

# „Czas jednego oddechu”

Aquadrom Ruda Śląska

24 lutego 2018 r.

## Zasady

1. Zawody rozgrywane są w systemie pucharowym. Układ drabinki startów zawodów jest losowy – losowanie przeprowadzą sędziowie zawodów w dniu 19/02/2018 (przebieg losowania zostanie utrwalony w postaci nagrania, które może zostać udostępnione startującym).
2. Zadaniem zawodnika jest wstrzymanie oddechu na głębokości minimum 3 metrów. Zanurzenie następuje przy linie zamocowanej do boi nurkowej.
3. Technika zanurzania/wynurzenia i wykonywania próby jest dowolna.
4. Próba wykonywana jest bez sprzętu twarzowego (okularki, noseclip, maska itp.), komputera nurkowego, balastu oraz pianki/skóry pływackiej.
5. Zawodnicy mogą wejść do strefy „warm up”:
  - maksymalnie 11 minut przed OT – dotyczy startów w parach 1-16 i 1-8 (1/8 zawodów) oraz w ćwierćfinałach (1/4 zawodów)
  - maksymalnie 15 minut przez OT – dotyczy startów w półfinałach (1/2 zawodów)
  - maksymalnie 30 minut przez OT – dotyczy startu w finale
6. W strefie „warm-up” mogą przebywać jedynie organizatorzy, akredytowani przedstawiciele mediów, zawodnicy oraz ich coachowie.
7. Bez względu na etap zawodów, zawodnicy mogą wejść do wody maksymalnie 5 minut przed OT. Do wody zawodnicy wchodzi bez coachów.
8. Czas próby mierzony jest od „Official top” (OT). Zawodnik może rozpocząć próbę przed official top, jednak czas próby mierzony będzie od OT. Zanurzenie po OT skutkuje dyskwalifikacją. Szczegółowy harmonogram OT stanowiący zał. 1 do niniejszych zasad zostanie opublikowany w dn. 19.02.2018 r.
9. Przez rozpoczęcie próby rozumiane jest całkowite zanurzenie zawodnika – nie tylko dróg oddechowych.



10. Odliczanie przed OT następuje według schematu:
- 2 minuty do OT
  - 1 minuta do OT
  - 30 sekund do OT
  - 10 sekund do OT
  - 5, 4, 3, 2, 1, „Official top”.
11. Po zanurzeniu zawodnik ma 30 sekund na dotarcie na głębokość minimum 3 metrów, rozumiane jako przełożenie rąk za znacznik (piłka tenisowa) na głębokości 3 metrów. Przekroczenie tego czasu skutkuje dyskwalifikacją.
12. Ponowne przełożenie ręki/rąk ponad znacznik (nawet incydentalne) oznacza rozpoczęcie wynurzenia. Zawodnik ma maksymalnie 30 sekund na wynurzenie się – rozumiane jako wynurzenie którejkolwiek części ciała (nie dróg oddechowych). Wynurzenie późniejsze skutkuje dyskwalifikacją. W trakcie wykonywania prób przez zawodników coachowie nie mogą dawać im żadnych znaków informacyjnych (światlnych, dźwiękowych itp.).
13. Po wynurzeniu (którejkoľvek części ciała) zawodnik ma 15 sekund na wykonanie procedury powierzchniowej w następującej kolejności:
- A: pokazanie w stronę sędziego znaku OK 1 raz
  - B: powiedzenie „I’m OK” lub „I am OK”
- Przed rozpoczęciem procedury zawodnik może wykonywać dowolne gesty, znaki, komunikaty. Za rozpoczęcie procedury uznaje się pokazanie gestu „OK”. Wykonanie procedury niezgodnie z kolejnością, powtórzenie gestu „OK” lub pokazanie innego gestu przed powiedzeniem „I’m OK”/ „I am OK” skutkuje dyskwalifikacją.
- Sędzia ogłasza werdykt po minimum 45 sekundach od wynurzenia się zawodnika. Do czasu ogłoszenia werdyktu przez sędziego zawodnik nie może ponownie zanurzyć dróg oddechowych.
14. Zawodnik, który w danej parze wstrzyma oddech na dłuższy czas (oraz wykona procedurę powierzchniową opisaną w pkt. 11) przechodzi do kolejnego etapu rozgrywek zgodnie ze schematem przedstawionym w zał. 1.
15. W przypadku, gdy w 1/16 lub 1/8 zawodów obaj zawodnicy z danej pary nie zaliczą próby, do danego ćwierćfinału dołosowywany jest zawodnik spośród wszystkich niezakwalifikowanych (tych, którzy przegrali w swojej parze, oraz tych którzy nie zaliczyli danej próby).



16. W przypadku, gdy w  $\frac{1}{4}$  lub  $\frac{1}{2}$  zawodów obaj zawodnicy z danej pary nie zaliczą próby, do kolejnego etapu kwalifikuje się ten, który na poprzednim etapie osiągnął lepszy wynik. Jeśli obaj zawodnicy którzy nie zaliczyli swoich prób na danym etapie trafili do niego z losowania, po raz kolejny następuje losowanie spośród wszystkich niezakwalifikowanych (tych, którzy przegrali w swoich parach, na dowolnym etapie zawodów, oraz tych którzy nie zaliczyli danej próby).
17. Oddzielne klasyfikacje kobiet i mężczyzn zostaną zorganizowane w przypadku zapisania się min. 4 kobiet (korekcie ulegnie harmonogram OT przedstawiony w załączniku 1).
18. Niestosowanie się do niniejszych zasad, poleceń sędziów i organizatorów, a także przeszkadzanie innym zawodnikom w oddawaniu prób może skutkować udzieleniem ostrzeżenia (1 krok) i odebraniem zawodnikowi prawa do dalszych startów i przebywania na terenie „competition zone” (krok 2). Zawodnikowi, któremu zostanie odebrane prawo do dalszych startów nie przysługuje zwrot wpisowego.
19. Zgłoszenie udziału w zawodach w postaci rejestracji przez stronę [www.tuba.free-diving.pl](http://www.tuba.free-diving.pl) oraz uiszczenie wpisowego równoznaczne jest z akceptacją powyższych zasad.



