



**MANUAL FINA NATACIÓN AGUAS ABIERTAS**  
**EDICIÓN 2018**



Published by  
FINA Office  
Chemin de Bellevue 24a/24b  
CH - 1005 Lausanne  
SWITZERLAND

## TABLA DE CONTENIDOS

PREAMBULO.....	3
INTRODUCCIÓN.....	5
FUNCIONAMIENTO DE LAS COMPETICIONES.....	8
ORGANIZAR UNA COMPETICIÓN DE AGUAS ABIERTAS.....	51
CUESTIONES MÉDICAS.....	60
PLAN DE ACCIÓN MÉDICA.....	66
SUGERENCIAS PARA LOS NADADORES.....	67
LA ORGANIZACIÓN DE UN EVENTO FINA.....	75
NOTAS EXPLICATIVAS PARA LOS OFICIALES DEL CAMPEONATO.....	82
CONCLUSIÓN.....	84
APENDICE 1 REGLAMENTOS DE SEGURIDAD EN COMPETICIONES FINA.....	85
APENDICE 2 REGLAMENTOS FINA PARA MARATHON Y GRAND PRIX SERIES 2014-17.....	91
APENDICE 3 SEÑALES DEL ÁRBITRO.....	109
APENDICE 4 LISTA DE VERIFICACIÓN PARA LOS EVENTOS DE AGUAS ABIERTAS.....	110
APENDICE 5 DOCUMENTOS PARA LA COMPETICIÓN.....	116
GLOSARIO.....	123

Este documento se ha traducido del original “Open Water Swimming Manual 2018 Edition” que se puede descargar en la página web de la FINA ([www.fina.org/content/development-publications](http://www.fina.org/content/development-publications)), esta traducción tiene como objetivo conocer y, en una segunda acción, difundir en español las pautas y recomendaciones que dicta la FINA a la hora de organizar una prueba de esta disciplina. Tal y como se dictará en las siguientes páginas, se da a conocer de manera detallada los roles de cada oficial, jueces y árbitros.

Desde lo personal, me he esforzado que la traducción fuera lo más limpia y clara posible. Por ello he utilizado como traductor principal: DeepL Translator ([deepl.com](https://www.deepl.com)). Como herramientas lingüísticas de apoyo he utilizado los diccionarios en línea Collins y Oxford, la página web [Wordreference.com](http://Wordreference.com) y el reglamento, en español, de la RFEN de Aguas Abiertas (2017-2021).

Además, he añadido un glosario donde se describe las siglas y algunos términos que aparecen en este texto. Y de forma gráfica, he añadido algunas fotografías y capturas de pantalla de algunos videos para entender mejor o tener una idea más apropiada de algunos aspectos reglamentarios que se tratan en el presente documento.

**ESTE MANUAL ES DE LIBRE CIRCULACIÓN Y DE LIBRE EDICIÓN, QUEDANDO TOTALMENTE PROHIBIDA SU VENTA.**

Traducción realizada por:  
Romén Rodríguez Morales (Árbitro Territorial delegación Tenerife) y  
Rayco Padilla Vargas (Árbitro Nacional), ambos del Comité Canario de Árbitros.

## PREAMBULO

Este recurso está destinado a ayudar en la formación y el desarrollo de las habilidades de los oficiales en la realización de competiciones de natación en aguas abiertas para garantizar la interpretación y aplicación, de forma coherente, de las normas y procedimientos para fomentar una comprensión común de la operación y el arbitraje en las competiciones de natación en aguas abiertas de la FINA en todas las partes del mundo. También es una guía útil para los comités de organización de las federaciones en la exitosa puesta en escena de eventos FINA de Aguas Abiertas.

Cada evento de natación en aguas abiertas tendrá desafíos específicos dependiendo del lugar, el tipo de agua, los puntos de salida y llegada, y las consideraciones de seguridad. Al cubrir estos puntos en términos generales, cada comité organizador debe nombrar especialistas locales para adoptar las directrices que se ajusten a sus necesidades específicas, observando al mismo tiempo las normas, reglamentos y políticas necesarias para la realización de las competiciones de natación en aguas abiertas de la FINA o de los eventos locales realizados con arreglo a las normas de la FINA. La competición de natación en aguas abiertas se ha vuelto increíblemente popular. Ya sea que se trate de una prueba de 1600 metros dentro de un lago o de una prueba de 25 kilómetros en el océano, en las competiciones de aguas abiertas suele prevalecer una atmósfera de carnaval, a pesar de las arduas exigencias que se imponen a los nadadores. Se respeta mucho a los atletas acuáticos que conquistan cualquier desafío en aguas abiertas. También se debe reconocer el esfuerzo de quienes organizan el apoyo técnico y velan por la seguridad de estos atletas.

Durante muchos años, la mayoría de las competiciones en aguas abiertas estaban reservadas a unos pocos resistentes que se especializaban en un entrenamiento específico para superar los desafíos especiales a los que se enfrentaban. Sin embargo, en las últimas dos décadas, literalmente millones de nadadores de todos los niveles se han aventurado en el mundo de la natación en aguas abiertas. Con la creciente popularidad de los triatlones y las miles de carreras recreativas y competitivas en aguas abiertas que se ofrecen ahora en todo el mundo, este número sigue aumentando rápidamente. Muchos de estos nadadores no iniciados tienen poca idea de en qué se están metiendo, y los peligros y el potencial de problemas o tragedias se han multiplicado. La necesidad de organizar eficientemente las nataciones seguras siempre fue un imperativo, y hoy en día este imperativo es aún más importante.

La FINA ha estado a la vanguardia de este creciente fenómeno y ha incluido la natación en aguas abiertas en sus Campeonatos Mundiales desde 1991. Hemos añadido nuevas distancias y animado a nuestras organizaciones nacionales y continentales a proporcionar eventos en sus campeonatos. Además hemos organizado numerosas clínicas y escuelas de aguas abiertas en todo el mundo a medida que crece este deporte.

Con la inclusión de la prueba de 10 kilómetros para hombres y mujeres en el programa acuático de los Juegos Olímpicos de 2008, la FINA ha contribuido a aumentar el interés y el apoyo a la natación en aguas abiertas en todo el mundo.

Esta guía sirve como un valioso recurso para todos los que planean unirse a nosotros en la realización y oficiar de la fantástica empresa acuática que conocemos como "Open Water Swimming". Está destinado a los oficiales y organizadores de todos los niveles. Inevitablemente,

tarde o temprano, ocurrirá lo inesperado, y lo que a menudo determina los resultados satisfactorios es el conocimiento de las normas, y las políticas y procedimientos de los reglamentos, su aplicación, el buen juicio y la comprensión de todas las funciones y lo que se requiere para rectificar la situación. Los nadadores y los equipos tienen que respetar a los oficiales que están tranquilos bajo presión, y aplican de manera justa y coherente las normas, los reglamentos y los procesos.

Aunque se ha tenido todo el cuidado en la preparación y recopilación de esta información como guía, la FINA no se hace responsable de ninguna inexactitud, ni de ninguna pérdida o negligencia derivada de su uso.

La FINA agradece la asistencia de British Swimming, Australian Swimming, New South Wales Swimming y los miembros del Comité Técnico de Natación en Aguas Abiertas en la preparación de esta guía. La FINA agradece sus comentarios y considerará cualquier recomendación para su inclusión en futuras ediciones. E-mail: [openwater@fina.org](mailto:openwater@fina.org).

## INTRODUCCIÓN

### REGLAS DE LA FINA NATACION AGUAS ABIERTAS

Las reglas relativas a la realización de eventos de natación en aguas abiertas están cubiertas en varios lugares, y se debe verificar el sitio web de la FINA antes de las competiciones para asegurarse de que se hace referencia a las versiones actuales de todas las reglas, estatutos y reglamentos.

### LIBRO DE REGLAS DE LA FINA

- Normas Constitucionales - establecen la estructura y el gobierno de la FINA
- Reglas generales - se aplican a todas las disciplinas de la FINA
- Reglas técnicas - cubren los elementos técnicos de la competición relacionados con una disciplina específica, incluyendo la natación en aguas abiertas (Reglas OWS) y las reglas de Masters que cubren los eventos OWS para las competiciones de Masters
- Reglas médicas - que cubren los derechos y la salud de los atletas, y los principios generales de la ética médica

**ESTATUTOS (BYLAWS)** - Políticas detalladas que describen la implementación de regulaciones y políticas específicas adoptadas por la FINA.

**REGLAMENTOS** - Políticas detalladas y procedimientos operativos relacionados con un formato de competición específico (FINA Maratón de Aguas Abiertas y Grand Prix Series) y seguridad para las competiciones de Natación en Aguas Abiertas de la FINA.

Las reglas son aprobadas por los Congresos Generales y Técnicos de la FINA en los que participan todas las Federaciones. Los Estatutos y Reglamentos son aprobados por la Oficina de la FINA.

### REGLAMENTO TÉCNICO

La FINA define la natación en aguas abiertas como:

- OWS 1.1**      **NATACIÓN EN AGUAS ABIERTAS** se definirá como cualquier competición que tenga lugar en ríos, lagos, océanos o canales de agua, excepto las pruebas de 10 km.
- OWS 1.1.1**    **NATACIÓN EN MARATÓN** se definirá como cualquier evento de 10 km en competiciones de aguas abiertas.
- OWS 1.2**      El límite de edad para todos los eventos de Natación en Aguas Abiertas de la FINA debe ser de al menos 14 años. La edad de todos los competidores será considerada al 31 de diciembre del año de la competición.

Hay tantos tipos de eventos en aguas abiertas como olas en el océano. Los eventos de aguas bravas o de natación en aguas abiertas normalmente ocurren en masas de agua como un océano, un lago o un río, aunque también se utilizan canteras, estanques, canales de remo, embalses y similares hechos por el hombre.

Todos los recorridos/tramos para las pruebas de natación en aguas abiertas deben proporcionar un entorno seguro para la competición con fácil acceso a la orilla en puntos frecuentes a lo largo del curso, de modo que los competidores que sufran cualquier tipo de angustia puedan ser evaluados y tratados rápidamente.

## **NADAR EN EL OCEANO**

Las carreras oceánicas se han vuelto cada vez más populares. Algunas carreras oceánicas pueden tener una salida masiva en la playa con un corto recorrido en el agua. El recorrido puede ser:

- Paralelo a la playa
- Sale/alrededor de un punto fijo como un muelle o una isla
- Circula dentro de un recorrido marcado por boyas
- Sigue un recorrido que es una combinación de cualquiera de los anteriores

En algunas carreras hay una carrera final por la playa hasta la línea de meta. Todos los eventos de la FINA deben comenzar con una inmersión desde una plataforma fija o en el agua, y terminar en el agua (Las reglas de la FINA no se aplican a las salidas y llegadas de playa/tierra). La mayoría de las carreras oceánicas son de entre 2,5 y 8 kilómetros. Muchas de las distancias tradicionales de los campeonatos nacionales son de cinco, diez, quince y veinticinco kilómetros.

Para determinar el tipo de recorrido de un evento, el entorno de la carrera debe ser/tener una guía. Si hay una fuerte corriente recorriendo a lo largo de la playa, puede ser mejor nadar en el ancho.

Si no hay acceso a los marcadores de las boyas, puede que no sea factible un recorrido cerrado. Sea cual sea el recorrido elegido, se necesitarán suficientes embarcaciones y personal para patrullar el trayecto marcado desde la costa y proporcionar el apoyo de seguridad necesario. Un recorrido de un punto a otro punto puede requerir un mayor número de embarcaciones, para proporcionar el nivel de apoyo necesario a medida que el campo se extiende durante la carrera, mientras que un recorrido pequeño en circuito requerirá más vueltas pero puede ser controlado mejor dentro de un área confinada.

Tengan en cuenta que un recorrido paralelo, de un punto a otro punto, no suele terminar donde empieza, mientras que la mayoría de los recorridos en circuito sí lo hacen. Un recorrido paralelo requerirá más facilidades y coordinación entre la salida y la llegada (es decir, más logística y coordinación). La seguridad debe ser siempre el factor decisivo en la elección de un curso para una competición en aguas abiertas.

## **NADAR EN LAGOS Y RIOS**

Es el mismo recorrido que en la natación en el océano existe en los lagos, ríos, presas o canales de remo:

- Paralelo a la orilla
- Hacia y alrededor de un muelle, roca, isla u otro punto de referencia identificable
- Alrededor de un circuito marcado por boyas
- De un punto a otro punto

Estos tipos de nados suelen ser más fáciles de organizar que los eventos oceánicos, ya que las variables de la natación oceánica son mayores. Las condiciones en los lagos o ríos permanecen más constantes. En un río, hay que asegurarse de que la fuerza de la corriente y la distancia del trayecto se tienen en cuenta para estimar el tiempo de natación transcurrido.

## FUNCIONAMIENTO DE LAS COMPETICIONES

La FINA ha identificado una serie de funciones que son necesarias para la realización de forma eficaz las competiciones de natación en aguas abiertas. Algunas de estas funciones requieren la participación desde las primeras fases de la planificación de la competición, mientras que otras funciones operativas requieren la participación durante un período de tiempo mucho más corto, desde las sesiones informativas técnicas y de seguridad hasta que el Árbitro Jefe los libere de sus obligaciones tras la conclusión de la competición.

### OVS 2 OFICIALES

En las competiciones de natación en aguas abiertas se nombrarán los siguientes oficiales:

- Un Árbitro Jefe (uno por carrera)
- Árbitros (mínimo 2, y los adicionales necesarios proporcionalmente al número de inscritos en la carrera)
- Un Jefe de Cronometradores más 2 Cronometradores
- Un Jefe de Jueces de Llegadas más 2 Jueces de Llegadas
- Oficial de Seguridad
- Oficial Médico
- Oficial de la Carrera
- Secretario de la Carrera
- Jueces de Carrera (uno por participante) excepto en pruebas de 10 Km. o menos.
- Jueces de Virajes (uno por cada giro o cambio de sentido)
- Juez para la Plataforma de Avituallamiento (cuando dicha plataforma exista)
- Juez de Salidas
- Locutor
- Jefe de Secretaria

NOTA: Ningún oficial puede actuar en más de un papel simultáneamente. Sólo pueden asumir un nuevo papel después de haber cumplido todas las obligaciones de su papel anterior.

Para los eventos de la FINA, el Árbitro Jefe, el Oficial de Seguridad y el Oficial Médico deben trabajar en colaboración con los Delegados Técnicos, de Seguridad y Médicos de la FINA para garantizar que se cumplan todas las normas, reglamentos y otros criterios pertinentes del evento.

La necesidad de concentrarse en la carrera y asegurar que los competidores estén bien dirigidos durante todo el evento, significa que los oficiales técnicos no pueden actuar en más de una función simultáneamente. Los oficiales sólo podrán asumir una nueva función una vez que hayan cumplido todas las responsabilidades de su puesto inicial.

A menos que, para un papel determinado, se requiera un oficial en el lugar antes, los oficiales deben estar en el lugar al menos 90 minutos antes del comienzo de la competición. A su llegada, los oficiales deben presentarse al Árbitro Jefe (o al Árbitro en quien se haya delegado esta tarea) y recibir una lista de inicio actualizada, así como cualquier instrucción especial sobre sus funciones y asignación.

Las carreras de natación en aguas abiertas se celebran en el entorno y los elementos naturales, por lo que la planificación debe incluir los preparativos para todas las condiciones climáticas que se puedan experimentar durante la competición:

- Ropa adecuada que proporcione protección contra los elementos. La protección contra el sol, el viento, la temperatura y la lluvia debe ser considerada
- Protector solar y sombrero, gafas de sol
- Refrescos - agua y comida si no son proporcionados por los organizadores
- Chaleco salvavidas - si no lo proporcionan los organizadores
- Sellar las bolsas de plástico, para mantener secos los papeles, el teléfono, etc.

Si se le asigna un barco, recuerde que muchas embarcaciones no están equipadas con instalaciones de baño, por lo que es una buena idea aprovechar la oportunidad de usar el baño antes de salir al agua.

Una buena preparación merece la pena para que se sienta más cómodo y pueda emprender y concentrarse mejor en las tareas necesarias asignadas durante la carrera. Si tienes frío, estás quemado por el sol o deshidratado, es fácil para la concentración pasar a los mensajes del cuerpo en lugar de permanecer concentrado en la carrera. En caso de grave peligro para la salud del oficial, se debe buscar la atención del barco de seguridad.

### **OWS 3 DEBERES DE LOS OFICIALES**

#### **El ÁRBITRO JEFE deberá:**

- OWS 3.1** Tener el control completo y la autoridad sobre todos los oficiales; aprobará su designación y les instruirá en relación a las normas relativas a la competición. El Árbitro hará cumplir todas las Normas y decisiones de FINA y decidirá todas las cuestiones relativas a la realización de la prueba o competición, cuya resolución final no cubran estas Normas.
- OWS 3.2** Tener autoridad para intervenir en la competición para asegurar que se observen las Normas de la FINA.
- OWS 3.2.1** En caso de que se produzcan condiciones de riesgo que pongan en peligro la seguridad de los nadadores y de los oficiales, junto con el oficial de seguridad podrá parar la carrera.
- OWS 3.3** Juzgar todas las protestas relativas a la competición que se está llevando a cabo.
- OWS 3.4** Tomar una decisión en casos en los que las decisiones de los jueces y los tiempos registrados no estén de acuerdo.
- OWS 3.5** Dar la señal a los nadadores, levantado una bandera y dando pitidos cortos, de que la salida es inminente. Cuando esté conforme señalará con la bandera, al juez de salidas, que la competición puede comenzar.

- OWS 3.6** Descalificar a cualquier nadador por violación de las Normas que observe personalmente o de aquellas que le sean comunicadas por cualquier otro de los oficiales autorizados.
- OWS 3.7** Asegurarse de que todos los oficiales necesarios para la realización de la prueba o de la competición están en sus puestos respectivos. Puede designar sustitutos para cualquier puesto para los que estén ausentes, no puedan actuar o actúen de una forma que se considere no eficiente. Puede designar oficiales adicionales si lo considera necesario.
- OWS 3.8** Recibir todos los informes del Secretario de la Carrera, Jefe de Secretaría, Oficial de la carrera y Oficial de Seguridad antes del comienzo de la prueba, y a la conclusión de la misma, para asegurarse de que se han contabilizado todos los participantes.

El Árbitro Jefe tiene la última palabra en la supervisión del desarrollo de la competición, por lo que sus responsabilidades son muy variadas/extensas. El deber general es asegurar que la competición se desarrolle de forma justa y de acuerdo con las reglas. Esto significa que deben estar involucrados en la planificación de la competición desde el primer momento para asegurar que se respeten todos los aspectos de las normas (incluidos los estatutos y reglamentos). Esto es especialmente cierto cuando no hay un Comité de Gestión (consulte GR 9.4.2 y BL 11.1.2) designado. Se requiere un estrecho enlace con el Oficial de Seguridad, el Oficial Médico y el Oficial de la carrera para asegurar que se planifique y se ponga en práctica un entorno de competición seguro.

El Árbitro Jefe debe estar muy familiarizado con el reglamento y debe tener a mano una copia actualizada para su consulta. A pesar de lo bien que uno puede pensar que conoce el reglamento, siempre es bueno referirse a la copia escrita para asegurarse de que la solicitud es correcta. La versión más actualizada se puede encontrar en el sitio web de la FINA. El Árbitro Jefe es el que toma las decisiones en cualquier asunto, por lo que es importante que cualquier decisión se tome de forma justa e imparcial, con buen juicio, conocimiento de las reglas y sentido del juego limpio. Las reglas no cubren todas las circunstancias, por lo que es el mejor juicio del Árbitro Jefe determinar los asuntos no cubiertos.

El Árbitro Jefe es responsable de aprobar todos los nombramientos de los oficiales y de asegurarse de que estén presentes en los lugares apropiados para llevar a cabo sus funciones o hacer sustituciones o reasignaciones de funciones según sea necesario para cumplir con el Reglamento.

Al asignar a los árbitros sus deberes en el recorrido, el Árbitro Jefe debe asegurarse de que:

- Hay suficientes árbitros designados para poder cubrir a todos los competidores a lo largo de toda la carrera.
- Un árbitro está presente para observar la aproximación a la meta, y la llegada.
- Suficientes árbitros que permanezcan en el recorrido para officiar la carrera hasta su finalización cuando todos los nadadores han completado la carrera o han sido retirados del agua bajo OWS 6.17.1.

Cuando las carreras de hombres y mujeres se realicen simultáneamente, el árbitro jefe designará a cada uno de los grupos de árbitros (árbitro jefe y árbitros) como árbitro principal para cada una de las pruebas de hombres y mujeres (OWS 4.10).

Una vez cerradas las inscripciones, el Árbitro Jefe deberá acordar con el Comité Organizador la recepción de una copia de la lista de salida de cada evento y la confirmación de que se han cumplido todas las condiciones de inscripción, incluida la información del entrenador/instructor y la autorización médica en caso de que éstas sean condiciones de inscripción. Cuanto antes se identifiquen las deficiencias, más tiempo habrá para corregirlas antes del comienzo del evento. Debido a estos requisitos de inscripción, no se recomienda que se acepte ninguna inscripción tardía. Para los eventos de la FINA, todas las entradas deben ser aprobadas por la FINA y firmadas por la federación de nadadores que las presenta.

