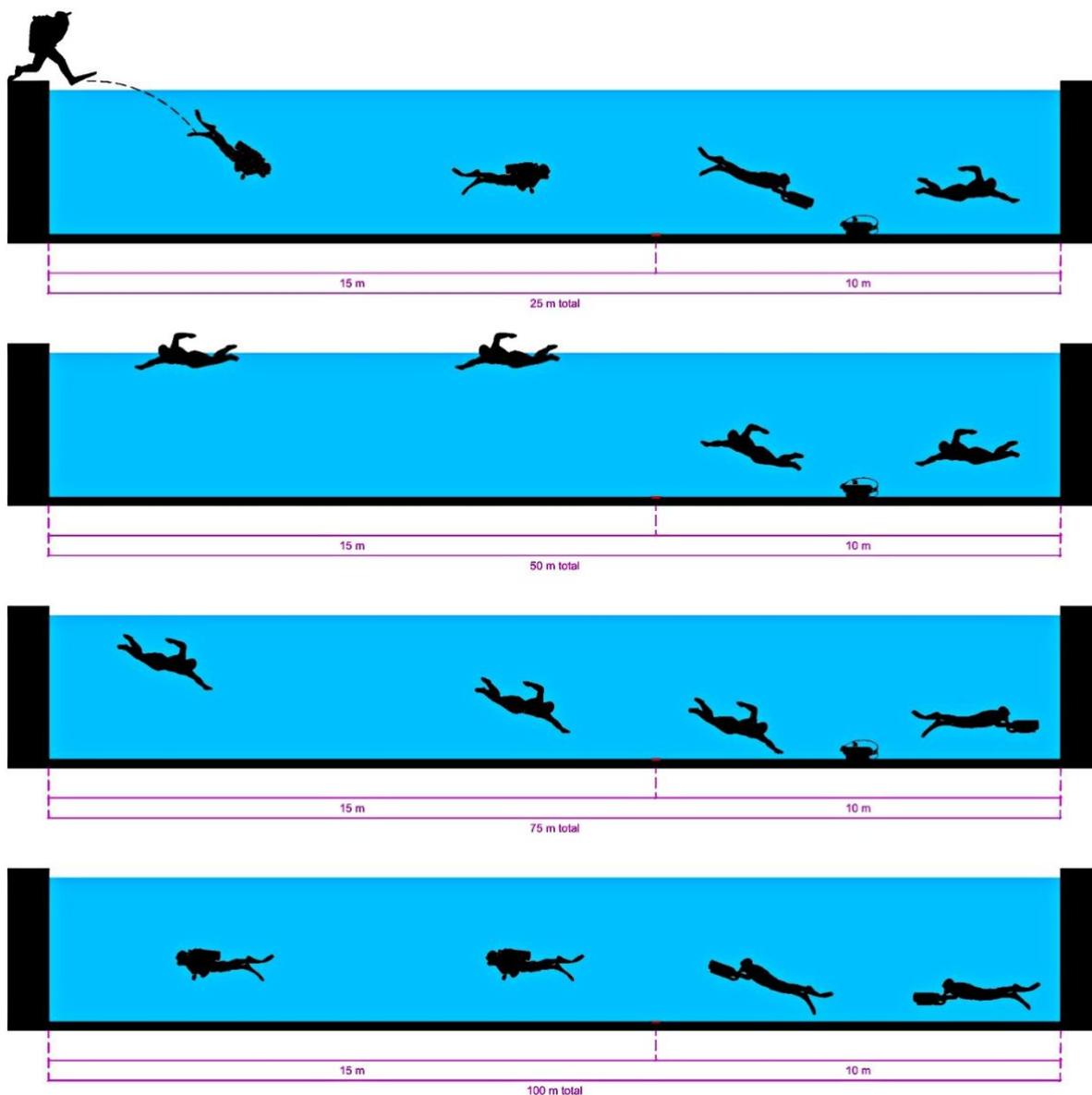
## 5.2. TRIAL 100M

La Trial es una prueba en la que se practican diferentes habilidades: natación rápida en superficie, natación bajo el agua, apnea, manejo y control del equipo en inmersión.

La prueba se desarrolla en una piscina de 25 metros. El deportista salta al agua con paso de gigante e inicia inmediatamente la natación en inmersión. El competidor debe despojarse de su equipo y dejarlo entre las líneas de 15 y 35 metros. A partir de los 35 metros debe nadar en superficie hasta alcanzar los 50 metros. Realiza el giro y se sumerge inmediatamente en apnea para recuperar su equipo. Se coloca el equipo y termina la distancia.

Al finalizar la prueba el buceador debe tener el equipo correctamente colocado y el manómetro debe marcar más de 50 bares / 750 PSI.

