CONSELHO DE ARBITRAGEM

COMITÉ DE ARBITRAGEM MERGULHO EM APNEIA

REGULAMENTO DE EVENTOS INDOOR MERGULHO EM APNEIA

VERSÃO 1.0 / 2020

CAPITULO I

GENERALIDADES

ARTIGO 1°

(Uso de Barbatanas)

1. O atleta pode usar uma monofin ou bi-barbatanas (exceto na prova de -FIN).
2. Quando são usadas barbatanas, elas devem ser usadas apenas pela energia muscular do atleta, sem uso de qualquer mecanismo.
3. Em eventos bi-barbatanas não é apenas o material que importa, mas também o estilo de natação: a pernada de golfinho (um ciclo é para cima e para baixo) é permitido, exceto em uma zona de 3 metros nas zonas de início e de viragem.

ARTIGO 2°

(Técnicas de Propulsão)

1. Propulsão simultânea dos membros inferiores consiste no movimento em que as pernas realizam a ação ascendente e descendente em simultaneamente em cada ciclo de pernada.
2. Propulsão alternada dos membros inferiores consiste no movimento em que as pernas realizam a ação ascendente e descendente de forma alternada em cada ciclo de pernada.
3. As técnicas de nado livre são definidas como todas as ações propulsivas do corpo do atleta na coluna de água.

ARTIGO 3°

(Equipamentos)

1. A máscara ou óculos, devem ser transparentes para permitir a visualização dos olhos dos atletas pelos juízes.
2. Mola ou clipe nasal.
3. Fato de proteção térmica.
4. Os atletas podem utilizar equipamento de lastro pessoal:

4.1. O lastro tem de apresentar obrigatoriamente um sistema de libertação rápida e utilizado sobre o restante equipamento.

4.2. O lastro poderá ser libertado pelo atleta durante a tentativa ou no protocolo de superfície.

ARTIGO 4º

(Disciplinas)

1. Dinâmica

1.1. Dinâmica é uma disciplina onde o atleta procura atingir a maior distância horizontal, mantendo o corpo abaixo da superfície da água em apneia com Mono-barbatanas, Bi-barbatanas (DYN ou DYN BF) ou sem barbatanas (DNF).

1.2. Esta disciplina pode ser realizada em piscina ou em águas abertas, com classificação:

1.2.1. Separadas por tipo de barbatanas ou em conjunto;

1.2.2. Sem Barbatanas

2. Estática

2.1. Estática é uma disciplina onde o atleta procura atingir uma duração máxima de "Apneia" tendo por base um tempo de performance previamente anunciada.

3. Speed-Endurance

3.1. Speed-Endurance é uma disciplina onde o atleta procura atingir uma distância definida no mínimo de tempo possível.

3.2. O evento é realizado em piscina e consiste na realização de percursos subaquáticos com recuperação à superfície nas paredes da extremidade longitudinal (parede de partidas, chegadas ou viragens) da piscina.

3.3. Esta disciplina é realizada com barbatanas, sem divisão entre bi-barbatanas e mono-barbatanas e com uma classificação única.

3.4. As distâncias típicas da disciplina Speed-Endurance são:

3.4.1. Velocidade: 2x50m

3.4.2. Resistência: 8x50m e 16x50m.

CAPITULO II

REGRAS TÉCNICAS GERAIS

ARTIGO 5º

(Uso de Oxigênio)

Antes da tentativa a utilização de oxigênio é estritamente proibida. Caso se detete o uso de oxigênio ou de uma mistura gasosa enriquecida com oxigênio por parte de um atleta, este será imediatamente desclassificado e submetido a um procedimento disciplinar.

ARTIGO 6º

(Perda de Consciência – Black Out)

1. O atleta é desclassificado por perda de controlo motor se não conseguir concluir o Protocolo de superfície.
2. Em caso de perda de consciência - Black Out, e/ou se o juiz decidir que o atleta necessita de auxílio, pode ordenar aos assistentes de segurança para iniciarem os protocolos de segurança. Em ambos os casos o atleta desclassificado por perda de consciência – Black Out e suspenso do evento e resto da competição.