El árbitro jefe deberá llegar al lugar de celebración al menos 2 horas y media antes del inicio previsto de la competición para asegurarse de que todos los preparativos previos a la carrera estén en orden.

El reglamento establece que la temperatura del agua será tomada en medio del recorrido 2 horas antes de que comience la carrera por una comisión compuesta por un árbitro, un entrenador y un representante del Comité Organizador (OWS 5.5). No es necesario que el Árbitro Jefe lleve a cabo esta tarea directamente y se debe considerar la posibilidad de delegar esta responsabilidad en un Árbitro para que el Árbitro Jefe pueda permanecer en tierra para estar disponible y coordinar las actividades necesarias previas a la carrera.

Una vez que todos los nadadores se hayan presentado y hayan sido comprobados y numerados, el Árbitro Jefe deberá recibir el informe del Secretario de la carrera confirmando la lista final de salida de los nadadores para el evento, y asegurarse de que esta información sea transmitida a todos los oficiales, incluidos los oficiales de seguridad y médicos.

Antes de anunciar a los nadadores para la salida, el Árbitro Jefe deberá confirmar con el Oficial de Seguridad y el Oficial Médico que el recorrido es seguro, luego informar a los nadadores y a los oficiales de la carrera sobre cualquier aspecto especial de la misma incluyendo la previsión meteorológica, cualquier cambio desde la Reunión Técnica incluyendo cualquier peligro en el recorrido, la temperatura del agua registrada de acuerdo con el OWS 5.5, y reconfirmar la señal de abandono de emergencia. Los eventos bien organizados tendrán una evaluación de riesgos, y un plan de emergencia que debe estar disponible para el Árbitro Jefe cuando lo solicite. Si no existen, el Árbitro Jefe puede decidir llevar a cabo una evaluación de riesgos y un plan de emergencia, cuyas copias pueden ser compartidas con el Comité Organizador con fines educativos.

### **Los ÁRBITROS deberán:**

- OWS 3.9** Tener la autoridad para intervenir en la competición en cualquier momento, para asegurar que las reglas de FINA se cumplan.
- OWS 3.10** Descalificar a un nadador por cualquier violación del Reglamento, que personalmente observen.

Los árbitros tienen la responsabilidad de asegurar que las reglas se sigan en todo el recorrido durante la carrera. El Árbitro Jefe le asignará una posición en el recorrido o dentro de un área de la carrera para que cada árbitro lleve a cabo sus responsabilidades, asegurándose de que todos los competidores sean juzgados con igual atención. Los árbitros deben vigilar toda la sección del terreno que se les asigne, observando a cada competidor o grupo antes de pasar al siguiente, y luego al siguiente y así sucesivamente a través del área, y luego de vuelta a través de la parte del terreno de la que son responsables. En el caso de que un árbitro tenga que abandonar su posición por cualquier razón (por ejemplo, reabastecerse o por un bajón), deberá informar al Árbitro Jefe, quien ajustará las asignaciones para asegurar que todos los competidores del recorrido permanezcan bajo la comprobación/vigilancia de los árbitros que cubren la carrera.

Los árbitros deben usar el silbato con moderación/escasamente para asegurarse de que los nadadores y entrenadores/instructores le presten atención cuando lo usen. Cualquier infracción observada deberá ser comunicada al Árbitro Jefe y a los demás árbitros tan pronto como sea posible para asegurar que se mantiene un estado exacto de las infracciones en todo momento, y que en caso de que ocurra una segunda infracción, se haga el llamado correcto.

### **El JUEZ DE SALIDA debe:**

**OWS 3.11** Comenzar la prueba de acuerdo con la regla OWS 4 siguiendo la señal del Árbitro Jefe.

Los deberes del juez de salida se completarán normalmente a los pocos minutos del inicio de la carrera, a menos que la salida esté programada por turnos, o haya múltiples eventos programados a lo largo del día.

Una vez que el juez de salida haya confirmado su nombramiento, deberá ponerse en contacto con el organizador o el árbitro jefe y confirmar el tipo de dispositivo de salida que se va a utilizar (por ejemplo, pistola, bocina - ¡o incluso cañón!) y si éste será proporcionado por los organizadores o el juez de salida deberá traer el suyo propio (silbato). Las reglas de salida también requieren que el procedimiento de salida se indique visualmente (OWS 4.7), normalmente bajando una bandera, por lo que el Starter (equipo automático) también debe comprobar si está disponible. Si no está familiarizado con el funcionamiento del equipo de salida, entonces debe organizar un tiempo para aprender el funcionamiento del equipo.

Si es necesario, se puede utilizar un silbato como señal de inicio, pero no se recomienda y sólo debe considerarse como una solución de reserva.

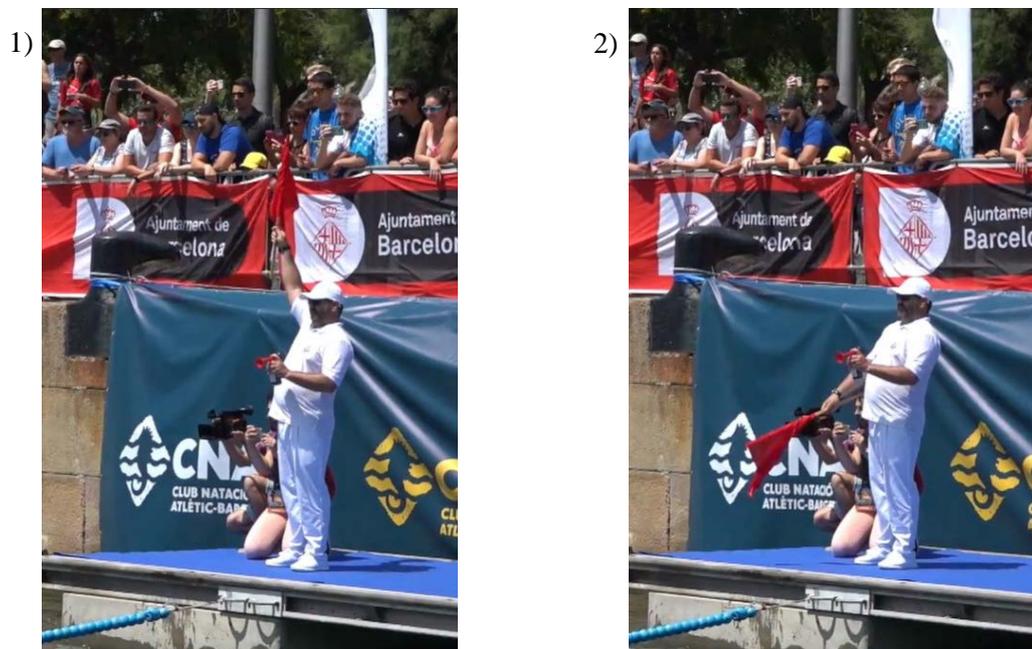
En los casos en que la salida se realice por turnos debido al número de participantes, el juez de salida deberá ponerse en contacto con el árbitro jefe, el jefe secretaría y el jefe de cronometradores para confirmar el retraso que se aplicará entre cada turno de la salida, y quien informará al juez de salida de los tiempos para asegurarse de que las salidas se realicen a tiempo y con precisión.

Si sólo hay un grupo de cronometradores y las carreras de hombres y mujeres se inician por separado, se puede utilizar el mismo procedimiento para iniciar las dos carreras.

Al llegar al recinto, el juez de salida deberá comprobar la zona de salida y revisar el equipo de salida, confirmar si se trata de una salida única o por turnos, y asegurarse de que está presente en la sesión informativa previa a la carrera para confirmar el proceso de salida y responder a las preguntas que puedan ser necesarias.

El Secretario de carrera mantendrá a los competidores informados de la hora de salida antes de la misma y en el momento apropiado se anunciará a los nadadores y se les invitará a tomar su posición de salida, ya sea en la plataforma de salida o en el agua detrás de la línea de salida. La salida en el agua puede ser una cuerda entre dos puntos que se pide a los nadadores que sostengan, o una línea imaginaria/nominal entre dos puntos que deben permanecer detrás hasta que se dé la señal de salida.

A la señal del árbitro jefe, el juez de salida debe levantar la bandera sobre sus cabezas al mismo tiempo que da la orden de salida "preparados". Cuando los nadadores estén listos para la salida, el juez de salida deberá bajar la bandera al mismo tiempo que da la señal audible de salida.



Secuencia de salida por parte de un juez de salida en la LEN Open Water Cup Barcelona 2018  
Fuente: Youtube (CNAB Club Natació Atlètic-Barceloneta)

Si, en opinión del árbitro, se ha producido una ventaja injusta en la salida, los nadadores pueden ser detenidos y se podrá reiniciar la competición. Si las reglas no han sido seguidas por los competidores, entonces las reglas deben ser aplicadas. Si un nadador o varios nadadores van en la dirección equivocada, siempre que las instrucciones del briefing hayan sido claramente dadas, no será necesario de volver a llamar a los nadadores.

Toda la escolta y las embarcaciones de seguridad deben estar alejadas de la zona de salida para asegurar que ningún nadador sufra interferencias/obstáculos. Las embarcaciones de escolta deben navegar para recoger a su nadador de tal forma que se asegure que todos los nadadores de la carrera no se vean perjudicados.

Una vez que da la salida de la última serie, el juez de salida es libre de realizar cualquier otra tarea después de asegurarse de que su equipo de salida (si tuviera) está almacenado de forma segura.

**EI JEFE DE CRONOMETRADORES debe:**

- OWS 3.12** Asignar al menos dos Cronometradores en sus posiciones para la salida y la llegada.
- OWS 3.13** Asegurar que todos los cronometradores comprueban y sincronizan sus relojes con los relojes oficiales 15 minutos antes de la salida.
- OWS 3.14** Recoger de cada cronometrador una tarjeta que muestre el tiempo registrado para cada nadador, y si es necesario inspeccionar sus relojes.
- OWS 3.15** Registrar o examinar el tiempo oficial en la tarjeta para cada nadador.

Las funciones del Jefe de Cronometradores son similares a las del entorno de una piscina en el sentido de que se encarga de supervisar a los cronometradores designados e informa al Árbitro Jefe sobre su desempeño, incluyendo recomendaciones sobre los reemplazos o el personal adicional necesario.

En OWS 3.12 requiere 3 cronometradores y este requisito incluye al Jefe de Cronometradores como se indica en el OWS 2.

El Jefe de Cronometradores debe ponerse en contacto con el Árbitro Jefe, el Jefe de secretaría y el Juez de Salidas para determinar la señal o señales de salida que se darán, el tiempo de demora para cualquier salida posterior y el método que se utilizará para avisar al Juez de Salidas del momento correcto para dar la señal de salida cuando éstas sean específicas de tiempo. Cuando se utiliza un solo equipo de relojes para eventos con múltiples salidas, el Jefe de Cronometradores también debe anotar la hora real de las salidas posteriores, de modo que se pueda hacer una deducción de tiempo exacta para calcular el tiempo correcto de los nadadores en cada ola de salida.

El Jefe de Cronometradores debe asegurarse de que los relojes manuales tengan la suficiente capacidad para hacer frente a todos los nadadores en un área (llegada a meta). Dos relojes adicionales se pondrán en marcha con la señal de salida primaria, para que estos relojes puedan ser utilizados en caso de que un cronómetro falle o se detenga accidentalmente.

**Los CRONOMETRADORES deben:**

- OWS 3.16** Tomar el tiempo de cada nadador asignado. Los relojes deberán tener memoria y capacidad de impresión y estarán certificados correctamente a satisfacción del Comité Directivo.
- OWS 3.17** Poner en marcha sus relojes a la señal de salida, y solo pararlos cuando lo indique el Jefe de Cronometradores.
- OWS 3.18** Inmediatamente después de cada llegada registrar el tiempo y el dorsal de cada nadador en la tarjeta de tiempos y entregarla al Jefe de Cronometradores.

**Nota:** Cuando se utilice el equipo automático, deberá utilizarse el mismo equipo complementario de cronometradores manuales.

La llegada puede ser una placa vertical, una línea suspendida sobre el agua o una línea virtual entre dos puntos/boyas. Los cronometradores cronometran a todos los nadadores en la carrera, usando la función de cronometraje de vuelta/parcial de su cronómetro. El botón debe ser presionado para cada nadador en la llegada, incluso cuando llegan como grupo, para que el conteo de tiempos coincida con el número y el orden relativo de llegada. Cuando se utilizan cronómetros de impresión es útil escribir el dorsal del nadador junto a su tiempo correspondiente para ayudar a emparejar los tiempos correctos con los nadadores correctos.



Un cronometro con la función de imprimir añadida  
Fuente: Google Imágenes

Los cronometradores no pueden actuar como jueces bajo ninguna circunstancia. Los cronómetros deben tener suficiente capacidad de memoria para poder registrar los tiempos de todos los nadadores de la carrera - si el número de nadadores excede a la capacidad de los relojes disponibles, entonces se debe considerar utilizar dos juegos/set de cronómetros y dividir la carrera en consecuencia (por ejemplo, juegos/set separados para hombres y mujeres).

Cuando se utiliza un equipo de cronometraje automático, se aplica la regla OWS 7.2.1 para determinar el tiempo y el lugar oficial de un nadador. Por esta razón no se proporcionan tiempos a los nadadores o a sus representantes hasta después de que el jefe de secretaría haya recompilado los resultados y éstos hayan sido comprobados y confirmados por el Árbitro Jefe.

Un borrador de la hoja de resumen de los cronometradores se incluye en la documentación de la carrera al final de esta guía (Apéndice 5).

Los cronometradores necesitan asegurarse de que tienen medios para viajar a la zona de meta si es un lugar separado de la salida.

**EI JEFE DE JUECES DE LLEGADA debe:**

- OWS 3.19** Asignar una posición a cada juez de llegadas.
- OWS 3.20** Registrar y comunicar cualquier decisión recibida de los jueces de llegadas durante la competición.
- OWS 3.21** Recoger después de la carrera las hojas de resultados firmadas por cada uno de los jueces de llegadas, establecer resultados y puestos, y entregárselos directamente al Árbitro Jefe.
- OWS 3.22** Confirmar a cada juez de carrera la embarcación que ocupará e indicarle sus obligaciones.
- OWS 3.23** Registrar y comunicar cualquier decisión recibida de los jueces durante la competición.
- OWS 3.24** Recoger después de la carrera los informes firmados por cada juez de carrera con las incidencias observadas durante la carrera y entregárselos al Árbitro Jefe.

El Jefe de Jueces de Llegada es responsable de supervisar a los Jueces de Llegada designados e informar al Árbitro Jefe sobre su desempeño, incluyendo recomendaciones sobre cualquier reemplazo o personal adicional necesario.

El área de meta debe ser revisada para asegurar que haya una vista clara y sin obstrucciones en la línea de meta para los jueces de llegada. Puede ser necesario negociar con los cronometradores y los medios de comunicación para lograrlo. El Jefe de Jueces de Llegada también debe instruir a los Jueces de Llegada para que registren todos los lugares que puedan, y dejar huecos donde se hayan perdido lugares.

El Jefe de Jueces de Llegada debe trabajar en cooperación con el Secretario de carrera y el Jefe de secretaría para anotar cualquier retirada de la carrera y asegurar que se mantenga un recuento correcto de los competidores de modo que el número de nadadores que salen del agua coincida con el número que comenzó la carrera.

El Jefe de Jueces de Llegada recibe las hojas de orden de llegada firmadas por los Jueces de Llegada y usa esta información para establecer el orden determinado de llegada, que se pasa al Jefe de secretaría cuando se completa. Puede ser necesario alguna evaluación/estimación cuando los jueces de llegada no han podido establecer el orden de llegada de todos los competidores. Es necesario no sólo mirar el número de jueces que han colocado al competidor X en un cierto puesto, sino también el número de veces que el competidor X es colocado delante del competidor Y.

El Jefe de Jueces de Llegada informará a los jueces de carrera sobre sus asignaciones. Las instrucciones del Árbitro Jefe y/o del Jefe de Jueces de Llegada cubrirán, pero no se limitarán a lo siguiente:

- Las reglas y sus aplicaciones
- La carrera

- La seguridad
- El protocolo
- Las instrucciones especiales

**Los JUECES DE LLEGADA (dos) deben:**

**OWS 3.25** Estar colocados en la línea de llegada donde tendrán en todo momento una clara visión de la llegada.

**OWS 3.26** Registrar después de cada llegada el puesto de los nadadores de acuerdo con las instrucciones recibidas.

**Nota:** Los Jueces de llegada no actuarán como Cronometradores en la misma prueba.

Cuando el recorrido es un circuito y el área de llegada también constituye un giro en el recorrido, los Jueces de Llegada pueden actuar como Jueces de virajes, siempre que al hacerlo no interfieran con sus responsabilidades de juzgar la llegada de la carrera. Si es probable que estas responsabilidades se superpongan, entonces se deben nombrar oficiales por separados para cada función.

Los jueces de llegada deben registrar las posiciones de los nadadores de manera independiente. Cuando no sea posible registrar a todos los nadadores que llegan en grupo, registrar a los que puedan ser identificados y dejar un hueco en la hoja para indicar las clasificaciones que faltan, entonces colocar el siguiente nadador o los siguientes nadadores que puedan ser identificados hasta que todos los del grupo hayan terminado la carrera o hayan salido del agua. Al registrar el orden de los nadadores, el Juez de Llegada no debe murmurar o hablar en voz alta ya que esto puede distraer o influenciar a los otros Jueces de Llegada.

Una vez completado, los Jueces de Llegada firmarán su hoja de orden de llegada y la entregarán al Jefe de Jueces de Llegada para determinar el resultado.

Cuando sea posible consultar con todos los Jueces de Llegada, el Jefe de Jueces de Llegada podrá pedir los resultados de vez en cuando para determinar la clasificación y pueda resolver los huecos vacíos en la hoja de orden de llegada (si los hubiera) mientras la carrera está en curso, para permitir que el resultado global se produzca más rápidamente al final de la carrera.

El Jefe de Jueces de Llegada y los Jueces de Llegada deberán observar para asegurar que los competidores toquen la Pared Vertical en la llegada (en los lugares donde se usa este punto de llegada de la carrera) como se requiere en OWS 7.2.3. Cualquier infracción debe ser reportada al Árbitro Jefe por el Jefe de Jueces de Llegada.

**CADA JUEZ DE CARRERA debe:**

**OWS 3.27** Estar colocado en la embarcación de escolta para la seguridad (cuando sea aplicable), asignada por sorteo inmediatamente antes de la salida, de forma que pueda observar, en todo momento, al nadador que le ha sido designado.

- OWS 3.28** Asegurar en todo momento que las Normas de la competición se cumplen, cualquier violación a las Normas deberá registrarse por escrito e informar a un Árbitro lo antes posible.
- OWS 3.29** Tener poder para ordenar a un nadador que salga del agua al expirar el tiempo límite dado por el Árbitro Jefe.
- OWS 3.30** Asegurarse de que el nadador designado no toma ventaja injustamente ni obstaculiza de forma antideportiva a otro nadador y, si la situación lo requiere, indicar al nadador de que mantenga la distancia con cualquier otro nadador.

Los jueces de carrera observarán al nadador o nadadores y al entrenador o instructor que se les asigna para asegurarse de que siguen las reglas. Para las carreras de más de 10 km, los jueces de carrera normalmente estarán situados en el barco de escolta de cada nadador.

Los jueces de carrera serán asignados a una embarcación de escolta por sorteo inmediatamente antes de la salida del barco. Una vez asignados, el Juez de Carrera se subirá inmediatamente a la embarcación designada. No se producirá ningún contacto con el nadador o su representante antes del embarque.

El Juez de Carrera se abstendrá de ofrecer consejos sobre las mejores rutas a seguir, pero se asegurará (excepto por motivos de seguridad) de que la tripulación siga las instrucciones del representante del nadador que quiera dar.

El Juez de Carrera llevará un registro de todos los asuntos relacionados con el nado. Este registro incluirá las violaciones de las reglas, información de tiempo y distancia, y también puede incluir la velocidad de brazada, los tiempos de alimentación y cualquier otro incidente. Esta información se mantendrá de forma clara para permitir la inspección por parte de un Oficial Médico en caso de que la capacidad del nadador para seguir sea dudosa o del Árbitro jefe si así se requiere.

En una pequeña embarcación durante unas ocho horas o más es importante que se establezca y mantenga una relación cordial y que se dé a los nadadores todas las oportunidades para nadar por el mejor trayecto posible.

En todo momento, desde la salida hasta que el nadador asignado abandone el agua, el Juez de Carrera estará en una posición tal que mantenga una estrecha observación de su nadador. Con los obvios problemas que surgen al estar en una pequeña embarcación durante un largo periodo tiempo, se debe asegurar que el Juez de Carreras esté completamente cómodo y con el suficiente sustento personal.