### 5.2.1. ESQUEMA DE LA PRUEBA





## 5.2.2. REGLAS DE PRUEBA

### 5.2.2.1. Parte #1: Empezar



|   | Criterios para juzgar  | PENALIZACIONES, en caso de incumplimiento |
|---|--|---|
| A la señal de salida, el deportista salta con paso o salto de gigante desde la plataforma de salida y se sumerge inmediatamente | No salta desde lo alto de la plataforma o no lo hace con paso o salto de gigante | Descalificación                           |
|   | No se sumerge inmediatamente   | +10 seg.                                  |

### 5.2.2.2. Parte #2: Proceso

|  | Criterios para juzgar   | PENALIZACIONES, en caso de incumplimiento |
|--|---|---|
| El deportista debe completar todos los pasos, sin hacer ningún movimiento en superficie durante las fases de inmersión.  | Paso no realizado   | DSQ                                       |
| <b>Paso # 1: Comienzo</b>  |   |   |
| El deportista puede empezar a despojarse del equipo nada más saltar al agua.   |   |   |
| Deja todo su equipo (botella, chaleco, regulador), entre las líneas de 15 y 35 metros. El regulador no puede quedar sobre las líneas ni traspasarlas                   | Dejar el equipo antes de la línea de 15 m. o después de la línea de 35 m.                                     | +10 seg.                                  |
| El deportista nada bajo el agua en apnea, hasta la línea de 35 metros  | Emerger antes de la línea de 35 m.  | +10 seg.                                  |
| <b>Paso # 2: fase de superficie</b>  |   |   |
| El competidor emerge con equipo ligero (máscara, aletas y snorkel) entre la línea de 35 m y la pared de 50 m. Nada por superficie hasta completar los 50 metros        | El equipo ligero no está completo o no nada en superficie   | +10 seg.                                  |
| El competidor debe respirar en superficie por el snorkel   | No utiliza el snorkel para respirar   | +10 seg .                                 |
| <b>Paso # 3: Segunda apnea y fin de la prueba</b>  |   |   |
| El deportista debe tocar la pared y sumergirse en apnea para ir a recuperar su equipo. Tiene dos alternativas:<br>1) Puede tocar la pared y sumergirse inmediatamente. | Se separa de la pared o no mantiene una mano visible en superficie en el borde de la piscina mientras respira | +10 seg.                                  |



|  |   |                 |
|--|---|-----------------|
| 2) Puede tocar la pared, pararse a respirar sin separarse de la pared con una mano siempre visible en superficie en el borde de la piscina, y después sumergirse en apnea para continuar la prueba | No se sumerge antes de la línea de 3m         | +10 seg.        |
| El competidor debe recuperar su equipo sin subir a superficie  | No completa la apnea para recuperar su equipo | Descalificación |
| El competidor se pone su equipo en la espalda mientras termina la prueba   |   |                 |
| <b>Paso # 4: inmersión / fin de la prueba</b>  |   |                 |
| El competidor se coloca el equipo y nada bajo el agua hasta completar la distancia de 100 m  |   |                 |