ARTIGO 7º

(Penalizações)

1. Sempre que se observe uma infração de acordo com as regras técnicas especificas de cada disciplina, aplica-se uma penalização geral.
2. Penalizações Gerais por Disciplina:
   2.1. Dinâmicas a penalização geral aplicada é a subtração de 3 (três) metros à performance por cada infração observada.
   2.2. Speed-Endurance a penalização geral aplicada é a subtração de frações de 10% do tempo final por cada infração observada.
   2.3. Estática não se aplica penalização geral.

ARTIGO 8º

(Violação de Regras)

A violação das regras leva a uma desclassificação do atleta no evento, com exceção da aplicação de penalizações de acordo nos artigos específicos das disciplinas.

ARTIGO 9º

(Plano de Emergência e Segurança)

1. A competição deverá apresentar um Plano de Emergência e Segurança previamente aprovado pelo Delegado Técnico e Juiz Chefe.
2. A assistência médica na competição deve cumprir com todos os procedimentos definidos no Plano de Emergência e Segurança.
3. Em caso de necessidade de se acionar o Plano de Emergência e Segurança deverá ser elaborado um relatório da ocorrência.
4. A equipa médica e/ou segurança é nomeada pela FPAS, podendo ser composta por:
   4.1. Um médico (MD) com formação em Reanimação cardiorrespiratória, e capaz de prestar primeiros socorros, que é o responsável pela equipa estando obrigatoriamente presente na área de competição.
   4.2. Um número de mergulhadores apneistas e auxiliares de segurança.
   4.3. Uma ambulância reservada para a área de competição, com um médico a bordo, que deve estar localizado em terra, perto do Centro de Saúde,
   4.4. Uma instalação hospitalar oficial que deve ser facilmente acessível para a ambulância.
   4.5. A disponibilidade de transporte sanitário de helicóptero é aconselhável.

5. Os mergulhadores apneistas e auxiliares de segurança deverão estar equipados com:
   5.1. Pequenas máscaras para respiração artificial,
   5.2. Kit de oxigênio equipado com um regulador,
   5.3. Água e bebidas açucaradas,
   5.4. Qualquer outro equipamento, a critério do médico.

ARTIGO 10°

(Protocolos)

1. Protocolo de Partida

1.1. Os atletas admitidos a concurso devem estar presentes uma hora antes do início, no local definido pelo Delegado Técnico, como na área de aquecimento que está situado perto da área de competição.

1.2. Trinta (30) minutos antes do seu início (dos últimos três minutos), os atletas devem estar à disposição do juiz de aquecimento que irá informar o Juiz principal.

1.3. Somente no período de últimos 30 (trinta) minutos antes do seu início, o atleta tem permissão para ir para dentro da água.

1.4. Os atletas vão começar a cada 5 (cinco) minutos no mínimo.

1.5. No caso da existência de várias pistas de competição a competição vai começar ao mesmo tempo.

1.6. A tentativa começa quando o juiz principal informa o atleta que ele deve ir para a área de início.

1.7. O atleta terá, então, três minutos para preparar-se para mergulhar. Se o ponto de partida é livre do atleta anterior, o atleta pode vir lá mais cedo, pedindo o juiz superfície.

1.8. Ele será lembrado das vezes pelo juiz principal;

1. Últimos 3 minutos / 2 minutos / 1,5 minutos / 1 minuto / 30s / 20s / 10s / 5, 4, 3, 2, 1 / "Top Time" / + 10s / + 20s / 25, 26, 27, 28, 29, 30.
2. O atleta pode começar a partir do "Top Time" até + 30 segundos (janela 30). Se as vias aéreas não estiverem submersas até atingir a contagem de + 30 segundos, é desqualificado (exceto na disciplina de Speed-Endurance).
3. Na disciplina de Speed-endurance os cronometristas iniciam a contagem do tempo no "Top Time".
4. O atleta não está autorizado a iniciar a performance antes do "Top Time".

1.9. A contagem regressiva deve ser anunciada em Inglês em todas as competições internacionais.

2. Protocolo Final ou de Superfície

2.1. No fim da tentativa, o atleta pode empurrar o fundo da piscina para voltar à superfície.

2.2. Quando o atleta coloca as vias respiratória fora de água, dá-se início à

contagem de 20 (vinte) segundos. Durante este período, o atleta deve completar o Protocolo de Superfície – "OK", Sinal universal das atividades subaquáticas que consiste em realizar um círculo com o polegar e o indicador, estendendo os restantes três dedos, da mesma mão. Este sinal deverá ser orientado para a direção do juiz de superfície.