Regla de infracción (OWS 6.3.1): observe que esta regla se aplica al entrenador/instructor de los nadadores y a la embarcación de escolta como si se aplicaran directamente al nadador. Por lo tanto, los jueces de carrera deben observar al nadador y a su entrenador/instructor para asegurarse de que no se toma ninguna ventaja injusta ni se da ningún apoyo intencionado al nadador durante la carrera (se excluye la intervención médica o de seguridad - OWS 6.7.1).

En caso de que sea necesario intervenir para garantizar el cumplimiento de las normas, se debe anotar el asunto, junto con la hora y el resultado, y luego informar al Jefe de Jueces de Llegada o al Árbitro Jefe a la mayor brevedad posible.

Los jueces de carrera deberán tener en cuenta en todo momento que son el representante del árbitro jefe, siendo su papel principal defender las reglas de la competición y asegurarse de que el nadador y el representante del nadador compiten dentro del espíritu del deporte.

**El JUEZ DE VIRAJES debe:**

**OWS 3.31** Estar colocado de forma que pueda asegurarse de que todos los nadadores ejecutan los giros tal y como se indica en las instrucciones de la competición y tal y como se haya indicado en la reunión previa.

**OWS 3.32** Registrar cualquier infracción en los procedimientos de virajes en las hojas de registro dadas e indicar la infracción en el momento que se produzca mediante pitidos. Posteriormente y de forma inmediata comunicará la infracción al Árbitro Jefe.

**OWS 3.33** Cuando termine la prueba, entregará la hoja firmada al Jefe de Jueces de Llegada.

Los jueces de virajes deben ser nombrados en cantidad suficiente para que cada cambio de rumbo pueda ser juzgado mediante una atenta observación para asegurar que todos los nadadores rodeen la boya/baliza de acuerdo con el plan de rumbo y el briefing previo a la carrera.

Los jueces de virajes necesitan observar de cerca que los nadadores ejecuten cada cambio de rumbo y que lo hagan de acuerdo con las instrucciones que se les han dado. Esto significa que hay que estar atento para asegurarse de que los nadadores nadan alrededor de la marca del recorrido en la dirección correcta y sin impedir o interferir de otro modo con otros nadadores en la carrera. Se debe llevar un registro de los números de los nadadores (o si esto es demasiado difícil un recuento de los nadadores) a medida que rodean la marca/boya. Lo ideal sería que se registrara el número de cada nadador a medida que pasan la marca, sin embargo esto no siempre es posible, por lo que se requiere como mínimo un recuento del número de nadadores que han pasado la marca. Cuando se observe una infracción, se debe anotar incluyendo el número del nadador y la hora, y se debe informar inmediatamente al Árbitro Jefe.

Muchos jueces de virajes estarán en embarcaciones, a menos que el punto de giro esté muy cerca de la costa o se proporcione una plataforma fija. La embarcación debe tener cuidado al colocarse para ver a todos los nadadores rodear la marca, teniendo en cuenta el viento, la marea, la corriente y otros factores para mantenerse cerca pero lejos de la línea de recorrido de los nadadores.

**El OFICIAL DE SEGURIDAD debe:**

**OWS 3.34** Ser responsable ante el Árbitro Jefe de todos los aspectos de seguridad relacionados con la realización de la competición.

**OWS 3.35** Comprobar que toda la carrera, especialmente en relación con la salida y la zona de llegadas, es segura, apropiada y libre de todo tipo de obstrucción.

- OWS 3.36** Ser responsable de asegurar que hay disponible la suficiente plantilla encargada de la seguridad durante la competición para dar un apoyo completo a la embarcación de seguridad.
- OWS 3.37** Proporcionar a todos los nadadores, antes del comienzo de las pruebas, una tabla de mareas/corrientes que indique los horarios de las mismas y los efectos que éstas puedan tener sobre los nadadores en el transcurso de la carrera.
- OWS 3.38** En colaboración con el Oficial Médico, comunicar al Árbitro Jefe si, en su opinión, las condiciones no son apropiadas para llevar a cabo la competición y dar las recomendaciones adecuadas para la modificación de la carrera o sobre la forma en que la competición se está llevando a cabo.

La gestión de riesgos y la seguridad de los eventos siempre fueron requisitos importantes, pero hoy en día hay una mayor atención y una mayor obligación legal en muchos países. El Oficial de Seguridad es probablemente el nombramiento más importante dentro del grupo de Oficiales Principales. Lo ideal sería que el Oficial de Seguridad fuera un funcionario de seguridad pública cualificado, como un socorrista superior, un guardacostas o un oficial del servicio de bomberos que esté familiarizado con la gestión de riesgos en torno a la realización de un evento en aguas abiertas. La persona designada para el papel de oficial de seguridad debe tener los siguientes atributos:

- Habilidades especializadas en el reconocimiento de riesgos y posibles peligros.
- Puede poner en marcha procedimientos para aislar, eliminar o minimizar los riesgos identificados.
- Coordina la experiencia combinada de otros en una sola unidad cohesiva para entregar un plan de seguridad completo.
- Buena actitud y enfoque, y juicio apropiado en la implementación del plan de seguridad.

El Oficial de Seguridad tendrá que involucrarse en la organización desde el principio. Tendrá que participar en la revisión del recorrido y a la evaluación de su idoneidad para la competición.

Además de las reglas, por favor tenga en cuenta que el Oficial de Seguridad:

- Coordina con el Oficial de la Carrera todos los aspectos de la carrera. Comprueba las condiciones de la marea o el caudal de agua y se asegura de que el recorrido es seguro para la realización del Campeonato.
- Coordina las preocupaciones médicas y los enfoques para remediar los problemas con el Oficial Médico.
- Verifica con el Oficial de la Carrera que las advertencias adecuadas del Campeonato han sido transmitidas a todas las embarcaciones que usan, o que probablemente usen, en cualquier parte del recorrido.
- Informa a los nadadores, manejadores, jueces de carrera y tripulaciones de embarcaciones sobre todos o cualquier peligro potencial de seguridad y la acción a tomar en caso de que ocurra.
- Revisa, antes de la salida, los procedimientos de evacuación y los sitios de los equipos médicos.

- 15 minutos antes de la salida confirma al Árbitro Jefe que, en su opinión, se han cumplido todos los requisitos de seguridad.
- Inspecciona la seguridad y el barco de escolta de los nadadores como adecuados para el uso previsto. Dependiendo de las condiciones propias de un recorrido particular, el tipo de embarcación utilizada variará. En términos generales, se deben aplicar los siguientes criterios.
  - El barco debe tener el tamaño suficiente para poder contener la tripulación, el Juez de Carreras y un representante de los nadadores.
  - Durante los campeonatos de 25 km, el nadador deberá recibir refrescos a intervalos regulares. Por lo tanto, es esencial que el representante de los nadadores pueda acercarse lo suficiente para transferirle los refrescos necesarios sin impedimentos ni retrasos.
  - Si la propulsión del barco de escolta se logra mediante el esfuerzo humano, hay que recordar que los nadadores viajarán a una velocidad de hasta 4 km/h y si hubiera viento en contra durante los campeonatos, quedarse con el nadador podría ser muy difícil.
  - Cuando se utiliza un barco de escolta con propulsión mecánica, se deben considerar los siguientes puntos:
    - Vapores de escape. Los escapes verticales o interiores presentan pocos problemas; sin embargo, los escapes de la línea de flotación pueden causar graves problemas al nadador.
    - A velocidades de superficie de 3 nudos o menos, un motor estándar interno o externo será propenso a "aceitarse" y requerirá períodos de ráfagas de altas revoluciones para mantener el motor limpio. Estas deben realizarse siempre con el motor en punto muerto.
    - Cuando se utiliza un motor grande y hay un problema para permanecer al lado de un nadador, se pueden utilizar "Drogas". Uno o dos cubos unidos a líneas seguras pueden ser colocados detrás del bote para dar mayor resistencia. Hay que tener cuidado de que las líneas no se enreden en las hélices o causen interferencias a cualquier otro nadador o a su embarcación de seguridad.
    - Baños. Se deben tener en cuenta las necesidades personales de las personas que pueden estar en el barco hasta ocho o nueve horas.
- Mide y registra la temperatura del agua a intervalos regulares durante la carrera, de acuerdo con el Reglamento de Seguridad.

Tendrán que estudiar el recorrido con el Oficial de carrera e identificar los posibles peligros que pueden encontrarse en el recorrido propuesto.

La marea alta y la marea baja deben ser publicadas en la información de la carrera como referencia para los nadadores.

- Marea alta: El momento en que el mar o un río alcanza su nivel más alto y llega más lejos en la playa.
- Marea baja: El momento en que el mar ha alcanzado su nivel más bajo.

El Oficial de Seguridad debe asegurarse de que todas las autoridades públicas pertinentes estén al tanto de la competición y hayan dado su aprobación como se requiere en BL 13.2.

#### BL 13.2 Inspección de la(s) sede(s)

La(s) sede(s) en que se celebrarán las competiciones debe(n) haber sido aprobada(s) por las autoridades competentes a tal efecto.

El paso inicial en la gestión de la seguridad es realizar una evaluación de los riesgos. Sin la adaptación de la estrategia a las condiciones específicas del lugar con respecto a los posibles peligros y otros factores que influyen en la seguridad de los nadadores, la seguridad no se gestionará eficazmente. El objetivo es eliminar el riesgo o reducirlo al mínimo. El Oficial de Seguridad, junto con los otros oficiales listados en BL 13.4.1, desarrollará un plan de seguridad y manejo de riesgos para tratar los aspectos de seguridad de la competencia. Una vez acordados, dichos planes serán ampliamente difundidos a las funciones necesarias para asegurar su efectiva implementación.

El Oficial de Seguridad también se encarga de nombrar y supervisar al personal de seguridad adicional debidamente cualificado que se considere necesario para aplicar y gestionar los planes de gestión de riesgos y seguridad. Una vez finalizado la carrera, es necesario identificar y posicionar el personal de seguridad y los barcos de escolta. El oficial de seguridad debe reclutar suficiente personal de seguridad y tripulaciones de escolta lo antes posible. Se deben identificar suficientes embarcaciones de seguridad para asegurar que haya embarcaciones motorizadas designadas para ello:

- Proporcionar adecuadamente un apoyo cercano para cubrir todo el campo durante toda la duración de la carrera, especialmente para las carreras que no tienen barcos de escolta por cada nadador.
- Proporcionar apoyo médico de primera respuesta, dotado de equipo apropiado de primeros auxilios médicos para ayudar a tratar y transportar a los nadadores u otras personas que sufran angustia en el curso hacia un apoyo médico más completo en tierra. En caso de que se utilice una embarcación de rescate, ésta debe estar tripulada por lo menos por dos personas, un conductor y un socorrista. Si se utilizan motos acuáticas por razones de seguridad, éstas deben estar equipadas con equipo de rescate y una tabla de rescate detrás de la moto acuática. Los socorristas deben llevar chalecos salvavidas. En el caso de que se utilice una moto acuática, ésta debe estar tripulada por un conductor y un socorrista.
- Embarcaciones adicionales para cubrir cualquier barco que pueda averiarse o quedar incapacitado de alguna otra manera.

Las embarcaciones de apoyo, como los kayaks y las canoas, pueden utilizarse para proporcionar una cobertura de seguridad complementaria de apoyo cercano, pero no pueden utilizarse como sustituto de las embarcaciones motorizadas apropiadas. El oficial de seguridad debe inspeccionar las embarcaciones de seguridad para asegurarse de que son adecuadas para el propósito previsto. Los protectores de las hélices deberían estar instalados en las hélices de todas las naves de seguridad motorizadas. Los inflables ofrecen una gran maniobrabilidad y pueden acercarse al campo con un mínimo de lavado para los oficiales y son más fáciles para la recuperación de los nadadores del agua, pero pueden tener dificultades para mantenerse en el camino en tiempo de viento, y ser remados si el motor se avería.

Cuando las embarcaciones de seguridad se colocan en lugares estacionarios a lo largo/alrededor de un recorrido, deben mantener su posición relativa al recorrido, pero no estar ancladas, de modo que puedan moverse inmediatamente para apoyar a cualquiera que se encuentre en peligro. Las Regulaciones de Seguridad de la FINA (Ver Apéndice) prefieren que las embarcaciones de apoyo cercanas sigan a los nadadores mientras se mueven por el recorrido apoyados por embarcaciones de seguridad motorizadas, en lugar de tener una embarcación estacionaria que monitorice una 'zona' del recorrido, ya que este método no hace el mejor uso de la embarcación de seguridad cuando los nadadores están situados sólo en una parte concreta del recorrido.

El Oficial de Seguridad es responsable de redactar el Plan de Seguridad, un documento que describe los procedimientos de seguridad que se aplicarán en la competición y que puede ser utilizado como documento de referencia por todas las partes y equipos/entrenadores pertinentes en su planificación y realización de la competición.

Es importante cuidar e identificar al personal de seguridad, que estará dispuesto a ayudar en los siguientes años o en futuros eventos. Esto incluye alimentarlos, hacer donaciones a sus clubes, etc.

Asegurar que el personal de seguridad, sea de un nivel adecuado para llevar a cabo la función requerida. Informarles sobre sus deberes y responsabilidades exactas con la mayor antelación posible y asegurarse de que cada persona conoce su ubicación y responsabilidad exactas.

Esto se puede hacer con mapas o con una visita a la zona. A cada oficial de seguridad se le debe dar información detallada de la carrera, datos sobre el agua, detalles de los procedimientos de emergencia, números de radio y de contacto y los nombres del oficial de seguridad (incluyendo la señal de llamada) y de los jueces de la carrera. En los eventos más largos, se deben suministrar refrigerios y/o organizar el personal de seguridad de socorro.

Es de vital importancia que el organizador haya previsto la no asistencia de personal de apoyo, en particular de equipos de seguridad. Se debe elaborar una lista de prioridades de funciones y reasignar el personal de los puntos de menor prioridad, según sea necesario. Bajo ninguna circunstancia se debe pedir al personal que se ponga en peligro.

Cuando la carrera depende de una organización separada que proporciona tripulaciones de seguridad es esencial que se les informe sobre sus procedimientos de seguridad y que se evalúe la compatibilidad de los dos procedimientos dispares.

Se deben identificar y establecer comunicaciones primarias y secundarias para proporcionar comunicaciones para la coordinación de la carrera y la comunicación de seguridad. Se debe considerar la posibilidad de utilizar canales de radio separados para estas dos funciones a fin de mantener el tráfico de la carrera separado del de la seguridad.

A todo el personal de apoyo se le debe proporcionar equipo y ropa de seguridad, incluida protección contra el clima y chalecos salvavidas.

**El OFICIAL MÉDICO debe:**

- OWS 3.39** Ser responsable ante el Árbitro Jefe de todos los aspectos médicos relacionados con la competición y los competidores.
- OWS 3.40** Informar a los servicios médicos locales de la naturaleza de la competición y garantizar que las posibles víctimas puedan ser evacuadas a un centro médico lo más rápidamente posible.
- OWS 3.41** En colaboración con el Oficial de seguridad, comunicar al Árbitro Jefe si, en su opinión, las condiciones no son apropiadas para llevar a cabo la competición y dar las recomendaciones adecuadas para la modificación de la carrera o sobre la forma en que la competición se está llevando a cabo.

Además de las reglas:

El Oficial Médico debe estar debidamente cualificado para el cargo y es responsable ante el Comité Organizador de proporcionar una cobertura de seguridad médica adecuada para asegurar el bienestar de todos los nadadores y proporcionar las instalaciones que se requieran según las normas y recomendaciones de la FINA. Durante el evento, la principal responsabilidad del Oficial Médico es el Jefe de Arbitraje y también actuará en conjunto con, y en enlace con, el Oficial de Seguridad. Durante el evento, la principal responsabilidad del Oficial Médico es el Arbitro Jefe y también actuará en conjunto con, y en enlace con, el Oficial de Seguridad.

Los deberes del Oficial Médico incluyen:

- Comprobar que la calidad del agua del recorrido designado es segura y adecuada para la realización del evento y confirmar que no hay otros factores (como tiburón, cocodrilo o medusa) que hagan que el lugar sea indeseable.
- Recopilar los datos sobre el estado de los nadadores que solicite el Comité de Medicina Deportiva de la FINA.
- Proporcionar a los oficiales, las tripulaciones de los barcos y los representantes de los nadadores una explicación del plan médico de la carrera. Este plan debería incluir procedimientos de recuperación/evacuación de los nadadores.
- Proporcionar a los equipos médicos, de primeros auxilios y paramédicos una explicación detallada del plan médico junto con los procedimientos pertinentes necesarios para su activación.
- Asegurarse de que todos los nadadores, en el momento de terminar o en caso de retirada, en el punto de desembarque no requieran más supervisión médica.
- Proporcionar asesoramiento y asistencia en relación con la ingesta adecuada de refrigerios o sustento para ayudar a la recuperación del evento.
- Presentar un informe detallado sobre todos los aspectos médicos de los campeonatos, junto con cualquier recomendación para la planificación y ejecución de planes médicos en futuros eventos.

El Oficial Médico deberá comprobar visualmente el certificado de calidad del agua y, junto con el Oficial de Seguridad, confirmar al Árbitro Jefe que las condiciones son aceptables para el desarrollo

de la competición, incluyendo la comprobación de factores como la fauna acuática (por ejemplo, tiburones, cocodrilos, medusas), las corrientes y la temperatura u otras condiciones que puedan hacer que las condiciones sean peligrosas.

El Oficial Médico es responsable de la supervisión de todos los aspectos médicos de la competición. Además de las reglas, los estatutos y reglamentos de los eventos de la FINA también especifican las responsabilidades médicas que deben ser observadas en la organización de los eventos de natación en aguas abiertas.

#### BL 12.14 Primeros auxilios

El lugar o lugares de celebración deberán disponer de instalaciones adecuadas y completamente equipadas para el tratamiento de primeros auxilios de los competidores y oficiales y del público. Estas instalaciones, junto con el número y las cualificaciones de los asistentes que administren el tratamiento, deberán ser aprobadas por las autoridades locales correspondientes. La(s) ambulancia(s) estará(n) estacionada(s) en el lugar durante todo el campeonato/competencia.

### 9. Soporte médico

M9.1 En cada disciplina deportiva se deben establecer directrices relativas al apoyo médico necesario en función de la naturaleza de las actividades deportivas y el nivel de la competición.

Estas directrices deben abordar, entre otras cosas, los siguientes puntos:

- la cobertura médica de las sedes de entrenamiento y competición y su organización;
- los recursos necesarios (suministros, locales, vehículos, etc.);
- los procedimientos en caso de emergencia;
- el sistema de comunicación entre los servicios de apoyo médico, los organizadores y las autoridades sanitarias competentes.

M9.2 En caso de que se produzca un incidente grave durante el entrenamiento o la competición, deben existir procedimientos para prestar el apoyo necesario a los lesionados, evacuándolos a los servicios médicos competentes cuando sea necesario. Se debería informar a los deportistas, entrenadores y personas relacionadas con la actividad deportiva sobre esos procedimientos y recibir la formación necesaria para su aplicación.

M9.3 Para reforzar la seguridad en la práctica de los deportes, debería existir un mecanismo que permitiera reunir datos sobre las lesiones sufridas durante el entrenamiento o la competición. Cuando sean identificables, esos datos deberían recopilarse con el consentimiento de los interesados y tratarse de manera confidencial y de conformidad con los principios éticos reconocidos de la investigación.

El Oficial Médico necesita desarrollar un completo Plan de Acción Médica para la competencia detallando:

- Primeros auxilios en el lugar (tanto en el agua como en la orilla)
- El nivel de equipo que se dispondrá en el lugar
  - en el lugar
  - en el campo de juego

- Médico/s de guardia o instalaciones médicas disponibles para uso de los Equipos y Oficiales
- Hospitales a los que se enviarán nadadores, funcionarios y personal del equipo para tratamientos iniciales y/o cuidados más serios.
- Transporte estable desde el agua a la tierra y desde la tierra a instalaciones médicas y hospitales más avanzados cuando se considere necesario. Los vehículos de transporte deben permitir un tratamiento continuo o la reanimación.
- Plan de transporte para situaciones en las que se requiere la remisión a un hospital
- Metodología y equipo de coordinación y comunicación médica
- Estrategia, método y responsabilidad de las acciones en caso de emergencia
- Contactos de coordinación con los servicios de seguridad y otros servicios de emergencia

El plan médico detallado de un campeonato determinado será único si se tiene en cuenta la amplia gama de variables, especialmente las variaciones de temperatura y las condiciones climáticas. Debe encajar con el plan de seguridad que cubre la seguridad en el lugar de celebración y en la pista, con el plan médico que identifica las acciones y procedimientos que se aplicarán una vez que los nadadores, oficiales, entrenadores u otros sean evacuados a la orilla.

El Plan de Acción Médica debe ser ampliamente distribuido para que todos los involucrados en el evento conozcan la información necesaria sobre qué tratamiento está disponible, dónde y si alguien debe ser llevado a un hospital u otro centro de tratamiento médico, y cuál.