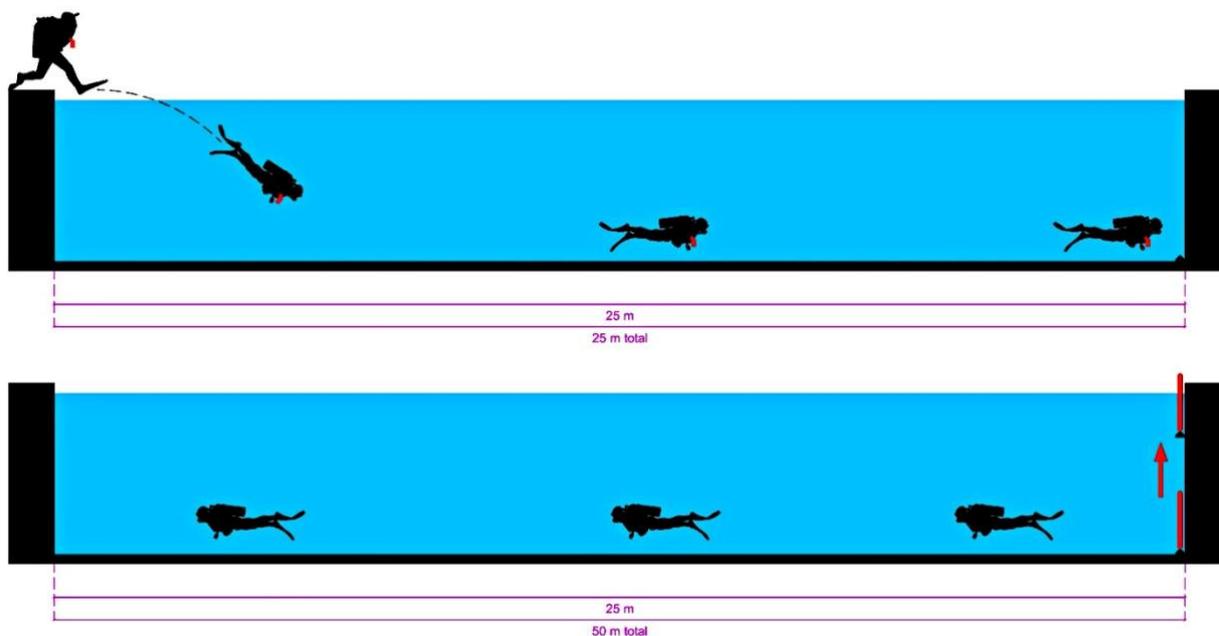
### 5.2.2.3. Parte #3: Terminar

|  | Criterios para juzgar                    | PENALIZACIONES, en caso de incumplimiento |
|--|--|---|
| El cronómetro se detiene cuando el competidor toca con la mano la parte vertical de la pared al completar los 100 m. |  |   |
| Al finalizar la prueba el equipo debe estar completo y correctamente ajustado  | El equipo no está completo               | +10 seg.                                  |
|  | El equipo no está correctamente ajustado | +10 seg.                                  |
| La clasificación se basa en los mejores tiempos después de agregar las penalizaciones                                |  |   |

## 5.3. LIFT BAG 50 M (4 KG)

- Esta prueba se realiza en una piscina de 25 metros.
- Consiste en un desplazamiento subacuático sobre una distancia de 25 metros y la elevación de un objeto de 4 kg solo con la ayuda de un globo ascensor o boya.
- Termina con un desplazamiento subacuático hasta completar los 50m. lo más rápido posible.
- Cada competidor debe tener un globo elevador o boya proporcionado por el organizador.

### 5.3.1. ESQUEMA DE LA PRUEBA (VERSIÓN 25M)



C.I.F.:G10244044 – N° Registro: FE-2

## REGLAS DE LA PRUEBA

### 5.3.1.1. Parte #1: Empezar

|  | Criterios para juzgar  | PENALIZACIONES en caso de incumplimiento |
|--|--|--|
| A la señal de salida, el deportista salta con paso o salto de gigante desde la plataforma de salida y se sumerge inmediatamente. | No salta desde lo alto de la plataforma o no lo hace con paso o salto de gigante | Descalificación                          |
|  | No se sumerge inmediatamente   | +10 seg.                                 |
| El globo elevador debe estar enrollado y en su bolsa antes de comenzar la prueba   | Desenrollar la boya antes de comenzar  | +10 seg.                                 |

### 5.3.1.2. Parte #2: Proceso



# FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS



|  | Criterios para juzgar   | PENALIZACIONES en caso de incumplimiento |
|--|---|--|
| El competidor debe realizar 25 metros de desplazamiento subacuático  |   |  |
| Debe enganchar la boya en el objeto y luego levantar el objeto inyectando aire en la boya.   | Inflar el globo elevador antes de fijarlo al lastre                   | +10 seg.                                 |
| La boya debe hincharse usando la segunda etapa del regulador u octopus   | No hincha la boya con usando una de las segundas etapas del regulador | +10 seg.                                 |
| La boya debe emerger y permanecer en la superficie del agua, con el peso sujeto a ella, hasta que el competidor termine la prueba. | La boya no aparece en superficie                                      | Descalificación                          |
|  | La boya no se mantiene en superficie hasta el final de la prueba      | Descalificación                          |
|  | La boya aparece sin su lastre   | Descalificación                          |
| La boya debe aparecer y permanecer en la calle del competidor hasta el final de la prueba.   | La boya aparece en una calle diferente a la del competidor            | Descalificación                          |
| El competidor alcanza el borde opuesto de la piscina   |   |  |

### 5.3.1.3. Parte #3: Terminar

|   | Criterios para juzgar | PENALIZACIONES, en caso de incumplimiento |
|---|-----------------------|---|
| El cronometro se detiene cuando el competidor toca la pared con la mano.                    |                       |   |
| La clasificación se basa en los mejores tiempos, después de agregar cualquier penalización. |                       |   |

## 5.4. OBSTACLE SOLO COURSE 100M

Esta es una prueba individual que se desarrolla sobre un recorrido de 100 metros durante el cual se ejecutan y practican distintas habilidades que debe dominar un buceador de nivel CMAS P1E