2.2.1. O atleta não pode receber qualquer ajuda externa, devendo manter-se à superfície, podendo-se apoiar na pista que delimitam a zona de prova.

2.2.2. É definido como toque acidental (sem agarrar), apenas por um tempo para um máximo de 3 (três) segundos e sob decisão do juiz.

2.3. O atleta deverá manter a cabeça sobre a superfície até que a sua performance seja validade pelo juiz. Define-se como cabeça sobre a superfície, quando esta apresenta as vias respiratórias acima do nível criado pela linha imaginária definida pelo corte transversal que passe pelas orelhas, queixo e nuca do atleta.

2.4. Durante o protocolo, a cabeça do atleta (como definido anteriormente) não pode estar em contacto com a pista ou com qualquer parte do corpo, como mãos, braços etc. para obter apoio / ajuda. Caso o juiz observe alguma das situações, deverá pedir ao assistente de segurança para segurar / ajudar o atleta que leva a uma desclassificação por "Perda de Consciência - BO".

2.5. Para o Protocolo de superfície em competições CMAS, tem obrigatoriamente um Delegado Técnico (nomeado pela CMAS), um juiz de superfície (nomeado pela CMAS) e um Juiz Nacional responsável pela gravação do vídeo.

2.6. Para o Protocolo de superfície em competições nacionais, tem obrigatoriamente um Delegado Técnico (nomeado pela FPAS) e Equipas de Juízes (nomeado pela CMAS), podendo as gravações de vídeo ser realizadas por auxiliares.

2.7. Sempre que possível a decisão final sobre a performance do atleta deverá ser dada no prazo máximo de 3 (três) minutos após a conclusão da tentativa. Se for tecnicamente impossível chegar a uma decisão no prazo de três minutos, os juízes deverão remeter a decisão para apreciação de forma a ser apresentada no final do evento ou competição, de modo a não perturbar o calendário da competição.

2.8. O atleta pode falar durante o protocolo, mas não o assistente do atleta.

2.9. O assistente do atleta não pode tocar no anel de vida ou boia para ajudar o atleta antes que todos os procedimentos do protocolo tenham terminado.

2.9.1. Se o atleta for tocado por membros da organização acidentalmente, a última decisão sobre este ato, será realizado pelo Juiz Chefe.

2.10. A gravação de vídeo das performances é obrigatória em eventos internacionais ou

nacionais para atribuição de records.

2.11. As pessoas ao redor e espectadores devem manter a calma e ambiente silencioso durante o protocolo de superfície do atleta. Na violação deste, o Juiz Chefe ou Delegado Técnico podem decidir expulsar os membros pessoas/equipe da área de competição.

2.12. Qualquer tipo de incentivo ou ajuda de membros da comitiva do atleta, sejam treinadores ou apoiantes do atleta, clube, equipa, levam à desqualificação do atleta.

ARTIGO 11°

(Cartões)

1. O significado dos cartões é o seguinte:
   1.1. Se tudo estiver OK (com o juiz de superfície), irá ser apresentado ao atleta o cartão branco.
   1.2. Se o cartão amarelo é mostrado, significa que poderá ter ocorrido uma infração:
      1.2.1. Poderá ser aplicada uma penalização ou desclassificação (DQ), o atleta tem que esperar na zona de competição até à deliberação dos juízes.
      1.2.2. Os juízes apresentam um tempo máximo de 3 minutos para deliberarem e apresentarem uma decisão final. Caso não consigam deliberar, poderão informar o atleta que a decisão final será apresentada no final do evento
   1.3. Se um cartão vermelho é mostrado, o atleta foi desclassificado (DQ).

ARTIGO 12°

(Listas de Ordenação)

1. Haverá duas listas de ordenação de performances, uma para homens e outra para mulheres separadamente, sendo que as mulheres realizam primeiro as suas tentativas. A ordenação poderá ser definida na Reunião Técnica da competição.
2. A lista de ordenação pode ser determinada com base nos melhores tempos ou distâncias obtidas nas competições da época anterior, ou melhores performances obtidas até a data da competição. Os atletas restantes serão ordenados com base nas performances anunciadas na inscrição.