La(s) ambulancia(s) estacionada(s) en el lugar debe(n) estar ampliamente equipadaa(s) y dotada(s) de personal paramédico debidamente calificado(s) para atender cualquier problema médico que se experimente en el lugar, incluida la reanimación cardíaca avanzada.

Si las condiciones de la carrera lo requieren, el Oficial Médico deberá realizar el examen físico final de los competidores antes del día del evento, e informar al Árbitro Jefe y a los organizadores de cualquiera que, en opinión del Oficial Médico, no sea médicamente apto para participar en la competencia.

El Oficial Médico debe asegurar la disponibilidad de suficiente personal médico debidamente calificado y supervisar médicamente a los nadadores al salir del agua, ya sea por retirada o al final de la prueba, de acuerdo con las Reglas OWS 7.4 - 7.7. Incluso cuando la temperatura del agua y las condiciones del aire son buenas, es aconsejable contar con recursos adicionales a la salida de nado. La hipotermia puede ocurrir en aguas relativamente cálidas.

#### **El OFICIAL DE LA CARRERA debe:**

- OWS 3.42** Ser responsable ante el Comité Directivo de la vigilancia correcta de la carrera.
- OWS 3.43** Asegurar que las zonas de llegadas y salidas están correctamente señalizadas y de que todo el equipo se ha instalado y está trabajando correctamente.
- OWS 3.44** Asegurar que todos los giros estén correctamente señalizados y controlados antes del comienzo de la prueba.

- OWS 3.45** Con el Árbitro Jefe y el Oficial de Seguridad, inspeccionar el curso de la carrera y las señalizaciones antes del comienzo de la competición.
- OWS 3.46** Asegurar que los Jueces de Virajes están en sus puestos antes del comienzo de la competición e informar de esto al Árbitro Jefe.

Uno de los factores más importantes es la planificación del recorrido, por lo que el Oficial de Carrera es otra persona designada que debe participar desde el principio. Hay una serie de factores y directrices que deben ser observados y todos ellos necesitan una cuidadosa consideración para la seguridad y la conveniencia. Entre ellos figuran:

- Datos climáticos - tiempo, temperatura del agua y del aire, vientos predominantes (históricos para el período propuesto)
- Datos de calidad del agua (Históricos para el período propuesto del evento)
- Información anticipada de mareas/corrientes
- Acceso listo para la evacuación médica alrededor/alrededor del recorrido
- Acceso a instalaciones adecuadas para que los oficiales y los organizadores de la carrera desempeñen sus funciones oficiales, y también instalaciones de apoyo como baños
- Permisos apropiados para usar el curso propuesto
- Información sobre el lecho del curso de agua (peligros, sujeción para las boyas)

Es importante que el recorrido se determine siguiendo el asesoramiento y la evaluación local de los datos históricos y se mida con mucha antelación. Se debe solicitar a las autoridades competentes información actualizada sobre la calidad del agua en la época del año pertinente, al principio de la planificación, a fin de evaluar la posibilidad de un trayecto determinado para un evento de natación en aguas abiertas. Esto es para asegurar que se puedan hacer cambios en el curso si el clima o las condiciones del mar/agua empeoran. Debe considerarse la posibilidad de planificar un curso alternativo que pueda ponerse en práctica con la mínima demora.

El recorrido debe elegirse cuidadosamente, ya que la principal preocupación de todos los eventos de natación en aguas abiertas debe ser la seguridad de los participantes.

El lugar de celebración estará bajo el control de una o más autoridades locales y la obtención de los permisos necesarios puede llevar algún tiempo, por lo que conseguir que estas personas se sumen y apoyen el evento es una actividad de planificación temprana esencial. Los usuarios comerciales de cualquier lugar siempre tendrán un acceso prioritario, por lo que es importante obtener su acuerdo y cooperación.

Si la salida se hace fuera del agua, desde un litoral (zona costera), un muelle o una plataforma flotante, habrá que asegurarse de que la profundidad del agua ha sido inspeccionada y que cumple con los mínimos requeridos (1,4 m). También, se debe hacer una comprobación física de la zona de salida con suficiente antelación a la competición para asegurarse de que no hay obstrucciones no vistas en el agua de poca profundidad.

Una vez acordado, hay que preparar un plan de carrera detallando:

- El área o áreas de inicio y llegada, y la distancia a la orilla.
- La distancia entre las boyas de giro y los puntos de avituallamiento donde se encuentran.

- Puntos de evacuación médica en la carrera
- Puesto de control de la carrera
- Zona de clasificación (Marshaling area)

Este documento es clave, ya que servirá de base para la planificación de muchos aspectos de la competición, incluida la preparación de los atletas/nadadores, la planificación de la seguridad y la gestión de riesgos, y el Plan de Acción Médica.

Algunos puntos adicionales:

- Antes de la primera reunión de información, asegúrese de que todos los aspectos de la carrera se ajustan a la autorización de seguridad inicial dada en el momento de la solicitud.
- Asegurarse, antes de la primera sesión informativa, de que no existen más obstrucciones en el rumbo que las ya identificadas.
- Consultar y mantenerse completamente informado con el Oficial de Seguridad.
- En la reunión informativa, asegurarse de que los mapas a gran escala del recorrido muestren claramente la salida, la llegada y todos los giros, estén disponibles para los representantes de los nadadores, los jueces de carrera, todos los oficiales y los medios de comunicación.
- Confirmar con todos los jueces de virajes y asignar el transporte a sus posiciones, asegurándose de que haya suficientes marcadores y banderas disponibles.
- Comprobar que se dispone de suficiente transporte para asegurar que los jueces de virajes lleguen a tiempo a su puesto para cumplir con sus obligaciones y que se han hecho suficientes arreglos para asegurar su recogida después de que el último nadador haya pasado por su puesto.

El Oficial de Carrera probablemente sea el primero en llegar a la competición con suficiente tiempo. A menos que haya sido posible establecer el día anterior a la competición los ajustes necesarios para la carrera (señalización, materiales, etc). Hay mucho que hacer antes de que los nadadores y los oficiales lleguen a la carrera y sólo 90 minutos antes de la salida probablemente sea tiempo insuficiente para todo lo que hay que hacer. Incluso cuando las cosas han sido preparadas el día anterior es esencial volver a revisar todo para asegurarse de que nada ha cambiado o desaparecido de la noche a la mañana. Justo cuando menos te lo esperas, algo sin duda no irá según lo planeado y requerirá tiempo adicional para corregirlo.

Comprobar que las áreas de inicio y final estén correctamente instaladas y marcadas, que el equipo esté instalado y en buen estado de funcionamiento.

Asegurarse de que las modificaciones del recorrido estén todas correctamente posicionadas y marcadas (boyas, marcadores u otras embarcaciones amarradas que se utilizan para definir los puntos de giro o las modificaciones del recorrido). El GPS es una buena herramienta para comprobar rápidamente el posicionamiento, si se dispone de esta.

En compañía del árbitro jefe y el oficial de seguridad inspeccionar el recorrido y las marcas antes del comienzo del evento.

Comprobar que los jueces de virajes estén en sus posiciones correctas antes de empezar la carrera y confirmar esto al Árbitro Jefe. Esto es particularmente importante, ya que es responsabilidad del

Oficial de Carrera asegurarse de que todos están en su lugar, para que puedan realizar sus funciones correctamente.

El Oficial de Carrera será probablemente la última persona en abandonar la competición, ya que todo lo que se ha sacado para la carrera tiene que ser recogido de nuevo

Hay que verificar con el Árbitro Jefe, antes de que cualquier equipo sea retirado del recorrido, que no hay nadadores en el agua - no hay nada más vergonzoso que encontrar que una parte del recorrido ya ha sido retirada y todavía hay nadadores en el recorrido queriendo nadar alrededor de las boyas que han sido levantadas.

**EI SECRETARIO DE CARRERA debe:**

- OWS 3.47** Reunir y preparar a los participantes antes de cada prueba y asegurarse de tener las instalaciones apropiadas para todos los nadadores a la finalización de la misma.
- OWS 3.48** Asegurar que cada participante está identificado correctamente con su dorsal y que todos los nadadores se han arreglado las uñas de manos y pies y no llevan ninguna joya, incluidos relojes.
- OWS 3.49** Asegurar que todos los nadadores estén presentes, en la cámara de salidas, con el tiempo requerido antes de la salida.
- OWS 3.50** Mantener a los nadadores y oficiales informados del tiempo que queda antes de la salida en intervalos apropiados hasta los últimos cinco minutos, durante los cuales se dará un aviso cada minuto.
- OWS 3.51** Ser responsable de asegurar que toda la ropa y el equipo dejado en las zonas de salida, sea trasladado a la zona de llegada y se mantiene seguro.
- OWS 3.52** Asegurar que todos los participantes que salen del agua a la llegada tendrán el equipo básico necesario para su seguridad si sus propios acompañantes no están presentes en ese momento.

El Secretario de carrera es responsable del registro, la numeración y la gestión de los nadadores antes del comienzo de la carrera, de asegurar que su ropa y equipo sean cuidados, de llevar un recuento del número de nadadores en el agua durante la carrera y de que sean atendidos al final de la carrera hasta que lleguen sus entrenadores/instructores para atenderlos.

Dependiendo del número de nadadores, probablemente será necesario nombrar a más de un secretario de carrera para asegurar que se traten todas las funciones previas a la carrera. Los cronometradores y los jueces de llegada pueden ayudar en las actividades previas a la carrera para preparar a los nadadores para la competición. En el área de pre-carrera, el Secretario de carrera debe:

- Registro de los nadadores (y sus entrenadores/instructores cuando sea necesario)

- Comprobar que el traje de baño que se va a usar está en la lista de "Aprobado" de la FINA y que no se usa más de uno o si se usan trajes de buceo, cumpla con las directrices de trajes de buceo de la FINA.
- Comprobar y expedir (si es necesario) los gorros de acuerdo con los criterios de la carrera.
- Comprobar que todos los trajes de baño (gorras, trajes y gafas) cumplen con las normas de publicidad de la FINA si es necesario.
- Comprobar que las uñas de los dedos de las manos y de los pies de los nadadores estén recortadas y que se hayan quitado todas las joyas (incluyendo las de la boca, el ombligo u otras joyas de perforación en el cuerpo)
- Numerar a los nadadores en ambos hombros, en la parte superior de los brazos y en el dorso de las manos.
- Expedir transpondedores para las carreras en las que se usan y recibirlos de nuevo después de la llegada.
- Avisar regularmente del tiempo que queda para el inicio de la carrera.

Los secretarios de carrera deben estar en el lugar de la competición con bastante antelación. Principalmente antes del inicio de abrir las inscripciones para que estén bien preparados a la llegada de los nadadores y puedan realizar sus tareas de manera rápida y eficiente antes de la carrera.

Se requieren copias de la lista de salida de todos los nadadores, especialmente cuando se han preasignado números de carrera para que puedan utilizarse como documentos de referencia en la numeración y en la asignación de transpondedores.

Desde el comienzo del proceso de registro y de inscripción, el secretario de carrera y el locutor deben mantener informados a los nadadores, entrenadores y oficiales del tiempo que queda para la salida. Estos anuncios deben hacerse a intervalos adecuados para cumplir los plazos previos a la salida (cierre de la inscripción/numeración, sesión informativa final previa a la carrera, introducción, la salida). Durante los últimos cinco minutos previos al comienzo de la carrera, los anuncios deben hacerse a intervalos de un minuto. Coordinar con el locutor y el árbitro jefe para acordar la hora correcta y establecer con el anunciador los intervalos de tiempo que se anunciarán antes de la salida, y vigilar que se hagan a la hora correcta. También confirmar con el Árbitro Jefe la hora y el lugar de la sesión informativa previa a la carrera.

La disposición de la zona de registro es importante para asegurar un buen flujo de nadadores a través del proceso de registro y numeración, por lo que es importante una buena disposición de esta zona. La creación del espacio con un número de "estaciones", cada una de las cuales comprueba uno de los aspectos anteriores, es una buena manera de comprobar rápida y eficientemente a los nadadores y mantener el flujo en movimiento a medida que progresan en el proceso.

La entrada a la zona de registro/inscripción debe restringirse únicamente al personal que deba estar allí, para evitar el hacinamiento y permitir que los nadadores se preparen para la carrera sin perturbaciones.

Además de rotuladores permanentes de punta ancha o de sellos para la numeración, asegúrese de que haya toallitas para bebés o similares para eliminar cualquier error que se pueda cometer, y también bolígrafos blancos para numerar a los nadadores de piel más oscura. Es una buena idea

traer un set de manicura o tijeras/cortadores de uñas y una lima para que las uñas puedan ser recortadas y suavizadas si es necesario. La utilización de productos esterilizantes es una buena idea para limpiar y desinfectar estas herramientas entre uso y uso. Para las carreras de trajes de neopreno, los crayones pastel son los mejores para numerar los trajes de neopreno de los nadadores.

Los números se escriben en la parte superior de los brazos, los omóplatos y las manos. Los números deben ser lo suficientemente grandes como para que los árbitros, jueces de carrera y de llegada, y cualquier personal de apoyo pueda leerlos fácilmente. Los números legibles son muy importantes ya que son el medio de identificar a cada nadador en la carrera.

#### BL 9.3.7.2 Numeración de los nadadores

La numeración de los atletas debe aparecer en los brazos, en la parte superior de la espalda y en las manos de los competidores. En los brazos, los números estarán dispuestos verticalmente. En la parte superior de la espalda y las manos la numeración es horizontal. La numeración de los brazos y las espaldas se hace con una plantilla de tinta: 100 mm de alto x 60 mm de ancho. La numeración de las manos de los competidores está permitida mediante bolígrafos marcadores. Para los atletas de piel más oscura se requerirá un marcador blanco.

#### BL 9.3.7.3 Identificación

En todas las pruebas de aguas abiertas es obligatorio que la cabeza o el gorro muestren a cada lado el "código nacional de tres letras" y pueden mostrar la bandera nacional del nadador. El código del país será de un mínimo de 8 cm de altura. Los gorros que cumplen las especificaciones de la norma BL 7.1.3 no son aceptables excepto por un (1) logotipo del fabricante de un tamaño máximo de 20cm<sup>2</sup> en la parte delantera.

Como los nadadores están numerados, se debe hacer una revisión de su traje de baño para asegurar que está en la lista aprobada publicada por la FINA. Es una buena idea tener la lista aprobada actual de la FINA (que se puede descargar del sitio web de la FINA) a disposición de los interesados en la zona de inscripción, de modo que cualquier duda pueda resolverse rápidamente mediante la referencia a la lista oficial.

## **BL 8 Bañadores**

**BL 8.1** Todos los bañadores utilizados en Juegos Olímpicos y competiciones reguladas por la FINA, Campeonatos de España y en general en todas aquellas organizadas por la RFEN (en piscina y aguas abiertas) deberán estar aprobados por la FINA de acuerdo con las reglas y procedimientos establecidos en el documento FRSA (Requisitos establecidos por FINA para la aprobación del traje de baño) emitido por la oficina de FINA y válido a la fecha de su aprobación. Tras el proceso de aprobación llevado a cabo por la Comisión correspondiente la FINA publicará cada año, antes del 31 de diciembre la lista de trajes de baño válida a partir del 1 de enero del año siguiente

**BL 8.2** En las competiciones de natación en piscina y aguas abiertas, el deportista deberá utilizar un solo bañador que podrá ser de una o dos piezas. Ningún elemento adicional, como bandas (terapéuticas) en brazos o piernas podrán ser consideradas parte del bañador. Todos los bañadores (incluyendo los térmicos para aguas abiertas) deben cumplir los requisitos establecidos en esta normativa y en el documento FRSA

**BL 8.3** Para las competiciones en piscina, los bañadores para hombre no podrán extenderse por encima del ombligo ni debajo de las rodillas, y para mujeres no podrán cubrir el cuello, extenderse más allá de los hombros ni por debajo de las rodillas. Todos los bañadores serán confeccionados con material textil.

**BL 8.4** Para las competiciones en aguas abiertas con una temperatura del agua desde 20°C los bañadores tanto para hombres como para mujeres no podrán cubrir el cuello, extenderse más allá de los hombros ni por debajo de los tobillos. En este caso, con las condiciones especificadas, los bañadores para competiciones de aguas abiertas deberán ser confeccionados con los mismos requisitos aplicables a los bañadores utilizados en piscina.

**BL 8.5** A partir del 1 de enero de 2017, para las competiciones en aguas abiertas con una temperatura del agua por debajo de los 20°C, hombres y mujeres podrán utilizar bañadores textiles (BL 8.4) o térmicos (wetsuits). Cuando la temperatura del agua sea inferior a 18°C, la utilización de bañadores térmicos es obligatoria.

En lo que se refiere a esta normativa, los “wetsuits” son trajes de baño hechos de material que proporciona aislamiento térmico. Estos bañadores para hombres y mujeres cubrirán completamente el torso, espalda, hombros y rodillas. No se extenderán más allá del cuello, las muñecas y los tobillos.

**BL 8.6** Las normas BL 8.1 a la BL 8.5 serán también de aplicación en las competiciones master de aguas abiertas.

**NOTA SOBRE BL 8.6:** Se aclara que los bañadores tanto textiles como térmicos, que cumplen con los requisitos en cuanto a la forma establecidos en las norma BL 8.3 y en las BL 8.4 y BL 8.5 respectivamente (para las competiciones de aguas abiertas), se pueden aceptar aunque no lleven la etiqueta de aprobación de FINA, siempre que de forma evidente cumplan los requisitos establecidos en relación al material aprobados por la FRSA. Esto es aplicable a los bañadores confeccionados con material textil permeable (es decir material de malla abierta, tal como algodón, nilón o lycra o similares) sin tratamiento superficial que los haga tupidos, y bañadores térmicos que expresamente cumplan (por ejemplo el indicado por el fabricante) con el requisito de grosor establecido. En caso de duda a este respecto y en particular cuando el bañador textil o térmico se haya utilizado en la consecución de un record del mundo, se podrá exigir al deportista una revisión posterior del mismo o la certificación oficial por parte de la oficina de FINA, enviándole el bañador para la verificación de los requisitos que corresponda.

**BL 8.7** En las pruebas por equipos en aguas abiertas, todos los nadadores de un mismo equipo deberán utilizar gorros del mismo color (que deberán cumplir la norma BL 9.3.7.3 de la FINA para competiciones internacionales).

**Modelo de bañadores:**

- Según normativa BL 8.2 y BL 8.3

Hombres



De izquierda a derecha: modelo slip, modelo bóxer y modelo jammer/fastskin

Fuente: Decathlon

Mujeres



De izquierda a derecha: modelo de una pieza, modelo jammer/fastskin y modelo de dos piezas

Fuente: Decathlon y Speedo

- Según normativa BL 8.4

Hombres



De izquierda a derecha: modelo triatlón (pecho, espalda y muslo cubiertos), modelo jammer/fastskin extendido y modelo cuerpo completo

Fuente: Arena

## Mujer



De izquierda a derecha: modelo jammer/fastskin y modelo de cuerpo completo

Fuente: Arena y Swiminn.com

- Según normativa BL 8.5

## Hombre y mujer



Modelo wetsuit (neopreno) de cuerpo completo

Fuente: Declathon

**Nota:** Wetsuit/Térmico es igual a Neopreno, que es una marca registrada. Los bañadores textiles son aquellos que están confeccionados por materiales no aislantes del calor (nylon, polyester,..) Las imágenes son de carácter orientativo, para más detalles sobre el uso de bañadores en competiciones, visitar la página de la FINA en su apartado “Bañadores autorizados” (<http://www.fina.org/content/fina-approved-swimwear>).

Resumen:

- Cuando la competición se realiza en piscina: Los bañadores para hombre no podrán extenderse por encima del ombligo ni debajo de las rodillas, y para mujeres no podrán cubrir el cuello, extenderse más allá de los hombros ni por debajo de las rodillas. Todos los bañadores serán confeccionados con material textil.
- Cuando la competición se realiza en aguas abiertas:
  - Desde 20°C: Los bañadores tanto para hombres como para mujeres no podrán cubrir el cuello, extenderse más allá de los hombros ni por debajo de los tobillos y deberán estar confeccionados con los mismos requisitos aplicables a los bañadores utilizados en piscina.
  - Por debajo de los 20°C: hombres y mujeres podrán utilizar bañadores textiles o térmicos/wetsuits (neopreno).
  - Por debajo de los 18°C: Uso de los trajes wetsuits/térmicos (neoprenos) obligatorio.

Recordatorio:

\* La temperatura del agua deberá ser de un mínimo de 16°C y de un máximo de 31°C.

\*Máster: La temperatura del agua deberá ser de un mínimo de 18°C y de un máximo de 31°C.

Una vez que todos los nadadores se han registrado y han sido numerados, pueden ser "engrasados" para la carrera con protector solar, lanolina, etc. antes de la presentación de la carrera. En ese momento se debe informar al árbitro jefe y al jefe de secretaría de los nadadores que no se hayan inscrito, de modo que se pueda distribuir a todos los oficiales un recuento final de los nadadores que compiten en la carrera.

El jefe de secretaría se encarga de todas las retiradas, así que cualquiera que desee retirarse debe dirigirse a él. El secretario de carrera y el jefe de secretaría deben trabajar juntos para asegurar que se mantenga un recuento correcto de los nadadores.