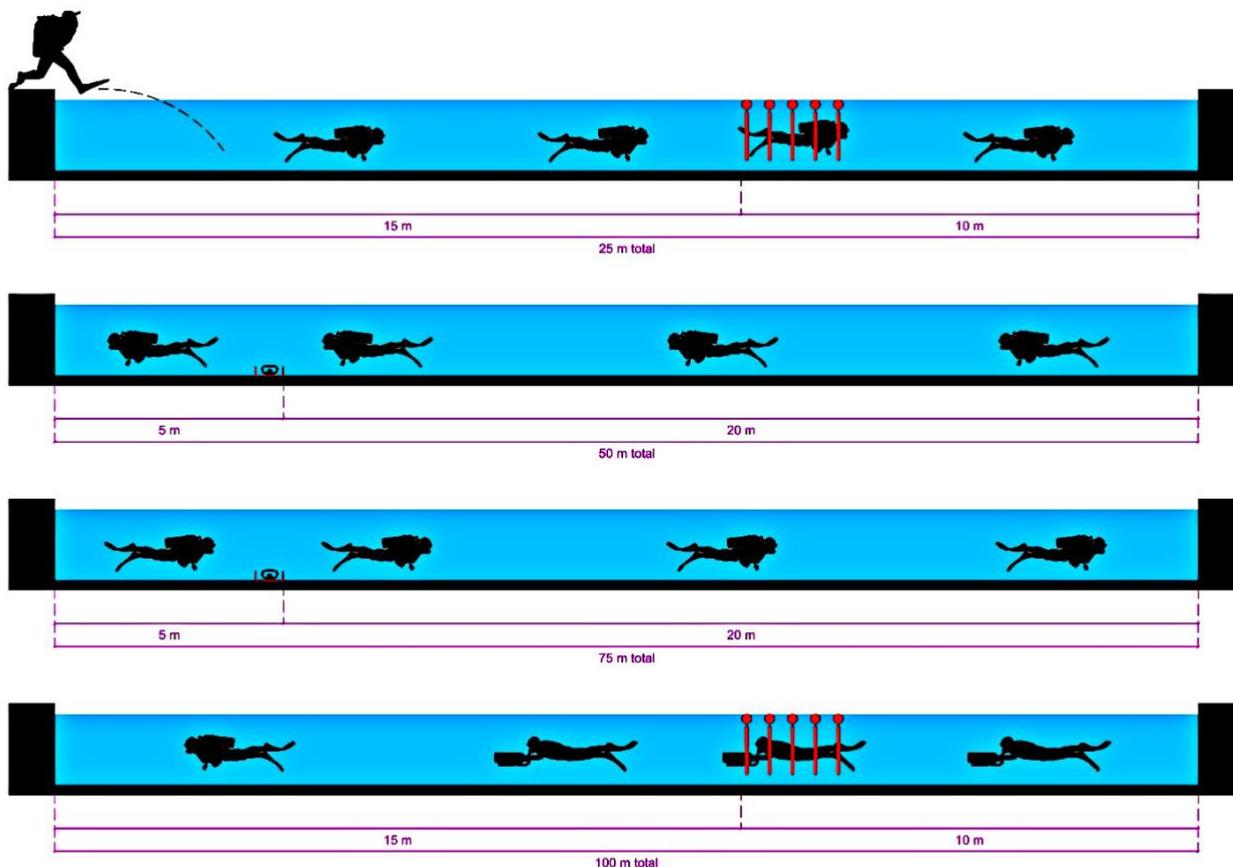
### 5.4.1. EL TÚNEL (PASOS #1 Y #3)

- Hay 1 túnel en la piscina: 2 metros de largo.
- El túnel está compuesto por varios aros de un diámetro de entre 90cm y 100cm. Se mantienen verticales y paralelos entre sí.
- La parte superior del túnel se encuentra a una profundidad de entre 50 y 100 cm.
- Los anillos están equipados con sistema desmontable como una cadena con eslabón abierto o equivalente.
- El primer paso por el túnel se lleva a cabo con el equipo a la espalda. El paso de vuelta se realiza con el equipo sacado de la espalda.

### 5.4.2. CAJAS PARA MÁSCARAS (PASO #2)

- La caja se coloca a 45 metros de la salida
- Debe estar bien lastrada para que no se mueva por los movimientos de los buzos.

### 5.4.3. ESQUEMA DE LA PRUEBA





## 5.4.4. REGLAS DE LA PRUEBA

### 5.4.4.1. Parte #1: Empezar

|  | Criterios para juzgar  | PENALIZACIONES, en caso de incumplimiento |
|--|--|---|
| A la señal de salida, el deportista salta con paso o salto de gigante desde la plataforma de salida y se sumerge inmediatamente. | No salta desde lo alto de la plataforma o no lo hace con paso o salto de gigante | Descalificación                           |
|  | No se sumerge inmediatamente   | +10 seg.                                  |