3. Caso existam performances realizadas de competições anteriores, estas nunca poderão ser ordenadas antes das 8 (oito) melhores performances anunciadas sem registo em competição.
4. A primeira tentativa da lista de ordenação é para o atleta que apresente a pior performance de inscrição, sendo o último atleta o atleta com melhor performance de inscrição. Esta ordem pode ser alterada de acordo com o definido na Reunião Técnica.
5. Todos os competidores têm uma tentativa. No final do evento, a classificação é publicitada.
6. No caso de empate, os atletas serão classificados "ex aequo".

CAPITULO II

REGRAS TÉCNICAS ESPECÍFICAS DAS DISCIPLINAS

ARTIGO 13°

(Dinâmica – Organização do Evento)

1. Piscina:
   1.1. As Competições de Mergulho em Apneia Dinâmica em piscina, devem ocorrer numa piscina de 50m (com barbatanas) e 25/50 (vinte e cinco / cinquenta) metros (sem barbatanas), com uma profundidade mínima de 1,40 metros (um metro e quarenta centímetros).
   1.2. Estas medidas devem ser verificadas e validadas pelo delegado Técnico da FPAS.

2. Área de Competição
   2.1. áreas de competição, até 4 (quatro), podem ser instaladas na mesma piscina. Neste caso, as duas pistas externas de cada lado da piscina não são permitidas como áreas de competição. É obrigatório ter linha flutuante em ambos os lados da área de competição com uma distância mínima de 1,80 cm da borda (saídas na parede de fora de água não são permitidas) para campeonatos CMAS, competições internacionais e reconhecimentos de recorde mundial.
   2.2. Quando são usadas várias faixas de competição, um sorteio vai definir de que lado será a área de competição, só será permitido publico na tribuna e/ou zonas definidas para o efeito.
   2.3. A fim de auxiliar os juízes em suas decisões, um vídeo oficial do evento deve

estar presente e gravar todo o desempenho do atleta na superfície, e se for tecnicamente possível, outro para a parte debaixo d'água.

2.4. Se a pista mais próxima da lateral da piscina tem características indesejáveis para a realização do evento, deverá usar-se a pista imediatamente a seguir.

2.5. A Área de performance de competição – Encontra-se para a direita/esquerda do lado da piscina e é composta por três pistas:

2.5.1. A pista mais próxima à borda da piscina é reservada para a segurança

2.5.2. A próxima é para o atleta.

2.5.3. A pista imediatamente a seguir, ao seu lado é reservada para a assistência

2.5.4. Poderá existir uma pista adicional que pode ser reservada para os operadores de vídeo autorizados e fotógrafos.

2.6. Um "T" é a marca de pelo menos 20 (vinte) cm de largura que se encontra no fundo da piscina a uma distância de dois metros da parede de início, viragem e chegada.

2.7. Poderá existir adicionalmente uma linha guia central ao longo do percurso.

3. Área de Partida

3.1. A área de partida deve ser claramente marcada dentro e fora da piscina.

3.2. Se a zona de partida da piscina é mais profunda, do que 1,40 metros, deverá existir nesse local uma plataforma móvel para o atleta para se apoiar.

4. O Método de medição:

4.1. A medida da distância será feita a partir do ponto onde os atletas colocam as vias respiratórias dentro de água sendo que a fita de medição estará sobre a borda da piscina.

4.2. Podem ser utilizados outros sistemas de medição eletrônica automático, que forem aprovados com antecedência pela FPAS.

5. Área de Aquecimento

5.1. As restantes pistas são dedicadas ao aquecimento.

5.2. A área de aquecimento é reservada para os atletas que se preparam para a competição sob as ordens do Juiz de aquecimento.

6. Assistente do Atleta

6.1. O atleta pode ter apenas um assistente até à chamada dos últimos três minutos, após a chamada dos últimos três minutos, ninguém é permitido. O assistente irá deixar a área de competição e pode ficar na área de aquecimento ou dentro de uma área definida pela FPAS na reunião técnica. O juiz irá avisar o assistente apenas uma única vez.

6.2. Se o assistente ficar na área de competição, e permanecer na mesma, incorre numa violação, conduz a uma penalidade geral para o atleta.

6.3. Apenas o Juiz pode permitir que o representante da equipe intervenha em caso de um problema técnico.

ARTIGO 14°

(Dinâmica – Realização da Competição)

1. Partida

1.1. Para qualquer disciplina o atleta pode colocar a boca sob a água e pode exalar ou não por um máximo de 3 (três) segundos, várias vezes como aquecimento.