La última sesión informativa previa a la carrera suele celebrarse en la zona de registro.

El o los secretarios de carrera también son responsables de asegurar que toda la ropa y el equipo de los nadadores que se dejan en el área de pre-carrera se mantengan seguros y se lleven a la meta para que estén disponibles para los nadadores después de que hayan salido del agua. Una bolsa de basura con el número del nadador en el exterior es una forma rápida y eficiente de lograr esto. Asegúrate de que siempre haya alguien en el área con el equipo de los nadadores si no es un espacio seguro.

El o los secretarios de carrera también son responsables de asegurar que toda la ropa y el equipo de los nadadores que se dejan en el área de pre-carrera se mantengan seguros y se lleven a la meta para que estén disponibles para los nadadores después de que hayan salido del agua. Una bolsa de basura con el número del nadador en el exterior es una forma rápida y eficiente de lograr esto. Asegúrate de que siempre haya alguien en el área con el equipo de los nadadores si no es un espacio seguro.

El secretario de carrera es responsable del bienestar de los nadadores en la llegada y esto también está cubierto en parte por los deberes del Oficial Médico. Asegúrate de que hay sillas disponibles para que descansen al salir del agua, donde pueden ser revisados por el personal de apoyo médico, y algunos refrescos, incluyendo bebidas electrolíticas disponibles, tanto al salir del agua como en el área de recuperación. La zona de recuperación debe tratarse como un área cerrada, con acceso sólo

a los nadadores, entrenadores y oficiales necesarios. En muchos aspectos es similar a los vestuarios - no es un lugar para miembros de la familia, amigos y medios de comunicación.

**El JEFE DE SECRETARÍA debe:**

**OWS 3.53** Registrar los abandonos de la prueba, transcribir los resultados en los formularios oficiales y llevar la puntuación por equipos de la forma adecuada.

**OWS 3.54** Informar al árbitro Jefe de cualquier infracción, en una tarjeta firmada detallando la prueba y la regla infringida.

El jefe de secretaría es parte integral del equipo de oficiales. El jefe de secretaría trabaja con el Árbitro Jefe y el Comité Organizador antes del evento para establecer:

- El método de grabación/puntuación que se utilizará (puede ser electrónico o en papel, según los medios de que se disponga)
- El número previsto de nadadores (tanto hombres como mujeres)
- El método de sorteo (manual o electrónico) que se utilizará para los números de carrera y/o la posición de salida.
- El software que se usará. Los vendedores más populares de programas de meet management incorporan la funcionalidad de puntuación de natación en aguas abiertas.

Se recomienda encarecidamente que se registre un único número secuencial a cada nadador con su nombre. Esto debe hacerse conjuntamente con el Secretario de carrera cuando cada nadador se inscribe personalmente en la carrera, si la emisión de los números de cada competidor no se ha hecho antes de la inscripción.

En el caso de las preinscripciones y de las inscripciones del día de la carrera, el Comité Organizador deberá disponer de una lista de números que comience con el siguiente número de nadador de las preinscripciones, es decir, la preinscripción tiene 186 nadadores inscritos, entonces la lista de números debería comenzar a partir de 187 para las inscripciones del día de la carrera. Sin embargo, se recomienda encarecidamente que no se acepten inscripciones posteriores a menos que se hayan establecido sistema apropiado para manejar esta posible situación, y se tenga en cuenta la existencia de suficientes embarcaciones de seguridad.

Si el número de nadadores es bastante pequeño (menos de 100) y la competición es preinscrito, considere mantener las asignaciones de números para cada sexo en un bloque de números. Ejemplo 45 mujeres y 40 hombres introducidos. Asigna a las mujeres los números 1-45 y asigna a los hombres los números 50-90. Esta agrupación ayudará a los árbitros y a los jueces finales durante el encuentro. También puede ayudar a la hora de anotar después del evento.

En conjunto con el Secretario de carrea emitir y registrar un número secuencial único para cada nadador a medida que se registre. Registrarse es lo mismo que presentarse en el área de oficiales/jueces previamente a la competición y que su asistencia sea anotada en la lista de su carrera.

La importancia de la numeración secuencial única no se puede recalcar en exceso. Antes del comienzo de la carrera el Árbitro Jefe pedirá el número exacto de nadadores que se han registrado.

Con esta información informará a los árbitros, jueces, apoyo a los nadadores y personal médico. Si dos nadadores reciben el mismo número para las carreras que se celebran al mismo tiempo, durante la carrera y al final de la misma, el jefe de secretaría no tendrá forma de determinar los tiempos que se han registrado. Si alguien no completa la carrera y abandona el lugar sin informar al jefe de secretaría no hay forma de saberlo hasta que alguien pregunte "¿Has visto tal y tal?". Este tipo de situación puede llevar a una situación de búsqueda y rescate innecesaria para encontrar al nadador desaparecido. Tengan la seguridad de que no es una tarea agradable. Tampoco lo son las derivaciones de saber que puede haber un "nadador perdido".

También se recomienda encarecidamente que nunca se utilicen conjuntos simultáneos de números idénticos para hombres y mujeres, incluso si nadan por separado. El uso de los mismos números para ambos grupos causará confusión a todos los oficiales en alguna etapa de la carrera.

- Sólo los jefes de secretaría emiten y registran los números de la competición.
- Los números son únicos y secuenciales a menos que se dicte lo contrario.
- Ningún oficial debe abandonar el recinto con material de registro, ni tampoco debe salir sin el permiso de un Jefe en funciones, o del árbitro jefe.

Ha habido ocasiones en que se han presentado reclamaciones y el Jurado de Apelación ha tratado de investigar el problema sólo para comprobar que los oficiales necesarios ya se han marchado, llevándose en algunos casos su documentación.

La única vez que el número de nadadores registrados no es igual al número en el agua para la salida es cuando alguien se retira después del registro pero antes de la salida. Si esto ocurre, se debe informar a todo el personal pertinente. Estos incluyen al Árbitro Jefe, a los Árbitros, Jueces y Jefe de Secretaría. ¡Todos los atletas deben ser contabilizados!

Los números de los nadadores están registrados en la tarjeta de entrada de los nadadores. A partir de las tarjetas de entrada se preparan las hojas de control/resultados. Mientras que la Hoja de Resultados es principalmente para registrar los resultados (tiempos de vuelta y de llegada y orden de llegada). Su preparación es una comprobación secundaria de que cada nadador ha recibido un número secuencial único.

Las retiradas antes de la salida y durante la competición son recibidas por el jefe de secretaría que transmite esta información, si es antes de la salida al Secretario de Carrea y, si es después de la salida a los Árbitros, al Oficial de Seguridad y al Personal Médico de Apoyo. Es importante que en cualquier momento a lo largo del evento, el jefe de secretaría sea capaz de proporcionar al Árbitro Jefe una actualización de exactamente cuántos nadadores están todavía en el agua en un momento dado, incluso después de que algunos de los nadadores hayan completado el evento.

Según la configuración del recorrido, el jefe de secretaría recibe los tiempos de vuelta/intermedios o tiempos de boya de giro (tiempos de posición del recorrido en un punto predeterminado, es decir, a mitad de camino) en varios momentos a lo largo de la carrera. Al final, el jefe de secretaría recibirá el tiempo final de cada nadador. Esto puede ser una hoja de un cronómetro con una impresora incorporada o una hoja de tiempo con los tiempos transcurridos y el número de posición de los nadadores registrados por un Juez de Llegada.

Los tiempos registrados en la hoja de control/resultados se reciben del Jefe de cronometradores. Dependiendo del tipo de sistema de cronometraje utilizado, el formato exacto de estas hojas puede variar.

A medida que los nadadores cruzan la línea de salida/llegada o rodean un punto predeterminado, los Cronometradores registran el tiempo de cada nadador mediante la función de vuelta dividida (parciales), si así lo solicita el Jefe de Cronometradores. Los jueces de llegada o de virajes registran el orden de los nadadores según sus números. Cuando se utiliza un cronómetro que tiene una impresora incorporada, el primer número de nadador se registra con la primera vez que se imprime y luego el último número de nadador del grupo. Es útil de vez en cuando registrar el número de nadadores en la impresión como una comprobación cruzada.

La hoja de clasificación del Juez de Llegada y la hoja de tiempo del Jefe de Cronometradores con los tiempos determinados de cada nadador, se envían al Jefe de Secretaría cuyo equipo agrupará los lugares de llegada con los tiempos de llegada y resolverá cualquier discrepancia.

Después de que todos los tiempos de las vueltas han sido registrados en la Hoja de Resultados, los lugares determinados por los tiempos se comparan con los lugares de llegada de los Jueces de Llegada. Cuando los lugares de los jueces y los tiempos finales coinciden, los lugares se registran en la columna de lugares, recordando separar los eventos de hombres y mujeres y los grupos de edad en los que la competición determina. Si hay una discrepancia entre el orden de llegada de los jueces y los tiempos registrados por los cronometradores, el asunto se remite al Árbitro Jefe para su determinación.

La repetición de video puede ser extremadamente útil para resolver discrepancias. Los nadadores a los que se les permita terminar la carrera pero que estén fuera del límite de tiempo especificado en el OWS 6.17 serán incluidos en los resultados al final del campo sin tiempo ni lugar y con la designación "OTL".

Una vez que el Árbitro Jefe haya determinado el resultado, el jefe de secretaría completará la Columna de Lugar antes de la publicación de los resultados. Si la puntuación del equipo o grupo de edad es indicada por la información del encuentro (Meet Information), el jefe de secretaría tiene la obligación de tabular esos resultados y puntos.

#### **CADA JUEZ DE PLATAFORMA DE AVITUALLAMIENTO debe:**

**OWS 3.55** Ser responsable de la gestión de la actividad y de la actuación de los representantes de los nadadores autorizados presentes en la plataforma, conforme a las normas de la FINA.

Para las carreras de 10 km o menos, o cuando la carrera se desarrolla en un circuito de tal manera que los barcos de escolta individuales no son apropiados, los jueces de la plataforma de avituallamiento se ubicarán en las plataformas a tales efectos para supervisar las actividades en la plataforma y el proceso de alimentación.

El acceso a la plataforma debe limitarse únicamente a los entrenadores/instructores asignados a esa plataforma (por medio de una pulsera u otro dispositivo de acceso) y a cualquier otra persona

autorizada. Es útil que el juez o los jueces de la plataforma de avituallamiento lleven a cabo el registro de los comederos designados y comprueben que los palos o pértigas de alimentación cumplen con los reglamentos y requisitos de seguridad, y establezcan dispositivos de control de acceso a la plataforma. Para garantizar el fácil acceso a los entrenadores que realizan la alimentación, el acceso de cualquier otra persona a la plataforma debe limitarse a las que sean necesarias para estar allí por razones de seguridad o de funcionamiento. Se podrán permitir cámaras de medios de comunicación en número limitado sólo cuando no interfieran con el funcionamiento de la plataforma.

La gestión de la plataforma durante la competición debe mantener un comportamiento de juego limpio para asegurar que todos los entrenadores tengan una oportunidad adecuada para prepararse y alimentar a sus nadadores sin interferencias. Recuerde que las reglas de infracción (OWS 6.3.1) señalan que estas reglas se aplican al entrenador/instructor de los nadadores y a la embarcación de escolta como si se aplicaran directamente al nadador. Por lo tanto, los jueces de la plataforma de avituallamiento deben observar al nadador y a su entrenador/instructor para asegurarse de que no se toma ninguna ventaja injusta ni se da ningún apoyo intencionado al nadador durante la carrera (se excluye la intervención médica o de seguridad - OWS 6.7.1).

En caso de que sea necesario intervenir para garantizar el cumplimiento de las normas, se deberá anotar la infracción, junto con la hora y el resultado, e informar al Árbitro Jefe a la mayor brevedad posible.

## **OWS 4 LA SALIDA**

- OWS 4.1** Todas las competiciones en Aguas Abiertas empezarán con todos los participantes sobre una plataforma fija o en el agua con la suficiente profundidad para comenzar la prueba a la señal de salida.
- OWS 4.1.1** Cuando la salida sea desde una plataforma fija, los nadadores tendrán asignada una posición en dicha plataforma, que será determinada por sorteo.
- OWS 4.2** El Secretario de la Carrera mantendrá a los participantes y oficiales informados de la hora antes de la salida a intervalos apropiados y a intervalos de un minuto durante los últimos cinco minutos.
- OWS 4.3** Cuando el número de inscripciones lo aconseje se separaran las salidas de las carreras masculinas y femeninas. En este caso, las pruebas masculinas empezarán siempre antes de las pruebas de femeninas.
- OWS 4.4** La línea de salida deberá estar claramente definida o bien por alguna señalización aérea bien por un equipo portátil a nivel del agua.
- OWS 4.5** El Árbitro Jefe indicará por medio de una bandera mantenida hacia arriba y pitidos cortos cuando la salida sea inminente e indicará que la competición estará bajo las órdenes del Juez de Salida indicando con la bandera al Juez de Salidas.

- OWS 4.6** El Juez de Salidas estará colocado de forma que sea claramente visible por todos los participantes.
- OWS 4.6.1** A la orden de “preparados” del juez de salidas, los nadadores deberán colocarse en la línea de salida si no hubiese plataforma de salida, o con al menos un pie en la parte delantera de la plataforma en caso de que sí la hubiese.
- OWS 4.6.2** El Juez de Salida dará la señal de salida cuando él considere que todos los nadadores estén preparados.
- OWS 4.7** La señal de salida será audible y visual.
- OWS 4.8** Si en opinión del Árbitro Jefe se ha obtenido una ventaja injusta en la salida, al nadador infractor se le mostrará una bandera amarilla o roja de acuerdo con la regla OWS 6.3.
- OWS 4.9** Todas las embarcaciones de escolta de seguridad estarán colocadas antes de la salida de forma que no puedan interferir con ningún nadador, y si recogen a sus nadadores por detrás, navegarán evitando maniobrar a través de la zona de nadadores.
- OWS 4.10** Aunque pueden empezar juntos, en todos los demás temas las competiciones de hombres y mujeres se tratarán como pruebas separadas.

Una competición de natación en aguas abiertas puede comenzar con los nadadores de pie o pisando el agua a una profundidad suficiente para que empiecen a nadar a la señal de salida. Las carreras también pueden comenzar desde una plataforma fija, en este caso las posiciones de los competidores se determinan por sorteo aleatorio y comenzaran la carrera mediante una zambullida.

Todas las salidas requieren el tradicional comando de inicio "Preparados" una vez que el Árbitro Jefe ha señalado la entrega con el brazo y la bandera extendidos.

Verifique con el Árbitro Jefe y el Oficial de Carrera que las profundidades del agua cumplen con los requisitos mínimos de 1,4m para que los nadadores entren de forma segura al agua. Las líneas de salida pueden variar mucho dependiendo de la carrera. Las salidas en el agua pueden ser identificadas por una línea imaginarias entre dos puntos o por una línea de cuerda real (con o sin corcheras) estiradas entre dos boyas o barcos en el agua. La línea de salida también puede definirse por una línea estirada sobre el agua. Si se coloca una línea real en el agua, se recomienda que los nadadores se alineen en el lado del recorrido de la línea para minimizar los riesgos de enredos después de la salida (por delante de la cuerda, no por detrás y sujetándola con una mano).



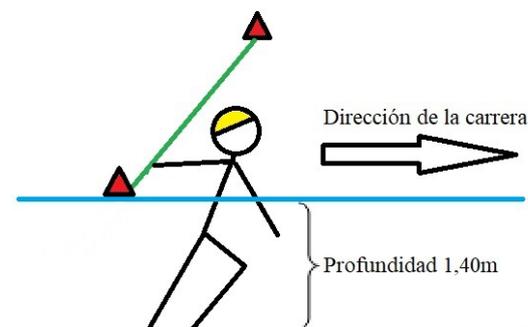
Posición de salida de un grupo de nadadores dentro del agua, formando una línea imaginaria perpendicular a la embarcación y orientados en dirección a la carrera. Fuente: Youtube (Olympic)



Salida de un grupo de nadadores desde una plataforma fija  
Fuente: Yourcentralvalley.com



Posición de salida de un grupo de nadadores dentro del agua, sujetando una plataforma fija con una mano y orientados en la dirección de la carrera. (Cto. España de Aguas Abiertas Verano 2011)  
Fuente: rubengutierrezswim.blogspot.com



Posición de salida de un nadador dentro del agua, sujetando una cuerda (o cualquier elemento fijo) con una mano y orientado en la dirección de la carrera. La cuerda se encuentra en la superficie del agua, fijada por dos bolas en ambos extremos.

Si el número total de competidores excede un número seguro (que será determinado por el Árbitro Jefe con la consulta del Oficial de Seguridad, Oficial de Carrera y Director de Competición – Meet

Director) la carrera podrá iniciarse en grupos en intervalos de tiempo. En todas las competiciones a nivel de campeonato nacional, las carreras de hombres y mujeres se inician por separado. Las masculinas siempre empezarán primero. El intervalo de tiempo apropiado entre la salida de los hombres y la de las mujeres dependerá del diseño del recorrido. Un intervalo de 5 a 10 minutos suele funcionar bien en un circuito de 2,5 km.

## **OWS 5 LA SEDE**

- OWS 5.1** Los Campeonatos del Mundo y pruebas FINA serán para distancias de Aguas Abiertas de 25 kilómetros, 10 kilómetros y 5 kilómetros, la sede y recorridos serán aprobados por la FINA.
- OWS 5.2** La prueba se desarrollará en agua salada o dulce que no se vea afectada por fuertes corrientes o mareas.
- OWS 5.3** Las autoridades locales encargadas de la salud y la seguridad deberán emitir un certificado de que el agua es apropiada para su uso. En términos generales el certificado deberá estar relacionado con la pureza y con la seguridad física, aparte de otras consideraciones.
- OWS 5.4** La profundidad mínima del agua en cualquier punto de la carrera será de 1.40 m.
- OWS 5.5** La temperatura del agua deberá ser de un mínimo de 16°C y de un máximo de 31°C. Deberá comprobarse el día de la competición, 2 horas antes de la salida, en la mitad del recorrido y a una profundidad de 40 cm. Este control deberá hacerse en presencia de una Comisión formada por las siguientes personas: un Árbitro, un miembro del Comité Organizador y un entrenador de los equipos participantes designados durante la Reunión Técnica.
- OWS 5.5.1** El Oficial de Seguridad comprobará la temperatura del agua periódicamente durante la carrera.
- OWS 5.6** Todos los virajes/cambios de la carrera se indicarán claramente. Las boyas que indiquen cambios de dirección de la carrera deberán tener un color diferente a las boyas que guían la carrera.
- OWS 5.7** En cada uno de los giros de la carrera se situará una embarcación o plataforma claramente señalizada con un Juez de Virajes, de tal manera que no obstaculice la visibilidad del nadador en el viraje.
- OWS 5.8** Todas las plataformas de avituallamiento, equipos de virajes y plataformas de los jueces de virajes estarán fijadas de forma segura en sus posiciones y no sometidas a mareas, vientos u otros movimientos.
- OWS 5.9** La aproximación final a la llegada estará claramente definida con señalizadores de un color distintivo, encauzando el final de la carrera.
- OWS 5.10** La llegada estará claramente definida y señalizada con un cartel vertical.

La elección del lugar correcto es una de las decisiones más importantes en la realización de una competición de natación en aguas abiertas, ya que la seguridad de la carrera está estrechamente vinculada al lugar elegido. Algunas cosas a considerar son:

- ¿Por dónde fluye el agua?
- ¿Hay mareas o una/varias corriente/s?
- ¿Cuál es la temperatura media del agua en el lugar que se va a realizar la competición propuesta? ¿Es mejor a una hora del día o una época del año diferente?
- ¿Cuál es la calidad del agua? ¿Está aprobada por las autoridades locales como apta para el baño?
- ¿Está el recorrido libre de tráfico marino u otros peligros? ¿Hay usuarios comerciales que deban ser considerados?
- ¿Cuál es la profundidad del agua en todo el recorrido? ¿Hay algún peligro bajo el agua?
- ¿Hay un acceso fácil a la zona de salida y llegada y al resto del recorrido, tanto para las personas como para las embarcaciones, en caso de que sea necesario evacuar a alguien?
- ¿Hay fauna o flora marina o anfibia que pueda representar un peligro?
- ¿Son las instalaciones de las zonas de salida y llegada adecuadas para el número de personas que se espera, tanto en lo que respecta a los nadadores, los oficiales del equipo y de la carrera, como a los espectadores y el público?

Para cada uno de los puntos anteriores y cualquier peligro que se identifique, es necesario considerar una estrategia de mitigación y de viabilidad de implementación. Si se realiza este ejercicio como parte de la evaluación de la idoneidad de un recorrido, se identificará rápidamente si éste puede utilizarse fácilmente para la competición.

Obtener la certificación apropiada de las autoridades locales también permitirá identificar rápidamente la idoneidad de un recorrido y entablar relaciones con las autoridades pertinentes que puedan iniciar la buena voluntad necesaria para la realización del evento.