### 5.4.4.2. Parte #2: Proceso (3 pasos)

|   | Criterios para juzgar   | PENALIZACIONES, en caso de incumplimiento |
|---|---|---|
| El competidor debe completar los 3 pasos  | No realizó un paso  | Descalificación                           |
| <b>Paso # 1: túnel de 2 m</b>   |   |   |
| El competidor pasa a través del túnel con la botella a la espalda   | El competidor no pasa a través del túnel                                    | Descalificación                           |
|   | El competidor no pasa con la botella a la espalda                           | Descalificación                           |
| El competidor sale del túnel sin ayuda, sin destruir la estructura y sin desplazarla  | Necesita ayuda o destruye la estructura (suelta más del 50% de los anillos) | Descalificación                           |
|   | Suelta menos de 50% de anillos o desplaza la estructura                     | +10 seg.                                  |
| <b>Paso # 2: máscaras</b>   |   |   |
| El competidor coloca su máscara en la caja  | Falla al colocar la máscara en la caja                                      | Descalificación                           |
| Recoge la máscara de la caja  | No recoge la máscara de la caja   | Descalificación                           |
| Se coloca la máscara correctamente (la corrección en la colocación de la máscara se juzgará al finalizar la prueba, junto al resto del equipo del buceador) | No se coloca la máscara correctamente                                       | +10 sec.                                  |
| <b>Paso # 3: túnel de 5 m</b>   |   |   |
| El competidor se quita su equipo y atraviesa el túnel de 2m, sin la botella en la espalda   | El competidor no pasa a través del túnel                                    | Descalificación                           |
|   | El competidor pasa el túnel con la botella a la espalda                     | Descalificación                           |



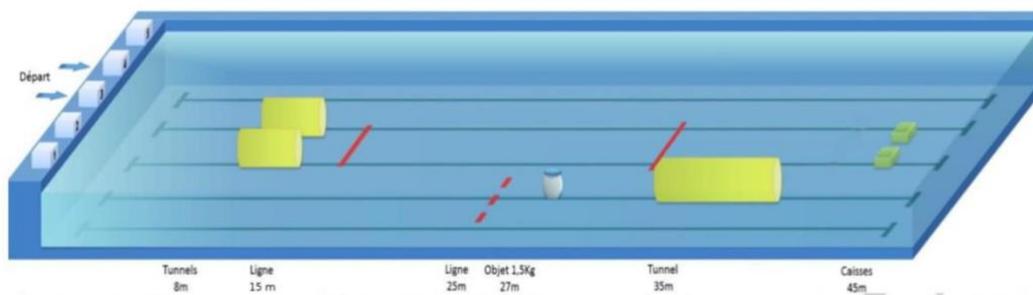
|  |   |                 |
|--|---|-----------------|
| El competidor sale del túnel sin ayuda, sin destruir la estructura y sin desplazarla                                 | Necesita ayuda o destruye la estructura (suelta más del 50% de los anillos) | Descalificación |
|  | Suelta menos de 50% de anillos o desplaza la estructura                     | +10 seg.        |
| El competidor se coloca nuevamente su equipo y termina la prueba con el equipo correctamente colocado en la espalda. |   |                 |

### 5.4.4.3. Parte #3: Terminar

|   | Criterios para juzgar | PENALIZACIONES en caso de incumplimiento |
|---|-----------------------|--|
| El cronómetro se detiene cuando el competidor toca con la mano la parte vertical de la pared. |                       |  |
| La clasificación se basa en los mejores tiempos, después de sumar todas las penalizaciones.   |                       |  |

## 5.5. OBSTACLE COURSE TEAMS 100M

Esta es una prueba de equipos (parejas) sobre un recorrido de 100 metros durante el cual se practican diversas habilidades y se ejecutan tareas reflejadas en el nivel CMAS P1E: Respiración de una misma botella, vaciado de máscara, despojarse y colocarse el equipo.



### 5.5.1. LOS TÚNELES (PASO #1 Y #4)

- Hay 3 túneles en la piscina: dos túneles de 2 metros de largo, colocados uno al lado del otro y un túnel de 5 metros de largo.
- Los túneles están compuestos por varios aros de un diámetro entre 90 y 100 cm. Son mantenidos verticales y paralelos entre sí.
- La parte superior de los túneles tiene una profundidad de entre 50 cm y 100 cm.
- Los aros están equipados con sistema desmontable como una cadena con eslabón abierto o equivalente.
- La posición de los túneles se realiza como se muestra en el esquema

### 5.5.2. CAJAS PARA MASCARAS (PASO #3)

- Deben estar bien lastradas para que los competidores no las desplacen con sus movimientos.

### 5.5.3. ARRASTRE (PASO #5)

- Se utilizará un maniquí de salvamento que se colocará según se muestra en el esquema.