1.2. O atleta deve começar a tocar a parede da piscina com qualquer parte do corpo ou com as barbatanas (qualquer parte das barbatanas) e começar a fase de apneia antes de ter desconectado da parede. Ele pode também tocar a parede depois de começar a fase de apneia, caso não estivesse em contacto com a mesma antes de submergir.

1.3. O atleta deve obrigatoriamente tocar na parede da piscina a cada viragem com uma parte de seu corpo ou com as barbatanas (qualquer parte das barbatanas).

2. Fase de performance

2.1. Durante a performance, o equipamento ou qualquer parte do corpo, exceto as vias aéreas respiratórias podem aflorar à superfície da água.

2.2. O atleta deve ficar dentro da sua faixa de competição. Se o corpo inteiro está fora da faixa de competição, será plicada uma penalidade geral. estáticas parciais são permitidas.

2.3. O desempenho final é medido entre o ponto em que as vias aéreas respiratórias estão entram na água e estão fora de água.

2.4. No caso de se terminar nas paredes (início, viragens e final), poderão existir 3 casos possíveis:

2.4.1. Se as vias aéreas respiratórias saírem antes de o atleta tocar a parede,

a medição do desempenho será realizada a partir do ponto em que as vias aéreas respiratórias estão fora da água e o desempenho final será menor do que o múltiplo do comprimento da piscina.

2.4.2. Se o atleta tocar a parede e sai, então o desempenho final será um múltiplo exato do comprimento da piscina (ou seja, 150m, 200m, etc ... em piscinas 50m ou 125m, 150m ou 175m por exemplo, em piscina de 25m.)

2.4.3. Se o atleta tocar a parede, fizer uma viragem completa, "U", e em seguida sair da água, a medição do desempenho será feito a partir do ponto onde as vias aéreas respiratórias estão fora de água e o desempenho final será maior do que o múltiplo do comprimento da piscina.

3. Subida

3.1. No fim da tentativa, os assistentes oficiais podem dar ao atleta, quando ele vem para a superfície, uma boia que o irá ajudar a se recuperar enquanto espera pela decisão.

3.2. Para a sua performance ser válida, o atleta deve realizar o protocolo de superfície conforme definido pelos regulamentos da FPAS.

3.3. O atleta não deve ser ajudado ou tocado por qualquer razão ou de qualquer forma antes do Juiz validar a performance, a menos que ele esteja em dificuldade.

3.4. Em caso de perda de consciência, antes, durante ou depois do seu esforço, o atleta é declarado em Black Out "BO".

4. Classificação

4.1. Se a distância realizada (DR) é menor do que a distância declarada (DD), uma penalidade de distância de um metro por metro diferença será aplicada e adiciona-se uma penalidade geral. A penalidade de distância é igual a DD menos DR (DD-DR). A performance final será calculada da seguinte forma:

- Performance Final = Distância Realizada – Penalidade da Distância - Penalidade Geral
- Por exemplo, um atleta declarou 102 m e realizou 91m durante a competição:
- DD = 102 m
- DR = 91m
- penalidade de distância é (DD-DR) = 102-91 = 11 metros
- desempenho final será 91-11 (penalidade de distância) - 3 (penalidade geral) = 77 metros

4.2. No caso de empate, os atletas serão classificados "ex aequo".

ARTIGO 15°

(Estática – Organização do Evento)

1. Área de Competição
   1.1. Campeonatos FPAS de estática deve ocorrer em uma piscina.
   1.2. A piscina deve ser verificada e validada pela FPAS.
   1.3. Uma pista perto de uma lateral ou topo da piscina usada para a competição, enquanto as pistas restantes são reservadas aos juízes de segurança e assistentes de forma a garantirem toda a segurança dos praticantes.
   1.4. Quando são usadas várias faixas para a competição, o lado da área de competição será determinado por sorteio. Público só será autorizado fora da zona de competição.
   1.5. A fim de auxiliar os juízes em suas decisões, um vídeo oficial do evento deve estar presente na superfície, gravando a tentativa total do atleta, incluindo a entrada e protocolo de saída.