También es una buena idea evaluar un recorrido alternativo si esto es posible, de modo que la planificación de la carrera pueda ser trasladada rápidamente al recorrido alternativo si esto resultara necesario por cualquier razón.

La temperatura mínima especificada en el Reglamento es de 16 grados centígrados, y la temperatura máxima de 31 grados centígrados medida de acuerdo con la regla OWS 5.5.

Aunque el procedimiento para la medición oficial de la temperatura del agua se especifica en la regla OWS 5.5, es una buena idea que el Oficial de Seguridad y el Oficial de Carrera midan la temperatura en los días inmediatamente anteriores a la carrera - Esto indicará las condiciones probables para el día de la carrera y permitirá que se hagan consideraciones en caso de que sea necesario contemplar un cambio en el horario de la carrera.

Las plataformas/embarcaciones de alimentación deben estar situadas estratégicamente alrededor del recorrido, de manera que estén fuera del transcurso de la carrera, pero no tan alejado para que aquellos nadadores que quieran alimentarse no tengan que nadar demasiado lejos para hacerlo. Si es posible en las carreras en circuito cerrado, al menos una de las plataformas debería estar cerca de la

zona de meta para que los entrenadores/instructores puedan ver la llegada de la carrera. Las plataformas de alimentación deben ser lo suficientemente grandes para permanecer estables durante la fase de alimentación cuando los entrenadores/instructores están todos en el mismo lado - considere el tamaño o añada más plataformas si es necesario.

Las boyas de giro deben ser de un color que contraste con el entorno y tener un tamaño suficiente para que sean fácilmente visibles por los nadadores, desde cualquier distancia. Cuando el recorrido es tal que la siguiente boya de giro no puede ser vista desde la anterior, se debe considerar boyas de guía de un color diferente al de las boyas de giro. Las boyas utilizadas para triatlón, navegación y otras actividades recreativas marinas tienen requisitos similares y puede ser posible pedir prestados los elementos adecuados a otras organizaciones que ya los tienen.

El área de meta también necesita ser claramente visible desde cierta distancia para que los nadadores puedan verla claramente, y el dispositivo de llegada, de una superficie vertical elevada dentro de la distancia de alcance de los brazos de la superficie del agua. Las banderas pueden ser una buena idea para ayudar a la visibilidad, pero también piense en la carga de viento y las fuerzas que esto puede crear en el dispositivo de meta.

## **OWS 6 LA CARRERA**

**OWS 6.1** Todas las competiciones de aguas abiertas serán pruebas en estilo libre. Los nadadores están obligados a completar la carrera respetando las boyas de giro y los límites del recorrido.

**OWS 6.2** Los Jueces de Carrera advertirán a los nadadores que en su opinión se aprovechen de la estela abierta por la embarcación de escolta.

**OWS 6.3** Procedimiento de descalificación

**OWS 6.3.1** Si en opinión del Árbitro Jefe u otro Árbitro, cualquier nadador, o su representante autorizado, o su barco de escolta, adquieren ventaja por cometer alguna infracción del reglamento o contactar intencionadamente con algún nadador, se aplicará el procedimiento siguiente:

1ª Infracción:

Se mostrará una bandera amarilla y una cartulina mostrando el número del nadador, para indicarle e informarle que ha infringido las Normas.

2ª Infracción:

Se mostrará una bandera roja y una cartulina mostrando el número del nadador por parte del Árbitro (OWS 3.6), para indicarle e informarle que ha infringido las Normas por segunda vez. El nadador será descalificado y deberá abandonar inmediatamente el agua, subirse al barco de escolta y no seguir nadando.

**OWS 6.3.2** Si en opinión de un Árbitro, una acción de un nadador, o de su barco de escolta o de su representante autorizado se considera “antideportiva”, el árbitro descalificará al nadador involucrado inmediatamente.

- OWS 6.4** La embarcación de escolta de seguridad maniobrará de forma que no obstruya o se coloque directamente por delante de otro nadador y evitando que el nadador asignado tome una ventaja injusta aprovechando su estela.
- OWS 6.5** La embarcación de escolta de seguridad intentará mantener una posición constante de forma que el nadador vaya situado al lado o por delante de la misma.
- OWS 6.6** Estar de pie en el fondo durante la carrera no descalificará a un nadador pero no podrán caminar o saltar.
- OWS 6.7** Con la excepción de lo que se dice en la OWS.6.6 anterior, los nadadores no recibirán apoyo de ningún objeto fijo o que flote y no tocarán intencionadamente o serán tocados por su embarcación o la tripulación.
- OWS 6.7.1** La asistencia de un médico oficial a un nadador en un agotamiento físico, siempre debería estar por encima de las reglas oficiales de la descalificación por “contacto intencionado” con un nadador (OWS 3.1)
- OWS 6.8** En las carreras que se utilicen embarcaciones de escolta, cada una de ellas llevará a un Juez de Carrera, una persona de elección del nadador, y la mínima tripulación requerida para manejarla.
- OWS 6.8.1** Cada embarcación de escolta llevará el dorsal del nadador de forma que sea visible por ambos lados de la misma, así como la bandera nacional de la federación correspondiente.
- OWS 6.9** Cada embarcación de seguridad llevará suficiente personal de seguridad cualificado y la tripulación mínima necesaria para manejarla.
- OWS 6.10** Ningún nadador podrá utilizar o llevar ningún dispositivo que pueda ayudar a su velocidad, resistencia o flotabilidad. Podrá utilizar bañador autorizado, gafas, un máximo de dos (2) gorros, pinzas de nariz y tapones en los oídos.
- OWS 6.11** Los nadadores podrán utilizar grasa y otra sustancia siempre que no sea, en opinión del Árbitro Jefe, excesiva.
- OWS 6.12** No está permitido que otra persona que entre en el agua ayude al nadador a mantener el ritmo.
- OWS 6.13** Se permite al representante del nadador entrenar y dar instrucciones desde la plataforma de avituallamiento o desde el barco escolta de seguridad. No se permite utilizar silbato.
- OWS 6.14** Cuando se estén alimentando los nadadores, podrán utilizar la Norma OWS 6.6 siempre que no infrinja la Norma OWS 6.7.
- OWS 6.15** No se permite arrojar objetos a los nadadores desde la plataforma de avituallamiento incluido el propio alimento. Los nadadores podrán recibir su alimentación directamente de su representante utilizando una pértiga o con la mano.

- OWS 6.16** Los palos o pértigas de avituallamiento no deben exceder de 5 metros de longitud, cuando estén extendidas. Ningún objeto, cuerda o cable debe colgar del final de los palos o pértigas, excepto las banderas nacionales. Las banderas nacionales permitidas deben estar pegadas a los palos o pértigas, pero no deben exceder de 30 cm. x 20 cm. de tamaño.
- OWS 6.17** En todas las pruebas, los límites de tiempo se aplicaran después de terminar el primer nadador como sigue:
- 15 minutos por cada 5 Km. (o fracción) con un límite máximo de 120 minutos.
- OWS 6.17.1** Los nadadores que no terminen la prueba en los tiempos límite, serán sacados del agua, excepto que el Árbitro Jefe permita al nadador que finalice la prueba fuera de los tiempos establecidos, pero no puntuara ni tendrá opción a premio.
- OWS 6.18** Suspensión por una emergencia:
- OWS 6.18.1** En los casos de suspensión por una emergencia de las pruebas de 10 Km. o menos, la prueba deberá comenzar de nuevo desde el principio lo más pronto posible.
- OWS 6.18.2** En los casos de suspensión por una emergencia de las pruebas de más de 10 Km., donde se hayan disputado al menos tres (3) horas de carrera, la clasificación final será comunicada por el Árbitro Jefe. Si la carrera lleva menos de 3 horas, ésta deberá comenzar de nuevo desde el principio lo más pronto posible.

Los árbitros y jueces de carrera deben utilizar su silbato para señalar cualquier ritmo o estela/rebufo que observen utilizando las señales de mano adoptadas por la FINA para advertir a los nadadores infractores de su necesidad de alejarse. Si es necesario, el número de la prueba puede ser escrito en la pizarra y mostrado a los nadadores para avisar a los infractores.

Sólo los Árbitros pueden descalificar a cualquier nadador en la prueba, por lo que los Jueces de Carrera necesitan informar a los Árbitros de cualquier infracción repetida o continua para que pueda ser atendida por el Árbitro Jefe y los Árbitros.

La norma OWS 6.3 hace referencia al comportamiento antideportivo que se aplica por igual tanto a las acciones de un entrenador de un grupo de nadadores que a un nadador. Esta regla se aplica en especial a las acciones del entrenador/instructor y a las instrucciones dadas al conductor de su barco escolta, y también a sus acciones en las plataformas de avituallamiento.

El entrenador puede instruir al nadador durante la prueba como se permite en OWS 6.13, sin embargo esta regla no permite que otros entren en el recorrido y den instrucciones a los nadadores durante la prueba.

En el caso de Abandono por Emergencia, según la regla OWS 6.18.2, cuando se haya completado al menos 3 horas de la prueba, el Árbitro Jefe deberá utilizar todos los medios a su disposición para establecer de forma rápida y eficaz las posiciones de todos los nadadores en el recorrido, de forma que los nadadores puedan ser retirados del agua tan pronto como se haya establecido su posición relativa en la carrera.

Cuando el Árbitro Jefe usa el criterio de permitir a los nadadores fuera del límite de tiempo completar el recorrido, en los resultados no se mostrará el tiempo ni el lugar, sino que se indicará "OTL".

## **OWS 7 LA LLEGADA DE LA CARRERA**

- OWS 7.1** El área que lleva al dispositivo de llegada deberá estar claramente marcada por filas o boyas que se estrecharán a medida que se vaya uno acercando al muro de llegada. La embarcación acompañante de seguridad deberá quedarse estacionada en la zona próxima a la entrada de la línea de llegada para asegurar que solo el barco autorizado para hacerlo entra o cruza esta entrada.
- OWS 7.2** El dispositivo de llegada deberá, siempre que sea posible, ser un muro vertical de 5 metros de ancho fijado si es necesario por dispositivos de flotación, bien asegurados de forma que no los pueda mover el viento, la marea o la fuerza de un nadador que golpee el muro. La llegada debe filmarse y grabarse por ambos lados y desde arriba por un sistema de vídeo que incluya función de cámara lenta, se reproduzca con facilidad e incluya sistema de cronometraje.
- OWS 7.2.1** Cuando se utiliza un Equipo Oficial automático para cronometrar las competiciones de acuerdo con la Regla N.11, dicho equipo debe incorporar una tecnología de microchips transpondedores capaz de suministrar tiempos parciales. El uso de microchips transpondedores es obligatorio en los Campeonatos del Mundo y Juegos Olímpicos. La tecnología de los microchips transpondedores registrará oficialmente los tiempos en décimas de segundo. La clasificación final será determinada por el Árbitro Jefe en base a la información de los jueces de llegadas y el vídeo oficial.
- OWS 7.2.2** Es obligatorio para todos los nadadores llevar un microchip transpondedor puesto en cada muñeca durante toda la carrera. Si un nadador pierde uno de los transpondedores el Juez de Carrera u otro Oficial autorizado, informará inmediatamente al Árbitro Jefe, quien indicará al Oficial responsable en el agua que proceda al reemplazo del mismo. Cualquier nadador que termine la carrera sin al menos un transpondedor, será descalificado.
- OWS 7.2.3** Cuando, en la llegada de una competición de Natación de Aguas Abiertas se disponga de una pared vertical, los nadadores deben tocar dicha pared vertical para terminar la carrera. Cualquier nadador que no toque la pared vertical será descalificado.
- OWS 7.3** Los Jueces de Llegada y los Cronometradores estarán colocados de forma que puedan observar la llegada en todo momento. El área en la cual se hayan ubicado deberá ser para su uso exclusivo.
- OWS 7.4** Se deberá hacer todo lo posible para que el representante del nadador que ocupa la embarcación de seguridad pueda desembarcar para reunirse con el nadador después de que este salga del agua.

- OWS 7.5** Al salir del agua algunos nadadores pueden solicitar asistencia. Los nadadores solo deben ser tocados si claramente demuestran una necesidad o piden ayuda.
- OWS 7.6** Un miembro del equipo médico deberá examinar al nadador cuando salga del agua. Se deberá disponer de una silla en la que el nadador pueda sentarse mientras que se hace la valoración.
- OWS 7.7** Una vez terminada la valoración médica, los nadadores deberán tener acceso a la zona de refrescos.

Los chips transpondedores deben ser emitidos y recibidos por el Secretario de carrera - esto también proporciona una comprobación del número de nadadores que quedan en el agua.

Aunque la norma SW11 dicta que los tiempos electrónicos se registren a 1/100 (centésima) de segundo, para los eventos de aguas abiertas la precisión de la tecnología del transpondedor requiere que los tiempos sólo se registren a 1/10 (décima) de segundo.

Es importante que el sistema de video tenga suficiente resolución y claridad para mostrar claramente a los nadadores mientras tocan la placa de meta en cámara lenta o parada. Todos los aspectos del sistema de video deben ser revisados antes del evento para asegurar que la capacidad de grabación y reproducción sea adecuada en caso de que se requiera, incluyendo todos los cables y equipos de visualización necesarios.

La aproximación a la meta debe estar claramente marcada para que no haya confusión en cuanto al recorrido hasta la línea de meta.

El final de la carrera debe ser observado por los Jueces de Llegada, el Jefe de Jueces de llegadas y los árbitros asignados para ver el final de la carrera. Cualquier infracción del reglamento debe ser reportada al Árbitro Jefe por el Jefe de Jueces de llegadas si es observada por los jueces, o se deben tomar las acciones necesarias para emitir una infracción o descalificación si es observada por los árbitros.

#### BL 9.3.7.4 Aproximación final

Para los Juegos Olímpicos, Campeonatos Mundiales y todos los eventos de la FINA, la aproximación a la meta (OWS 7.1) es parte del recorrido, y los nadadores deberán permanecer dentro de las filas de boyas durante su aproximación a la meta.

Un buen método para definir la aproximación a la meta es la utilización de cuerdas del carril de la piscina atadas de extremo a extremo si se dispone de ellas.

El área de meta debe ser construida para proporcionar plataformas estables para que los cronometradores y jueces de llegada trabajen desde ellas, con espacio adicional para el equipo de video y posiblemente para el personal de medios, sin embargo el área habilitada para los medios no debe impedir que los jueces y cronometradores hagan su trabajo.



Zona de llegada/meta de los nadadores (Mundial Gwangju 2019)

Fuente: RTVE



Zona de llegada/meta de los nadadores (JJ.OO Rio 2016)

Fuente: Youtube (Olympic)

## NADAR ESCOLTADO

Cuando las condiciones o la distancia lo indiquen, un nadador debe ser escoltado. Como guía, cualquier evento con un recorrido de 10 km o más debe tener embarcaciones de escolta para los nadadores. Esta escolta, dependiendo de los factores de seguridad, puede ser mediante un remero, un esquí acuático/piragua, un bote de remos o una lancha motora/yate. Las dificultades para obtener escoltas fiables, ya sean remeros o capitanes de barco experimentados, son evidentes y fundamentales para el desarrollo seguro de la carrera.

El peligro de los barcos y las hélices a pocos metros de los nadadores es un riesgo añadido. Los vapores del diesel y la gasolina (especialmente los de dos tiempos) pueden ser peligrosos y molestos. Cualquier cosa que impida el progreso de un nadador es una consideración al determinar el número de escoltas que necesita. Hay que establecer reglas especiales como "no se permite remar en la zona de salida, los barcos de escolta no pueden ir al lado de sus nadadores durante los primeros 500m", etc. El tamaño y el tipo de cada escolta es importante. Probablemente no se necesita un Queen Mary, ya que esto imposibilitará la capacidad de acercarse a los nadadores, pero sí se necesita una embarcación lo suficientemente grande para llevar a la tripulación del barco, suministros especiales de seguridad y alimentación y el entrenador/manejador/representante de los nadadores y el observador/juez.

Los remeros deben estar lo suficientemente en forma para completar la carrera. Los barcos deben ser capaces de correr a una velocidad muy lenta. Los remeros y los barcos de apoyo son obligatorios. Los botes deben tener el equipo de seguridad mínimo como lo prescriben las regulaciones de la Guardia Costera. También se sugiere que cada barco de escolta tenga un silbato que suene y una bandera que ondee en caso de emergencia. Esto también puede utilizarse si la tripulación no está segura de la dirección de la carrera.

Los organizadores deben considerar el uso de barcos y tablas de remos como escoltas. Los barcos apoyan las tablas de remo con remeros (paddle surf) de apoyo, comida y un entrenador para el nadador. Puede ser posible, aunque no siempre necesario, que un barco actúe como centro de varios barcos satélites o nadadores.

### GESTIÓN DE RIESGOS (SEGURIDAD)

La seguridad es la cuestión primordial en la organización y realización de cualquier evento de natación en aguas abiertas. El primer paso en la planificación de un evento en aguas abiertas es la consideración de todos los factores de seguridad. A lo largo de esta guía encontrará numerosas recomendaciones y sugerencias que minimizan los riesgos. Depende del organizador cómo implementarlas en sus eventos.

Todos los eventos, incluidos los de menos de 10 km de longitud, requieren apoyo de seguridad y éste suele proporcionarse en forma de kayaks o tablas de remos para proporcionar un apoyo cercano a los nadadores alrededor de la pista, con el apoyo de embarcaciones de seguridad motorizadas para evacuar a los nadadores retirados de la pista y que requieren evaluación y apoyo médico.

La sociedad local de Cruz Roja o la Ambulancia de San Juan pueden proporcionar información, personal y equipo para ayudar en la realización de una reunión. Los clubes locales de botes, canoas, remos y kayak también pueden ayudar. Una advertencia: averigüe, con antelación, si habrá algún cargo asociado a su apoyo.

Si el trazado del recorrido es muy largo y/o cruza rutas marítimas muy transitadas, contacte con el responsable del puerto local. Su principal preocupación es la seguridad en el agua y pueden ser de gran ayuda. Un servicio valioso que suelen prestar es la notificación de los barcos en la zona de la carrera. También le ayudarán a rellenar las solicitudes de permiso necesarias.

Si necesita ayuda con las comunicaciones, las organizaciones locales de radioaficionados son útiles y a menudo están deseosas de ayudar.

No intente hacerlo solo. Hay muchos grupos de voluntarios y organizaciones que están dispuestos a ayudar. Intente con los grupos de servicios de emergencia, grupos cívicos, clubes de natación locales, clubes de botes, etc. Su orientación de servicio público puede ayudar a realizar trabajos que de otra manera podrían resultar innecesariamente costosos.

No olvide notificar a las autoridades como los ayuntamientos, la policía, los hospitales y los servicios de ambulancia que está organizando un evento. Puede que sólo necesite sus servicios y con previo aviso ellos pueden ofrecerle ayuda. Se aconseja encarecidamente que los organizadores tengan un seguro de responsabilidad civil.

## **ORGANIZAR UNA COMPETICIÓN DE AGUAS ABIERTAS**

La organización de un evento de natación en aguas abiertas es compleja y requiere una organización detallada para que sea un éxito. Este capítulo proporciona una guía para ayudar a los organizadores que tienen la tarea de organizar una prueba de natación en aguas abiertas o de larga distancia. Los siguientes detalles pueden ser cruzados con la lista de control (Apéndice 1).

La organización se puede dividir en un equipo de responsables, que es probable que incluya los siguientes:

- **Organizador de eventos:** La persona que tiene la responsabilidad final de la organización del equipo de eventos.
- **Administrador de eventos:** Una persona capaz de hacer frente a la distribución del papeleo relacionado con el evento y que puede asumir el papel de organizador.
- **Oficial de carrera:** Persona delegada con la responsabilidad de marcar y medir el lugar y cada carrera (ver definición de la FINA)
- **Oficial de Seguridad:** Persona delegada para las disposiciones de seguridad y el desarrollo de los planes de gestión de riesgos y seguridad (véase la definición de la FINA).

Otros cargos que deben ser nombrados:

- **Árbitros y Jueces de Carreras:** Ver definición de la FINA
- **Oficial Médico:** Ver definición de la FINA
- **Administrador de Finanzas:** Una persona para elaborar y supervisar un presupuesto para el evento
- **Jefe de Secretaría:** Ver definición de la FINA

Estas personas forman el núcleo del equipo de planificación y eventos. Son responsables de todos los aspectos del evento, los resultados, las reuniones de planificación previas al evento, la resolución de problemas, la asignación de responsabilidades, etc. Se recomienda que la planificación abarque:

- Una reunión para discutir el evento.
- Reunión(es) para asegurar que todas las aprobaciones formales estén disponibles: por ejemplo, la policía, la Cruz Roja, la ambulancia de St. John's, la autoridad local, los guardacostas, etc.
- Revisión de la seguridad y desarrollo de un Plan de Seguridad escrito.
- Reunión informativa de los organizadores para asegurar que todos los involucrados sean conscientes de sus responsabilidades.
- Reunión informativa para los competidores para cubrir la seguridad y anunciar cualquier alteración del curso u otros detalles relevantes.
- La reunión informativa de los oficiales para asegurar que todos los oficiales estén al día con el estado actual del evento y cualquier asunto de seguridad.
- Reunión informativa para los medios de comunicación para dirigirse a la prensa, la televisión, la radio local, etc.
- Reunión posterior a la carrera para confirmar los resultados, discutir los procedimientos, el resultado del evento y la preparación del informe.