### 5.5.4. ESQUEMA DE LA PRUEBA

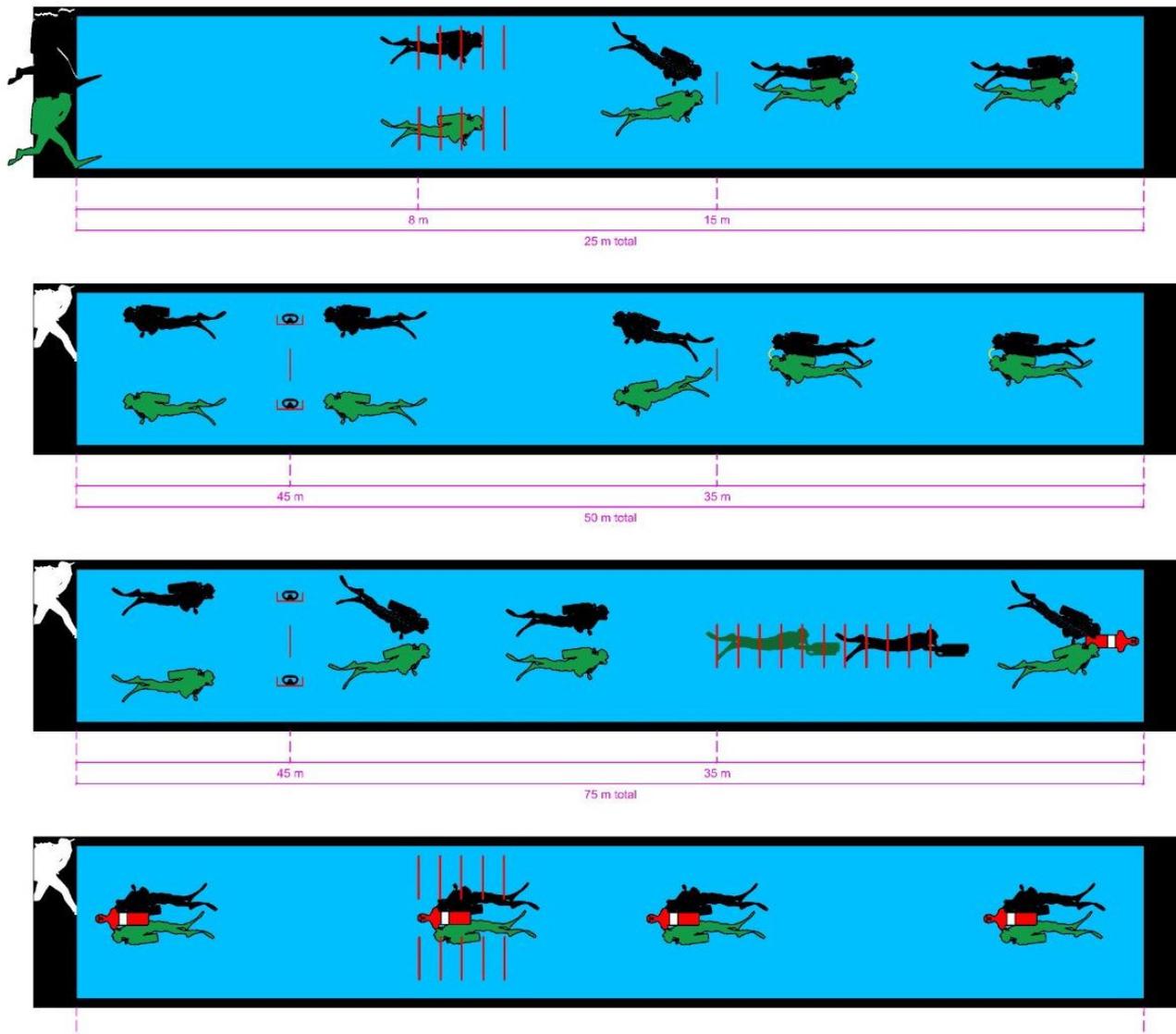
**Pasos #1, #2, #3, de 0 a 50 metros:**

- paso por el primer túnel con el equipo en la espalda,
- recorrido de respiración compartida del octopus del compañero
- quitarse la máscara y colocarla en la caja

**Pasos #4 y #5, de 50 a 100 metros:**

- colocarse y vaciar la máscara
- sacarse el equipo
- paso por el segundo túnel con el equipo sacado
- ponerse el equipo

- arrastre del maniquí en superficie



C.I.F.:G10244044 – N° Registro: FE-2

## 5.5.5. REGLAS DE LA PRUEBA

### 5.5.5.1. Parte #1: Empezar

|  | Crterios para juzgar   | PENALIZACIONES en caso de incumplimiento |
|--|--|--|
| A la se#al de salida, el deportista salta con paso o salto de gigante desde la plataforma de salida y se sumerge inmediatamente. | No salta desde lo alto de la plataforma o no lo hace con paso o salto de gigante | Descalificaci3n                          |
|  | No se sumerge inmediatamente   | +10 seg.                                 |