2. Assistentes do atleta
   2.1. O atleta pode ter apenas um assistente pessoal na borda ou na piscina para ajudá-lo durante a tentativa.
   2.2. Este assistente pode ficar com o atleta na área da competição e na piscina, mas não deve gritar, falar, tocar ou fazer gestos para ajudar ou ajudar o atleta durante o protocolo de saída.

3. Cronometristas
   3.1. Os cronometristas devem iniciar seus cronômetros quando o atleta mergulha as suas vias respiratórias (os juízes devem ter cuidado no caso do atleta esteja fazendo o aquecimento como definido anteriormente, não mais de 3 (três) segundos), nesse caso devem reiniciar o cronómetro e ainda parar o atleta quando ele estiver a sair da água caso necessário de forma a garantir um registo correto do tempo de apneia.
   3.2. Imediatamente após a performance deve escrever o tempo exibido nos cronômetros no cartão de sincronismo que deverá depois entregar ao cronometrista principal. Ao mesmo tempo, conferem entre si os seus cronômetros para controle.

ARTIGO 16º

(Estática – Realização da Competição)

1. Apneia Estática
   1.1. Durante a performance o atleta está sob a supervisão do juiz superfície.
   1.2. O procedimento de controle de segurança consiste no juiz comunicar com o atleta pelo toque em intervalos regulares durante a sua performance.
   1.3. O Sinal do juiz e a resposta do atleta devem ser acordados pelos dois antes do início da tentativa.
   1.4. O primeiro sinal deve ser dado um minuto antes do tempo declarado (performance), um segundo aos 30 (trinta) segundos antes do tempo declarado e um terceiro aos 15 (quinze) segundos antes do tempo declarado e o último no momento do tempo declarado. Após este ponto se a performance prosseguir os sinais são dados em intervalos de 15 (quinze) segundos.
   1.5. Se o tempo declarado não é um múltiplo inteiro de partes do minuto, o tempo para o primeiro sinal é obtido pela troca desse tempo por defeito inferior, pela metade do minuto mais próxima desse tempo, antecipando-se assim o tempo do primeiro sinal. Isso deve ser lembrado ao atleta pelo assistente de juiz, pouco antes da tentativa.
   1.6. Se o atleta não responder ao sinal do assistente do juiz com a resposta apropriada acordada, o juiz solicita novo toque ao atleta mais uma vez. Se o atleta persistir em não responder o juiz interrompe o evento e traz o atleta para a superfície, desqualificando-o devido a "BO".

2. Fim do evento
   2.1. No fim da tentativa, o atleta não deve ser ajudado ou tocado por qualquer motivo e em qualquer forma antes de seu procedimento de conclusão da performance, a menos que esteja em dificuldade.
   2.2. O atleta pode manter a pista ou a borda da parede da piscina.
   2.3. Por sua iniciativa e para ser validado, o atleta deve realizar o protocolo de superfície conforme definido.
   2.4. Em caso de perda de consciência (black out), antes, durante ou depois de seu esforço, o atleta é desclassificado.

3. Classificação
   3.1. O tempo de performance do atleta é calculado pela média entre os tempos das fichas dos cronometristas.

3.2. O tempo utilizado para a classificação dos atletas é o tempo efetivo da performance apurado em 3.1, desde que este último seja superior ou igual ao tempo declarado.

3.3. Se o tempo de performance for menor do que o tempo declarado então uma penalidade de tempo é aplicada. A penalidade de tempo é igual à diferença entre o tempo declarado e o tempo realizado.

3.4. Para melhor entendimento, se o atleta registra um tempo "t", menor do que o tempo que declarou "T", o tempo utilizado para a classificação será t- (Tt).

- Por exemplo, um atleta tem um tempo de anúncio de 4 minutos e 15 segundos (4'15") e realiza durante a performance um tempo t igual a 3 minutos 47s (3'47")
- A penalidade de tempo é igual a Tt = 28s
- O tempo utilizado para a classificação do atleta será, então, 3'47" - 28" = 3'19"

3.5. No caso de empate, os atletas serão classificados "ex aequo".

ARTIGO 17°

(Speed Endurance – Organização do Evento)

1. Área de Competição

1.1. campeonatos Speed-Endurance em mergulho livre na piscina devem ocorrer em uma piscina de 50 metros, com uma profundidade mínima de 1,40 metros.