## PREPARACIÓN PREVIA

### Permisos

Para que un evento sea eficaz, es necesario que haya una planificación y que se disponga de formularios de inscripción. El punto de partida para ello son las autoridades locales, los propietarios del lugar y de la tierra (según proceda) y los servicios locales de emergencia (incluidos los hospitales).

Toda notificación preliminar del evento debe incluir:

- Fecha propuesta para el evento
- Lugar propuesto
- Consideraciones de seguridad
- Inicio propuesto y final previsto
- Propuesta de esquema/mapa del recorrido y lugares alternativos
- Número estimado de competidores.

### Planificación de la carrera

Uno de los factores más importantes es la planificación de la carrera. Hay una serie de factores y directrices que deben observarse y todos ellos requieren una cuidadosa consideración en cuanto a la seguridad y la posibilidad.

### Medida para la carrera y marketing

Es importante que el recorrido se determine siguiendo los consejos locales y los datos históricos y se mida con mucha antelación. Esto es para asegurar que se puedan hacer cambios en el recorrido en caso de que las condiciones meteorológicas o del mar/agua se alteren. Debe considerarse la posibilidad de planificar un recorrido alternativo que pueda ponerse en práctica con la mínima demora.

### Formularios de inscripción e información de la carrera

Los competidores, así como los funcionarios y otros organismos interesados necesitan saber información sobre el recorrido. La información debe ser lo más precisa posible en el momento de su publicación e incluida en el formulario de inscripción y/o en el paquete de información. La información básica debe incluir:

- Cuándo: fecha, hora de inicio y fin, entrega de premios
- Dónde: ubicación, dirección y mapas
- Avituallamiento: zona(s) habilitada(s) con refrigerios y alimentos para los competidores antes de su llegada al evento
- Cuánto: cuota de participación
- Información sobre salud y seguridad: condiciones locales especiales, temperatura del agua, condiciones de luz y condiciones anticipadas del agua
- Formato: piscina, río, lago o aguas abiertas, salidas con oleaje, categorías de edad
- Resultado: publicación, cuándo, dónde
- Justificación de responsabilidad (Descargo de responsabilidad): colocar un justificante de responsabilidad en el formulario de inscripción

- Condiciones médicas: esta información debe estar claramente indicada en el formulario de inscripción e incluir la edad, alergias y cualquier medicación.
- Condiciones de inscripción: cualquier condición especial de inscripción, como por ejemplo si se debe nombrar a un entrenador/instructor en el formulario de inscripción, si las inscripciones deben ser presentadas/firmadas por la oficina de la Federación Nacional, etc.

Cualquier alteración de la información publicada, incluyendo cuestiones de seguridad, debe estar disponible en el paquete de información de la carrera o mostrarse en un lugar destacado e incluirse en la sesión informativa de la carrera.

## ORGANIZACIÓN DE LA CARRERA

### Inscripción

El procedimiento de inscripción debe explicarse claramente a los competidores antes del evento. Se debe poner a disposición de los participantes una zona de inscripción que pueda acoger un número de inscripciones. Debe haber un punto de entrada y salida claramente definido con los encargados para garantizar que no se produzcan demoras indebidas.

Es estándar para la inscripción:

- El justificante de responsabilidad está firmada, para incluir la información médica y la capacidad de nadar la distancia
- Comprobar el competidor con la lista de participantes para determinar los principiantes, etc;
- Emitir números de carrera
- Comprobar que la información del competidor es correcta
- Comprobar que el traje de baño está aprobado, que no lleva joyas y que las uñas están cortadas

La zona de inscripción es también un buen lugar para tener un tablero de información sobre la(s) carrera(s) con los detalles de la(s) misma(s) y para publicar cualquier cambio de última hora en el programa.

### Apoyo al personal

Los clubes locales de natación, canoas y remo son buenas fuentes de ayuda en este tipo de eventos, así como los gimnasios locales, clubes de salud, exploradores/guías, grupos de mujeres y organizaciones de servicio (por ejemplo, Rotary).

Asegúrese de que los ayudantes/voluntarios son de un nivel adecuado para llevar a cabo la función requerida. Infórmeles sobre sus deberes y responsabilidades exactas con la mayor antelación posible y asegúrese de que cada uno conoce su ubicación exacta. Esto puede hacerse con mapas o mediante una visita al lugar. A cada ayudante/voluntario se le debe dar información detallada de la carrera, datos sobre el agua, detalles de los procedimientos de emergencia, números de radio y de contacto y el nombre del oficial de seguridad (incluyendo la señal de llamada) y del juez de la carrera. En los eventos de mayor duración, se deben suministrar refrigerios y/o organizar la asistencia de los ayudantes/voluntario.

A todos los ayudantes/voluntarios se les debe proporcionar equipo y ropa de seguridad, incluyendo protección contra el clima y chalecos salvavidas.

Los siguientes eventos requerirán de la preparación y el tipo de lugar de reunión dictará los requisitos necesarios. Estos pueden incluir refrescos, estacionamiento, inscripción, tiempo y resultados.

- Nadar en aguas abiertas: equipo de seguridad, encargado de la salida y la llegada, personal para controlar a los espectadores y otros.
- Post carrera: se necesitan ayudantes para limpiar, quitar los carteles, desmontar las barreras, recoger la basura, etc.

#### Reunión informativa de la carrera

Debe haber una reunión informativa separada para los competidores y los oficiales, los equipos de seguridad y los ayudantes/voluntarios. El horario de las sesiones informativas debe anunciarse claramente de antemano. La sesión informativa de los competidores debe tener lugar en una zona que permita al número previsto de competidores reunirse y escuchar la información con claridad. Cualquier actualización de la información puede ser transmitida en la reunión informativa.

#### La salida y la meta

La salida y la meta deben estar claramente señalizadas. El procedimiento de salida debe ser conocido por todos los competidores y debe haber un sistema de emergencia para detener el evento o cambiar el recorrido de la carrera por otro.

#### Tiempo y resultados

Es necesario que haya un sistema de cronometraje que pueda hacer frente a las exigencias de la carrera. Los competidores necesitan ser procesados rápidamente y los resultados pueden ser producidos a mano. En los grandes eventos, puede ser necesario considerar un sistema más sofisticado. Si es posible, el sistema de cronometraje hay que someterlo a una prueba antes de la carrera para resolver cualquier problema. Cualquiera sistema de cronometraje que se utilice, debería producir una lista de competidores en el día de la carrera y otra lista de resultados para enviar a todos los competidores. Un sistema de vídeo que pueda utilizarse para revisar la llegada con las suficientes cámaras para que puedan cubrir la llegada desde múltiples ángulos y superar cualquier obstrucción de otros competidores u oficiales. El equipo de video debe ser de suficiente resolución para permitir el fácil reconocimiento de los números de los nadadores a su llegada a meta.

#### Las instalaciones de la carrera

Se debe considerar lo siguiente:

- Suficiente aparcamiento para los competidores, espectadores y oficiales, debidamente señalizado
- Aseos e instalaciones para lavarse/cambiarse (se debe avisar a los competidores con antelación si no están disponibles en el lugar de celebración)
- Almacenamiento de equipaje y zonas seguras
- Refrigerios y servicios de comidas para los competidores, oficiales y espectadores

### Primeros auxilios y cobertura médica

Personal médico: El reclutamiento de personal médico adecuado es vital. Hay varias organizaciones como la ambulancia de St. John's y la Cruz Roja. Antes del evento, el organizador debe asegurarse de la disponibilidad de suficiente personal médico y debe avisar a los departamentos de emergencia de los hospitales locales. Esto es obligatorio cuando la competición se realiza en el mar. Debe haber suficiente gente para hacer frente a un escenario de peor caso, especialmente si se trata de un baño en el mar o en aguas frías, y prever que ocurra más de un incidente. Se recomienda mantener una proporción mínima de 2 profesionales de primeros auxilios por cada 20 competidores.

Ubicación de las instalaciones médicas: Esto es particularmente importante. Es muy probable que se necesite asistencia médica al final de la carrera y en puntos de alto riesgo del recorrido de la carrera, así como tener materiales de primeros auxilios en los barcos de escolta (manta isotérmica, suero fisiológico, etc). Estos puntos deben identificarse mediante una evaluación de riesgos realizada por el organizador del evento, el oficial de seguridad y el personal médico apropiado antes del comienzo de la prueba. Todos los puntos de primeros auxilios deben poder comunicarse con los servicios de emergencia en una línea dedicada exclusivamente a la comunicación médica y de emergencia. También se debe considerar la posibilidad de proporcionar un barco de respuesta rápida equipado exclusivamente con material y personal médico.

Prueba de drogas: La sede de la Federación Nacional correspondiente puede notificar al organizador del evento que un médico o un organismo de dopaje designado asistirá a la carrera para realizar un control de drogas. Si esto ocurre, el organizador debe proporcionar personal para ayudar al personal de control de drogas. El organizador debe disponer un área donde el Doctor/personal de control de drogas pueda operar en relativo aislamiento.

### Comunicaciones

Configuración del sistema: Un sistema puede ser técnicamente avanzado o simple, pero necesita ser probado antes de la carrera. El sistema necesita ser capaz de:

- Contactar con el organizador de la carrera en caso de problemas, consultas o emergencias durante la carrera
- Contactar con el personal médico del lugar
- Contactar rápidamente con los servicios médicos externos
- Transmitir la información al equipo de comentaristas
- Contactar con el árbitro jefe.

Una opción práctica es contratar unidades de comunicación, o contratar las unidades y asignarlas a personal seleccionado. Se recomiendan canales separados para los oficiales de seguridad y los oficiales de carrera si esto es posible.

Una alternativa es usar los teléfonos móviles, ya que la mayoría de la gente los tiene hoy en día. Es probable que ésta sea la opción menos costosa si es factible, y se puede proporcionar por adelantado una lista de números de teléfono a todos los funcionarios de comunicaciones, incluido el punto central de información (será necesario comprobar si hay puntos negros en los teléfonos móviles o en la radio antes del evento).

### Información

Es necesario que la información se ponga a disposición de todas las partes interesadas. Para los grandes eventos, se puede contratar un buen sistema de megafonía e informar mediante un locutor/comentarista la situación de la carrera. Esto debe ser audible en tantas áreas como sea posible. Los llamamientos y las llamadas a personal determinado pueden escucharse inmediatamente.

### Financiación

Presupuesto de la carrera: Un organizador de carreras necesita preparar un presupuesto para tal evento. Sin esto no es posible trazar y calcular con precisión los ingresos, los gastos, los fondos comprometidos o el saldo de la cuenta al final del evento. El presupuesto de una carrera debe ser aprobado por adelantado por los responsables apropiados y las responsabilidades financieras deben ser conocidas. Se pueden producir gastos extras o inesperados por las instalaciones para los espectadores que se necesiten, la asistencia de la Policía, etc.

Cuota de entrada: El establecer una cuota de entrada al público es una decisión tomada por el organizador de la carrera.

Seguridad financiera: Es importante que la carrera sea capaz de cumplir con sus obligaciones financieras. El incumplimiento de estos compromisos se refleja mal en el deporte, la FINA y los organizadores de la carrera.

### ¿QUÉ SE HACE SI ALGO SALE MAL?

La mayoría de los eventos están minuciosamente planeados y bien organizados, pero unos pocos fallan y algunos de ellos se deben a situaciones de emergencia ó imprevistas. El propósito de esta sección es planificar estos imprevistos, para reducir su impacto en el evento, los participantes y la reputación del equipo organizador.

### Falta de ayudantes/voluntarios u oficiales

Si un evento se lleva a cabo de manera inadecuada, es probable que falle en algunos aspectos, por ejemplo, en la provisión de una embarcación de escolta adecuada. Los ayudantes/voluntarios deben estar siempre alerta y ser capaces de afrontar las exigencias de la prueba.

### Resultados

La elaboración de los resultados es importante para los competidores y puede causar frustración al finalizar un evento. La planificación previa y los ensayos pueden reducir el riesgo de este problema. También considere la preparación de resultados "no oficiales" que cubran la parte delantera del campo mientras la carrera está en marcha para permitir a los medios y a los equipos considerar el resultado. Esta propuesta también permite plantear y resolver rápidamente cualquier duda sobre la clasificación antes de que los oficiales puedan abandonar el lugar de celebración.

## PREPARACIÓN DE LA CARRERA Y EVALUACIÓN DE RIESGOS

El organizador debe asegurarse de que la elección del agua para un nado en aguas abiertas sea la adecuada para tal propósito y que los competidores no se encuentren en peligro debido a la ubicación o condición del agua seleccionada.

Hay una serie de factores que es necesario considerar y documentar antes de utilizar una zona de aguas abiertas para un evento, dependiendo de si se está considerando la posibilidad de nadar en el mar, en un lago o en un río.

- Acceso, condición, espacio suficiente y proximidad de los puntos de salida y meta
- La temperatura estimada del agua (temperatura mínima y máxima del evento establecido)
- Corrientes o remolinos
- La calidad del agua
- Peligros ocultos, colgante o bajo el agua.
- Otros usuarios del agua
- Profundidad mínima de no menos de 1,40 m. en cualquier punto, incluyendo la salida y la meta
- Condiciones bajo los pies al inicio y a la salida
- Sitios para la evacuación médica a lo largo del curso

Los organizadores deben consultar a los usuarios habituales del agua seleccionada: pescadores, socorristas, piragüistas, navegantes de recreo, windsurfistas, etc.

El acceso a la zona es muy importante, ya que no sólo determinará la forma en que debe llevarse a cabo cada evento, sino también, en caso de emergencia, acondicionará la forma en que los servicios de emergencia podrán acceder a las zonas de inicio y fin y al recorrido.

El diseño del recorrido debe permitir una mínima congestión en la salida de la carrera.

Las zonas de inicio y final deben estar claramente definidas. La salida debe ser lo suficientemente amplia para que el número de competidores propuesto pueda hacer una salida segura y libre de interferencias de otros. El área de llegada debe ser marcada de manera que no haya confusión en cuanto a cuándo exactamente se completa el recorrido.

El recorrido debe estar marcado con boyas que sean claramente visibles cuando se está en el agua. Las boyas de giro deben tener al menos 1,5 - 2 metros de altura en el agua y de un color diferente a cualquier boya de guía. Todas las marcas deben estar fijas para que no se muevan en las condiciones de agua prevalecientes o en los giros de marea o viento. Puede ser necesario un bote de guía o una canoa para el nadador líder. Los nadadores deben comenzar con gorros de natación marcadas con la identificación de acuerdo con las reglas o numeradas secuencialmente, - idealmente éstas deben ser de colores brillantes.

### Gestión de la seguridad

Se deben proporcionar embarcaciones de seguridad y/o canoas. El personal asignado a la seguridad en el agua debe estar a la altura para proporcionar un apoyo cercano a los nadadores durante toda la carrera. Además de las canoas, las embarcaciones de seguridad motorizadas deben ser empleadas con todas las facilidades de advertencia, primeros auxilios y calentamiento/enfriamiento.

Los puntos de salida de emergencia deben estar marcados para que los nadadores salgan del agua.

Considere cuál es el número seguro de nadadores que deben estar en el agua en un momento dado.

Incluso cuando la temperatura del agua y las condiciones del aire son buenas, es aconsejable contar con recursos adicionales a la llegada de los participantes (después de salir del agua). La hipotermia puede producirse en aguas relativamente cálidas, en particular para los nadadores más débiles, al igual que la hipertermia en aguas relativamente frías, teniendo en cuenta otros factores ambientales al considerar el calentamiento. Se debe acordar con el oficial o el árbitro de la carrera una hora límite para el nado antes del comienzo de la prueba. Si algún nadador no completa el recorrido antes de la hora límite, deberá ser retirado del agua, según lo decida el árbitro jefe. El tiempo límite dependerá de la duración del nado, como se describe en el OWS 6.17.

#### Condiciones ambientales

El ÁRBITRO JEFE por recomendación del OFICIAL DE SEGURIDAD o del OFICIAL MÉDICO acortará o cancelará el recorrido o el nado si la temperatura del agua cae por debajo de 16 grados centígrados o supera los 31 grados centígrados. El flujo excesivo de agua o las condiciones de las olas también afectarán a cualquier decisión, así como el deterioro de las condiciones meteorológicas y de luz. La temperatura debe ser tomada como se especifica en las reglas y regulaciones de seguridad de la FINA. Los WetSuits (neoprenos) son obligatorios para los eventos con una temperatura del agua inferior a 18 grados centígrados, y opcionales para los eventos entre 18 grados centígrados y menos de 20 grados centígrados. Para todos los nados en aguas abiertas se deben hacer planes alternativos, en caso de que los factores ambientales hagan que el nado sea inseguro y obliguen a cancelarlo o restringirlo.

#### Calidad del agua

La calidad del agua es de suma importancia. Antes del evento se debe contactar con la Agencia de Medio Ambiente local para pedir asesoramiento sobre el área de agua que se va a utilizar. Se deben organizar pruebas de agua y mostrar los resultados a los nadadores para que los vean antes de entrar al agua. Los resultados de la calidad del agua deben estar disponibles en base a dos muestras dentro de los 10 días anteriores al evento y una tercera muestra realizada el día del evento. La tercera muestra se transmitirá al Oficial Médico tan pronto como sea posible después del evento, indicando si se ha producido alguna contaminación imprevista en el día u horas inmediatamente anteriores al evento.



## CUESTIONES MÉDICAS

### INTRODUCCIÓN

La diversidad de lugares de natación en aguas abiertas (OWS) exige una amplia visión de los requisitos de salud y seguridad de los nadadores. Una estrecha relación entre los organizadores del evento y el Comité Técnico de Natación en Aguas Abiertas de la FINA es tan fundamental por razones médicas como por la integridad del recorrido y el cumplimiento de los criterios competitivos mínimos de la FINA.

\* Estas directrices deben leerse junto con las Reglas de Natación en Aguas Abiertas, OWS 1 a 7 tal y como aparecen en el Manual FINA 2017-2021.

Hay dos áreas principales de preocupación médica:

- 1) Condiciones ambientales
- 2) Salud y seguridad de los nadadores

El nombramiento de un Oficial Médico (OWS 2) es obligatorio y el enlace con el Oficial de Seguridad es crucial (OWS 3.35). Los deberes del Oficial Médico deben ser llevados a cabo con criterio, de acuerdo con el OWS 3.36, en conexión con el Oficial de Seguridad y el Comité Organizador local. Todos los eventos internacionales bajo la jurisdicción de la FINA llevarán consigo requisitos para el control del dopaje. Sin embargo, estos son secundarios a las preocupaciones por la seguridad y la salud de los nadadores y no se incluirán aquí. Las directrices mínimas para el control de dopaje son responsabilidad del Consejo de Revisión del Control de Dopaje de la FINA (DCRB) y deben considerarse como un apéndice de estas Directrices Médicas.

Desde el principio hay que subrayar que ningún conjunto de reglas superará nunca la importancia de la observación estricta e incondicional de todos los nadadores en todo momento en cada evento. Es la responsabilidad combinada de todos los oficiales de la carrera y los miembros del entorno de los atletas de permanecer constantemente vigilantes ante cualquier incidente que pueda poner en peligro la seguridad de los nadadores.

#### 1) Condiciones ambientales

De conformidad con los párrafos OWS 5.2, 5.3, 5.4 y 5.5, el lugar y el recorrido están sujetos a la emisión de un certificado de calidad del agua emitido por la autoridad local competente en materia de salud y seguridad, en el que se declare que es apto para el propósito. Este certificado debe ser puesto a disposición de los oficiales técnicos y el oficial médico del OWS de la FINA antes de que el evento pueda continuar. Se insta a los organizadores locales a que se organicen con la autoridad competente con suficiente antelación al evento para asegurar que el certificado confirme una calidad de agua aceptable para la natación recreativa, según se define en las normas de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Los resultados de la calidad del agua deben estar disponibles sobre la base de dos muestras tomadas al menos 10 días antes de la realización del evento y una tercera muestra realizada el día del evento. La tercera muestra se transmitirá al Oficial Médico tan pronto como sea posible después del evento, indicando si se ha producido alguna contaminación imprevista en el día u horas inmediatamente anteriores al evento.

Cualquier informe relevante recopilado por el Oficial Médico y el Oficial de Seguridad debe ser recibido por el Árbitro Jefe antes del comienzo del evento (OWS 3.8).

Los reglamentos de la FINA exigen que el lugar tenga una profundidad mínima de 1,40 m (OWS 5.4) y una temperatura del agua no inferior a 16°C, ni superior a 31°C, registrada en momentos y profundidades específicas por una Comisión designada (OWS 5.5). Estas temperaturas, informadas por las mejores investigaciones científicas disponibles, se han aplicado para proteger la salud y la seguridad de todos los competidores y, en particular, para reducir al mínimo el potencial de hipertermia y/o hipotermia.