## 5.5.5.2. Parte #2: Proceso (5 pasos)



|   | Criterios para juzgar   | PENALIZACIONES en caso de incumplimiento |
|---|---|--|
| Los competidores deben completar los 5 pasos  | No realiza un paso  | Descalificación                          |
| <b>Paso # 1: túnel de 2 m</b>   |   |  |
| El competidor pasa a través del túnel con la botella a la espalda   | El competidor no pasa a través del túnel                                    | Descalificación                          |
|   | El competidor no pasa con la botella a la espalda                           | Descalificación                          |
| El competidor sale del túnel sin ayuda, sin destruir la estructura y sin desplazarla  | Necesita ayuda o Destruye la estructura (suelta más del 50% de los anillos) | Descalificación                          |
|   | Suelta menos de 50% de anillos o desplaza la estructura                     | +10 seg.                                 |
| <b>Paso # 2: octopus</b>  |   |  |
| El competidor elige mantener o no mantener un contacto físico con la mano o el equipo durante este paso.  |   |  |
| Uno de los competidores toma el octopus del compañero antes de la línea de 15 metros y comparte el aire hasta pasada la línea de 35 metros                  | El competidor toma el octopus después la línea de 15m                       | +10 seg.                                 |
| Después de la línea de 35 m cada competidor usa su equipo propio.   | Devuelve el octopus antes de la línea de 35 metros                          | +10 seg.                                 |
| <b>Paso # 3: máscaras</b>   |   |  |
| Cada competidor coloca su máscara en su caja<br>Cada competidor coloca su máscara en su caja  | No colocar la máscara en la caja  | Descalificación                          |
|   | Colocan las máscaras en la misma caja                                       | +10 seg.                                 |
| Los deportistas recogen la máscara de la caja   | No recoger la máscara de la caja  | Descalificación                          |
| Se coloca la máscara correctamente (la corrección en la colocación de la máscara se juzgará al finalizar la prueba, junto al resto del equipo del buceador) | No se coloca la máscara correctamente                                       | +10 sec.                                 |
| <b>Paso # 4: túnel de 5 m</b>   |   |  |
| Los competidores se quitan sus equipos  |   |  |
| Los competidores pasan por el túnel de 5m. Un atleta detrás del otro, sin la botella en su espalda  | El competidor no pasa a través del túnel                                    | Descalificación                          |
|   | El competidor pasa con la botella a la espalda                              | Descalificación                          |



|   |   |                 |
|---|---|-----------------|
| Los competidores salen del túnel sin ayuda, sin destruir la estructura y sin desplazarla.   | Necesita ayuda o Destruye la estructura (suelta más del 50% de los anillos) | Descalificación |
|   | Suelta menos del 50% de anillos o desplaza la estructura                    | +10 seg.        |
| Los competidores se vuelven a poner su equipo   |   |                 |
| <b>Paso # 5: Fase de remolque con objeto</b>  |   |                 |
| Una vez pasado el túnel, los buceadores recogen el maniquí para formar un trinomio.<br>Todo el trinomio emerge verticalmente antes de la línea de 25m y termina por superficie los 25 metros restantes                    | No emerger antes de la línea de 25 metros                                   | +10 seg.        |
| El trinomio debe permanecer unido y los dos competidores deben permanecer en contacto con el objeto hasta la llegada.<br>(Se puede usar respiración natural, o regulador o snorkel para realizar esta parte de la prueba) | Pérdida de contacto con el objeto una o varias veces                        | +10 seg.        |
| Al menos un elemento del trinomio debe ser siempre visible en superficie, durante el arrastre del maniquí   | Ningún elemento es visible  | +10 seg.        |