1.2. Cada pista pode ser usada para a competição.

1.3. Um "T" com pelo menos 20 (vinte) cm de largura devem ser definidos no fundo da piscina a uma distância de dois metros desde a parede de partida, dois metros antes da viragem e chegada.

1.4. Podem placas eletrónicas eletrônica nos topos de cada pista competição.

1.5. Para competições de Speed-Endurance em mergulho livre os atletas devem partir da água.

1.6. O atleta deve estar em contato com a parede da piscina até o sinal de partida e mergulhar as suas vias aéreas antes do sinal de partida.

1.7. Quando são usadas várias pistas, o lado da área de competição será determinado por sorteio.

1.8. A fim de auxiliar os juízes em suas decisões, um vídeo oficial do evento deve estar presente na superfície, gravando a tentativa total do atleta, incluindo a entrada e protocolo de saída.

2. Juiz de Pista e Viragens

2.1. São nomeados para cada pista pelo Juiz Principal.

2.2. Devem verificar se o atleta realizou a viragem de acordo com as regras.

2.3. Devem relatar qualquer violação das regras ao Juiz Principal.

3. Cronometristas

3.1. A medição do tempo principal é realizada pelas placas eletrônicas, mas por segurança na eventualidade de uma falha, os cronometristas devem registar os tempos de passagem e finais dos atletas pelos quais são responsáveis.

3.2. Ao sinal para o início de prova, os cronometristas devem iniciar os seus cronômetros e para-los quando o atleta tocar a placa eletrónica no final da prova. Imediatamente após a prestação do atleta os cronometristas devem escrever o tempo exibido pelos seus cronômetros num cartão e entrega-los ao cronometrista principal. Ao mesmo tempo, é tirada uma foto dos cronómetros para controle.

3.3. Os cronometristas são também responsáveis pelo registo dos tempos de passagem em provas com distâncias de mais de 100 metros.

3.4. São responsáveis por verificar que as viragens e a chegada estão em conformidade com as regras.

ARTIGO 18°

(Speed Endurance – Realização da Competição)

1. Inicio

1.1. O atleta deve começar dentro de água a tocar a parede da piscina com qualquer parte do corpo ou com as barbatanas (qualquer parte das barbatanas) e começar a fase de apneia antes de ter desconectado da parede. Ele pode também tocar a parede depois de começar a fase de apneia, caso não estivesse em contacto com a mesma antes de submergir.

1.2. O atleta deve obrigatoriamente tocar na parede da piscina a cada viragem com uma parte de seu corpo ou com as barbatanas (qualquer parte das barbatanas).

1.3. O atleta não pode começar antes do "Top Time" caso contrário, será considerado uma falsa partida.

2. Fase de Performance

2.1. Durante a performance, apenas o equipamento ou qualquer parte do corpo exceto as vias aéreas respiratórias podem aflorar à superfície da água.

2.2. É permitido um tempo de recuperação entre apneias sucessivas (todos os 50 m) de uma performance de Speed-Endurance.

2.3. Quando o atleta chega ao fim da pista, ele não tem permissão para respirar antes de tocar a parede. Isso é válido para todas as viragens e chegada.

2.4. Nadar à superfície não é permitido. Caso contrário, é aplica-se uma penalização geral.

3. Subida

3.1. Para a sua performance ser válida, o atleta deve realizar o protocolo de superfície conforme definido pelos regulamentos da FPAS.

3.2. O atleta não deve ser ajudado ou tocado por qualquer razão ou de qualquer forma antes do Juiz validar a performance, a menos que ele esteja em dificuldade.

3.3. Em caso de perda de consciência, antes, durante ou depois do seu esforço, o atleta é declarado em Black Out "BO".

3.4. O atleta pode apoiar-se na pista ou a parede da piscina.

3.5. No final da performance, já na superfície, superfície, o atleta tem que fazer o protocolo de superfície tal como definido.

4. Classificação

4.1. O tempo usado para a classificação dos atletas é o tempo da performance, desde que este último seja menor ou igual ao tempo declarado. Se o tempo da performance for maior do que o tempo declarado, é aplicada uma sanção, que consiste em adicionar ao tempo da performance a diferença entre o tempo declarado e o tempo realizado.

4.2. Para clarificar, se o atleta registra um tempo "t", maior do que o tempo declarou "T", o tempo utilizado para a classificação será t + (TT).

4.3. No caso de empate, os atletas serão classificados "ex aequo".