### 5.5.5.3. Parte #3: Terminar

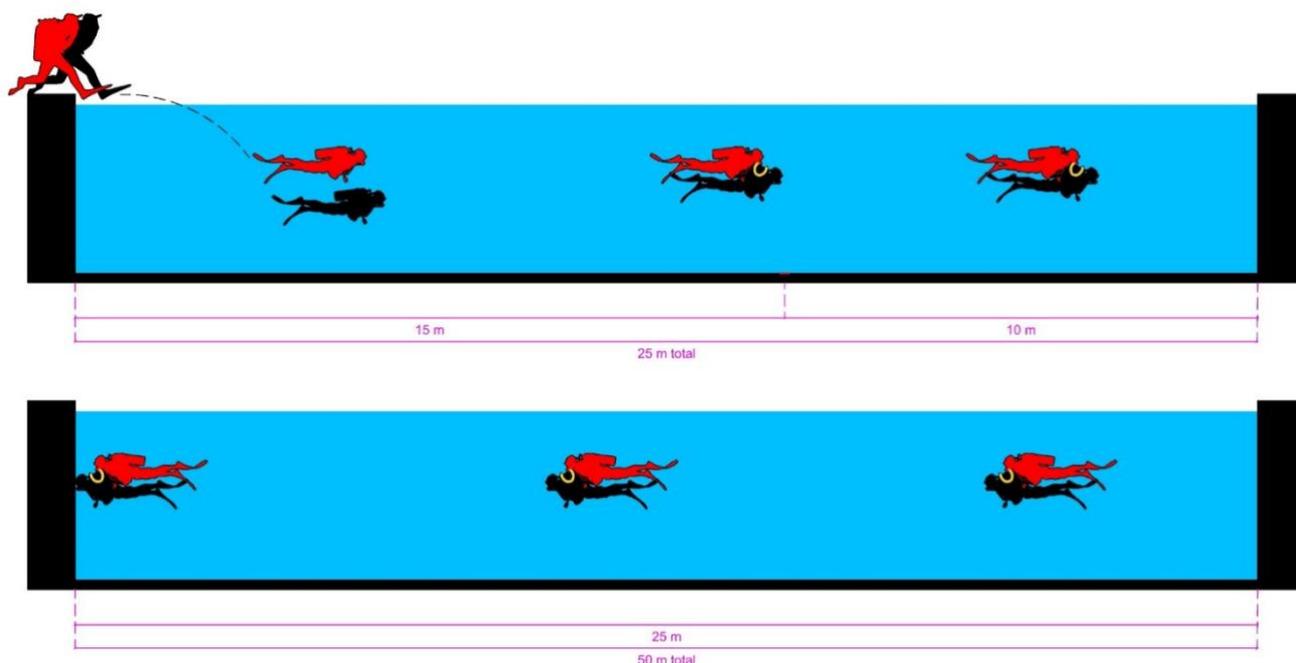
|   | <b>Criterios para juzgar</b>                                   | <b>PENALIZACIONES en caso de incumplimiento</b> |
|---|--|---|
| El trinomio, siempre junto y sin separarse, deberá pasar por la calle formada por los dos túneles, sin desmontar ni desplazar las calles o los aros | Uno o varios de los miembros del trinomio no pasa por la calle | Descalificación                                 |
| El trinomio, siempre junto y sin separarse, deberá pasar por la calle formada por los dos túneles, sin desmontar ni desplazar las calles o los aros | Desmonta más del 50% de los elementos de la calle de llegada   | Descalificación                                 |
|   | Desmonta menos del 50% de los elementos de la calle de llegada | +10 seg.  |
|   | Destruye la estructura (suelta más del 50% de los anillos)     | Descalificación                                 |
|   | Desmonta menos del 50% de los anillos o desplaza la estructura | +10 seg.  |
| El cronometro se detiene cuando uno de los miembros del trinomio toca con la mano la parte vertical de la pared de llegada.                         |  |   |
| La clasificación se basa en los mejores tiempos después de sumar todas las penalizaciones.  |  |   |

## 5.6. OCTOPUS 50 M

Se trata de una prueba por equipos que se desarrolla sobre una distancia de 50 metros.

- Ambos buceadores toman la salida al mismo tiempo, desde la plataforma de salida.
- Ambos buceadores deben saltar al agua equipados con el equipo completo de buceo.
- Durante todo el recorrido uno de los buceadores tomará aire del octopus del compañero.
- La longitud máxima del latiguillo del octopus será de 110 cm.

### 5.6.1. ESQUEMA DE LA PRUEBA



### 5.6.2. REGLAS DE LA PRUEBA

#### 5.6.2.1. Parte #1: Empezar

|   | Crterios para juzgar  | PENALIZACIONES en caso de incumplimiento |
|---|---|--|
| A la se~al de salida, ambos competidores saltan completamente equipados con paso o salto de gigante desde la plataforma de salida y se sumergen inmediatamente. | Alguno de los competidores no salta desde lo alto de la plataforma o no lo hace con paso o salto de gigante | Descalificaci3n                          |
|   | No se sumerge inmediatamente  | +10 seg.                                 |



# FEDERACIÓN EXTREMEÑA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS



## 5.6.2.2. Parte #2: Proceso



|   | Criterios para juzgar                                  | PENALIZACIONES en caso de incumplimiento |
|---|--|--|
| Los competidores deben completar todos los pasos de la distancia  | Paso no realizado                                      | Descalificación                          |
| Una vez bajo el agua, el receptor debe tomar el octopus del compañero y comenzar a respirar de él antes de la línea de 15m. | Comenzar a compartir aire pasada la línea de 15 metros | +10 seg.                                 |
| El competidor elige mantener o no mantener un contacto físico con la mano o equipos, durante esta fase.                     |  |  |
| El receptor debe respirar del octopus del compañero, sin perderlo, durante todo el recorrido.                               | Pérdida del octopus una vez o más                      | +10 seg.                                 |

## 5.6.2.3. Parte #3: Terminar

|  | Criterios para juzgar           | PENALIZACIONES, en caso de incumplimiento |
|--|---------------------------------|---|
| El receptor debe respirar del octopus del compañero, sin perderlo, durante todo el recorrido.        | Respirar aire del propio equipo | Descalificación                           |
| El cronómetro se detiene cuando el donante toca con la mano la parte vertical de la pared de llegada |                                 |   |
| La clasificación se basa en los mejores tiempos, después de agregar cualquier penalización.          |                                 |   |