Se recomienda que el Oficial de Seguridad y el Oficial Médico se aseguren de la ausencia de otros peligros del recorrido, incluyendo la flora y la fauna acuática o el potencial de cualquier forma de contaminación de fuentes industriales, bioquímicas o bacteriológicas (OWS 3.32 y OWS 3.38).

Se debe alentar a los nadadores en aguas abiertas a que apliquen la protección UVL y los organizadores deben garantizar una protección adicional contra los elementos naturales al concluir el evento.

## 2) Salud y seguridad de los nadadores

Si en opinión del Oficial de Seguridad y del Oficial Médico, las condiciones son inadecuadas para la realización de un evento de OWS, se debe informar al Árbitro Jefe y se debe recomendar las pertinentes modificaciones para posponer, cancelar o trasladar el evento a un lugar más adecuado para proteger la salud y la seguridad de todos los competidores (OWS 3.35).

Durante el evento, la vigilancia de los nadadores por parte de las embarcaciones acompañantes es obligatoria por razones de seguridad, pero debe cumplir con el reglamento de la carrera (OWS 6).

Los nadadores que se encuentren en evidente peligro y los que se considere que no pueden continuar por diversas razones deben ser retirados rápidamente del agua y evaluados con la debida urgencia por un médico. La prestación de asistencia a los nadadores en tales situaciones debería sustituir siempre a las reglas oficiales de descalificación por "...contacto intencional..." con un nadador (OWS 6.7.1).

**OWS 6.3.1** Si en opinión del Árbitro Jefe u otro Árbitro, cualquier nadador, o su representante autorizado, o su barco de escolta, adquieren ventaja por cometer alguna infracción del reglamento o contactar intencionadamente con algún nadador, se aplicará el procedimiento siguiente:

### 1ª Infracción:

Se mostrará una bandera amarilla y una cartulina mostrando el número del nadador, para indicarle e informarle que ha infringido las Normas.

### 2ª Infracción:

Se mostrará una bandera roja y una cartulina mostrando el número del nadador por parte del Árbitro (OWS 3.6), para indicarle e informarle que ha infringido las Normas por segunda vez. El nadador será descalificado y deberá abandonar inmediatamente el agua, subirse al barco de escolta y no seguir nadando.

Los nadadores deben disponer de un sustento adecuado durante el evento de acuerdo con el OWS 6.13. Se recomienda a los nadadores que se hidraten bien, antes, durante y después del evento.

Un miembro del personal médico debe estar en posición de observar a todos los competidores al final del evento y administrar el apoyo médico como se indica (OWS 7.6).

La provisión de un puesto de primeros auxilios y un centro médico debidamente equipados es obligatoria y debe formar parte de las obligaciones del Comité Organizador (OWS 3.49).

En caso de emergencia médica debe haber un sistema adecuado de transferencia rápida a los servicios médicos secundarios o terciarios. Esto requerirá el acceso a un servicio de ambulancia motorizada y una clara comunicación con un hospital receptor (OWS 3.37). Se debe esbozar un protocolo claro de evacuación de emergencia al Oficial Médico de la FINA en el momento de una visita al lugar antes de la competición.

### Nutrición y equilibrio de líquidos

Competir en eventos de natación en aguas abiertas es un gran esfuerzo físico, para el cual todos los nadadores deben estar adecuadamente entrenados. Los nadadores pueden esperar estar en el agua de 2 a 4 horas para eventos de hasta 10 km y de 6 a 8 horas para un evento de más de 25 km. Por lo tanto, es importante reconocer que el cuerpo tiene una reserva limitada de carbohidratos y líquidos y que la ingesta frecuente de sustancias nutricionales es esencial.

No es apropiado que los nadadores esperen hasta que sientan que sus niveles de energía disminuyen antes de parar para alimentarse. Más bien, los nadadores deben aspirar a completar el evento con "medio tanque lleno" de energía. Esto requerirá paradas frecuentes en los eventos más largos que superen los 25 km, aunque puedan sentir que sus reservas de energía son adecuadas.

Se recomienda ingerir aproximadamente 200-400mls de una solución equilibrada de carbohidratos/electrolitos cada media hora. Esto también ayudará a reducir los calambres frecuentes debidos al agotamiento de los electrolitos. También se puede tomar comida, pero ésta debe ser en una forma que requiera poca masticación y que facilite su ingestión. Todos los alimentos y líquidos deben estar fríos, no helados en un entorno de condiciones cálidas y calientes, no calientes, en un entorno de condiciones frías. Esto ayudará a la entrega de alimentos desde el estómago hacia el tracto digestivo inferior donde se produce la mayor absorción.

### Hipotermia (disminución de la temperatura corporal)

La prevención de la hipotermia es esencial. Los gorros de baño dobles también reducirán la cantidad de calor que se pierde a través del cuero cabelludo. Al reducirse la temperatura corporal, los vasos sanguíneos de la piel se contraen, lo que provoca una mayor pérdida de calor a través de la cabeza y el cuello en lugar de a través del resto del cuerpo. Los tapones para los oídos disminuyen el flujo de agua fría contra el tímpano, reduciendo el riesgo de mareos y problemas de orientación. La grasa de la lana (lanolina anhidra) puede aplicarse como lubricante de la piel alrededor del cuello, la ingle y la axila para evitar las rozaduras.

(Nota: La lanolina cambia la sensación de frío pero no ofrece ningún efecto significativo de aislamiento o calentamiento. Sin embargo, sí influye en la pérdida de calor protegiendo la integridad de la piel mediante una reducción de las rozaduras).

Los descansos para comer deben ser breves, ya que el ejercicio aumenta el flujo sanguíneo de la piel, con lo que se incrementa la pérdida de calor, que se equilibra con el aumento de la actividad muscular. Pero cuando el nadador se detiene, este equilibrio se interrumpe. El aumento resultante del flujo sanguíneo a través de la piel aumenta la pérdida de calor en ausencia del calor producido por la actividad muscular. En los jóvenes nadadores sin experiencia, las paradas prolongadas pueden precipitar la hipotermia.

Es importante limitar la duración de cada pausa a menos de 30 segundos para reducir estos riesgos, sin embargo esto debe ser equilibrado por las ventajas de las pausas adecuadas para la hidratación y la reposición de la nutrición.

Los nadadores que empiezan a sentir frío deben ingerir más comida tomando más paradas de corta duración. La comida aumenta la temperatura corporal porque el calor se produce por la digestión y porque los músculos requieren altos niveles de sustancias nutricionales para una máxima eficiencia, incluyendo la producción de calor.

Los equipos de escolta deben estar siempre atentos a los primeros signos de hipotermia en sus nadadores. Los primeros signos incluyen comportamiento errático al nadar, alteración de la velocidad de las brazadas y desviación del rumbo. En las "paradas de alimentación" el personal de apoyo puede reconocer comportamientos sutiles y poco característicos en los nadadores. Entre ellos se incluyen la confusión, la desorientación, las respuestas vagas o la total indiferencia a las instrucciones del entrenador. Cualquier nadador que no pueda levantar los brazos por encima de la cabeza, obedecer otras órdenes básicas o responder a preguntas sencillas, debe considerarse "en peligro" y ser retirado del agua.

No entra en el ámbito del presente documento proporcionar la guía completa para el tratamiento médico de la hipotermia. Sin embargo, en algunos casos, el apoyo médico puede estar a cierta distancia y, por lo tanto, es importante que el personal de primeros auxilios comprenda los principios fundamentales. Los nadadores hipotérmicos deben ser manejados con cuidado. Deben ser secados a fondo con palmaditas suaves, sin frotarlos bruscamente, y envueltos en gruesas mantas aislantes. Se pueden envolver toallas alrededor del cuero cabelludo y los lados del cuello para una mayor retención del calor. La protección contra el viento es también esencial usando cualquier refugio que esté a mano. La comida y los líquidos calientes (no muy calientes) deben ser fomentados frecuentemente en cantidades muy pequeñas. Contrariamente a la idea errónea común, el alcohol nunca debe darse a ningún paciente en recuperación y frío... El alcohol deprime el sistema nervioso central y acelera la pérdida de calor a través de la dilatación de los vasos sanguíneos superficiales.

Un médico debe ver personalmente a cada nadador recuperado del agua con síntomas que sugieran hipotermia. Este es el punto en el que se toma la decisión de implementar medidas de primeros auxilios o preparar al nadador para su traslado al hospital.

#### Hipertermia (temperatura corporal elevada)

La estrecha observación de los atletas sometidos a temperaturas calientes de competición o de entrenamiento es crítica. Mientras que la temperatura máxima del agua para la competición es de

31C, el sol, la humedad, el aire y el flujo de agua afectan a la capacidad del atleta para disipar el calor.

A medida que la temperatura corporal principal del atleta aumenta, éste necesita tomar descansos más frecuentes para alimentarse, haciendo hincapié en la hidratación y los electrolitos para compensar lo que se pierde a través de la sudoración. Tanto si hace frío como si hace calor, un nadador mostrará signos y síntomas similares. Entre ellos se incluyen la alteración del ritmo, la cadencia y la coordinación de las brazadas, así como la confusión y los cambios de humor descritos anteriormente. Las mismas preguntas sencillas que se utilizan para evaluar la hipotermia funcionan igualmente bien en la hipertermia. Una vez más, la presencia de estos impedimentos representa una amplia justificación para retirar al nadador de la competición.

La refrigeración y la hidratación son las piedras angulares del tratamiento temprano de la hipertermia. La evaluación médica y la intervención apropiada es fundamental en todos los casos en que se sospeche que hay hipertermia

### Agotamiento

El agotamiento se produce como resultado de un agotamiento prolongado de la energía debido a una ingesta nutricional inadecuada y puede acentuarse por los efectos de la temperatura. La hipotermia y la hipertermia pueden acelerar la aparición de la fatiga y el consiguiente agotamiento. El nadador suele presentar los mismos signos tempranos de confusión, desorientación y estado de ánimo errático. El reconocimiento del agotamiento y su manejo en OWS es similar al de la hipotermia e hipertermia y exige la misma recuperación urgente del nadador.

### Dolor

El dolor de la actividad repetitiva lo experimentan con frecuencia los nadadores de aguas abiertas, más comúnmente en los hombros y a menudo después de una hora de natación. Pueden irritarse hasta el punto de ser abusivos, pero siguen obedeciendo órdenes, respondiendo correctamente a las preguntas y no muestran signos de desorientación. Las tripulaciones de apoyo con conocimiento de su nadador serán las mejores para evaluar esta situación y decidir el resultado.

### Quemaduras de sol

A pesar de estar sumergido en el agua, las quemaduras de sol son un riesgo real, especialmente durante eventos largos. En todos los casos se debe usar protección UVL. Es importante incluir la zona detrás de las orejas, la espalda, la parte posterior de las piernas y la parte inferior de los pies. En eventos muy prolongados en climas soleados, se recomienda la replicación del bloqueador solar en eventos largos.

### Picaduras de medusas

Pueden ser un problema general, pero cada vez son más importantes para quienes se sabe que tiene alergias y sensibilidad extrema. Por lo general, se identifican lugares con poblaciones de medusas especialmente donde los nadadores pueden haberse entrenado o haber estado preparación para el evento. Las precauciones que incluyen el uso de lanolina (grasa de lana) o vaselina (vaselina) pueden ayudar dependiendo del tiempo que permanezcan en el cuerpo. El síntoma más común de las picaduras de medusas es el dolor. Si hay múltiples contactos, el dolor puede ser intenso y pueden desarrollarse síntomas de náuseas y vómitos. El dolor puede ser moderado por el frescor del

agua. El dolor severo y persistente debe ser comunicado al personal médico y tratado tópicamente o mediante la administración de un medicamento específico. La picadura prolongada de medusas puede presentar una emergencia médica causada por el efecto neurotóxico de la picadura.

#### Tragar agua salada

El agua salada está aproximadamente tres veces más concentrada que los fluidos internos del cuerpo. La ingestión frecuente, a menudo en aguas agitadas, puede provocar vómitos. El tratamiento incluye la tranquilidad en primera instancia y la observación continua. El vómito persistente causará una molestia significativa y comúnmente resulta en un retiro voluntario. El agua salada también puede presentar una grave irritación en los ojos y unas gafas ajustadas minimizarán esto.

#### Otros traumas

Los ataques de tiburones u otra fauna acuática peligrosa son poco probables. Sin embargo, existe un riesgo más significativo por las hélices de los barcos de escolta y hay que tener mucho cuidado al maniobrar cerca de los nadadores. Siempre que sea posible, las embarcaciones a motor deben estar equipadas con protectores de hélices para minimizar el riesgo de peligro por esta causa.

## PLAN DE ACCIÓN MÉDICA

El plan de acción médica debe ser elaborado por el Oficial Médico anfitrión y discutido con el Delegado Médico de la FINA en el momento de la visita previa al lugar del evento. En términos muy generales este plan debe considerar: RECONOCIMIENTO temprano de los nadadores en apuros; RESPUESTA y RETIRADA rápida del nadador afectado; RESUCITACIÓN adecuada cuando sea necesario y REVISIÓN y RETIRADA a una instalación hospitalaria si se requiere.

Entonces el plan de acción debería incluir, entre otras cosas, lo siguiente:

- Suficiente personal y equipo para ejecutar el plan.
- Personal cualificado disponible en el agua para identificar y responder inmediatamente a cualquier nadador en peligro.
- Un lugar de recepción médica con equipo y personal capacitado para asegurar la evaluación y el apoyo médico cuando sea necesario para cualquier competidor.
- Un plan de evacuación detallado para casos médicos graves a los hospitales o centros médicos designados.
- Una comunicación adecuada entre todo el personal médico. Este debe ser un canal o método de comunicación utilizado únicamente con fines médicos.
- Planes detallados para el manejo de nadadores hipotérmicos o hipertermales.
- Suficiente transporte terrestre, acuático o aéreo para asegurar la rápida transferencia de cualquier baja del agua o de la embarcación de escolta a un equipo médico.

Además, en los eventos de OWS designados por la FINA, el Comité Organizador anfitrión tendrá la obligación de proporcionar personal capacitado e instalaciones adecuadas para llevar a cabo el control del dopaje en estricto acuerdo con las normas antidopaje de la FINA. Esta función debe ser responsabilidad del personal médico adicional y no perjudicar en modo alguno los requisitos de seguridad de los deportistas como se ha indicado anteriormente. Las organizaciones anfitrionas deben comprender sus responsabilidades a este respecto y cumplirlas en consecuencia como parte de su contrato con la FINA.

## **SUGERENCIAS PARA LOS NADADORES**

Es esencial que los nadadores se preparen y entrenen con mucha anticipación para cualquier evento de natación en aguas abiertas en el que decidan participar. Lo ideal es que las condiciones ambientales del lugar de entrenamiento sean lo más parecidas a las de la competición, incluyendo la temperatura del agua, la salinidad y el movimiento del agua (corrientes y olas).

Se sugiere que los nadadores naden la distancia de la carrera para las carreras más cortas sin parar y el 85% de la distancia para las carreras de más de 10 km un mes o dos semanas antes de la carrera. Esto es para ganar la confianza necesaria en sí mismos y para determinar los tiempos de alimentación, los alimentos y el personal de apoyo necesario.

Nadie debe realizar ninguna competición en aguas abiertas a menos que esté físicamente en forma, con una salud excelente, y que espere terminar completamente. Es aconsejable que cualquier persona que emprenda cualquier evento atlético sea revisada por un experto médico cualificado. Esto es especialmente importante en la natación de larga distancia.

El nadador es responsable de todas las necesidades de apoyo personal.

### **COACHING**

Los entrenadores que tengan un conocimiento básico de los programas de entrenamiento en la "piscina" deberán aplicar técnicas de entrenamiento adicionales para preparar a los nadadores para la natación en aguas abiertas.

Hay varios problemas de salud relacionados con el entrenamiento de natación en aguas abiertas y se hace referencia a la sección anterior en la que se examinan las principales afecciones médicas. En particular, los nadadores y entrenadores deben familiarizarse con los temas importantes que afectan directamente a la salud y la seguridad de todos los competidores. Un entrenamiento apropiado, una nutrición adecuada y una preparación general para los grandes eventos minimizará el riesgo de fatiga del nadador, los efectos de la temperatura y las lesiones.

#### Consideraciones sobre el entrenamiento

Los nadadores que se preparan para eventos en aguas abiertas suelen combinar los ejercicios en la piscina con sesiones de entrenamiento de natación en aguas abiertas. Aunque el entrenamiento en piscina incluye una serie de elementos que no son necesarios en aguas abiertas (como los giros e intervalos de descanso), sigue siendo necesario como medio para controlar de cerca la velocidad en distancias determinadas. El entrenamiento en aguas abiertas es necesario como un medio específico de preparación para las carreras; las principales habilidades que se adquieren durante esta fase del entrenamiento son:

- habilidad de navegación (centrarse en un rumbo y no perderse)
- alimentación continua y reposición de fluidos
- la adaptación a las condiciones de aguas turbulentas, y
- coordinación con el personal de apoyo en la carrera (es decir, los instructores y las embarcaciones de escolta).

La proporción de trabajo realizado en la piscina y en aguas abiertas puede variar de un nadador a otro. El tiempo y las condiciones de entrenamiento disponibles suelen dictar la mezcla.

El entrenamiento en grupo se concentrará normalmente en la base aeróbica, la resistencia aeróbica o los resultados del entrenamiento de velocidad crítica. Generalmente no se requieren sets de entrenamiento que produzcan mucho lactato; sin embargo, se aconseja algún entrenamiento de velocidad máxima. La velocidad en una distancia corta suele ser útil en aguas abiertas para que el nadador pueda separarse o pasar de un nadador. Naturalmente, el volumen de entrenamiento debe ser alto para preparar al nadador para las largas distancias de competición. Por lo tanto, las habilidades de recuperación utilizadas por los nadadores de piscinas son aún más importantes para los nadadores de aguas abiertas. Los entrenadores deben coordinar cuidadosamente la aplicación de sets de entrenamiento de larga resistencia (y sets de velocidad crítica) con sets de entrenamiento de larga base aeróbica, para permitir una recuperación suficiente de una sesión a otra.

La mecánica de la natación libre es básicamente la misma para los especialistas de la natación en aguas abiertas; sin embargo, debido a que las condiciones del agua pueden ser duras, el nadador puede tener que modificar su técnica. El nadador puede necesitar girar la cabeza y respirar debajo de la axila para proteger la boca, y recuperar los brazos más arriba en el agua. Una patada de dos tiempos se utiliza comúnmente para conservar la energía. Los nadadores de aguas abiertas suelen tener una tasa de brazadas más alta (es decir, brazadas por minuto) que los nadadores de piscina debido a una longitud de brazada ligeramente más corta (es decir, la distancia recorrida por ciclo de brazadas).

Las sesiones de entrenamiento de natación en aguas abiertas suelen emplear el tiempo total de natación. Como es difícil medir la velocidad de la natación, la frecuencia de brazadas se usa para definir el nivel de intensidad. El entrenador debe planear las sesiones de entrenamiento usando el ritmo que se utilizará en las condiciones de la carrera. En lugar de planificar los intervalos de natación (como se hace en el entrenamiento en la piscina), el entrenador debe planificar los nados a ritmo. Por ejemplo: 30 minutos de natación a 66 brazadas por minuto, seguidos de 15 minutos a 76 brazadas por minuto, etc. Los sets de entrenamiento se construyen entonces sobre la base de la velocidad de las brazadas y el tiempo de natación. Si un grupo de nadadores está siendo entrenado en aguas abiertas, la posición de liderazgo debe ser rotada regularmente.

### Habilidades de navegación

Son esenciales para los nadadores de aguas abiertas. Una embarcación de escolta debe estar posicionada al menos a 2-3m de, y directamente opuesto o ligeramente a la parte trasera del nadador. El nadador será capaz de mantener la posición levantando la cabeza regularmente (es decir, unas 2-4 veces por minuto) y avistando el barco de escolta. Si se utilizan marcadores de orilla, el nadador puede necesitar levantar la cabeza hacia delante y ver los objetos; el nadador también debe ser capaz de respirar hacia el lado derecho o izquierdo. Siempre que sea posible, los nadadores deben colocarse entre la embarcación de escolta y la costa (nota: no se permite a los nadadores colocarse detrás de la embarcación de escolta, ya que ésta se está arrastrando). La escolta debería llevar un silbato para señalar al nadador si es necesario. También deben tenerse en cuenta las diferentes condiciones de viento y agua. En un fuerte viento cruzado el nadador puede necesitar nadar en un ángulo para permanecer incluso con la embarcación de escolta.

Las largas distancias de nado requieren alimentación y/o reposición de fluidos cada 30 minutos; aproximadamente 200-400ml de una solución líquida de carbohidratos/electrolitos. Las necesidades de alimentación dependerán de la temperatura corporal (nadar en agua fría requiere más energía térmica) y de la duración e intensidad del baño. Los alimentos sólidos serán difíciles de masticar cuando el ritmo cardíaco sea elevado; por lo tanto, se suele tomar una solución de glucosa mezclada con puré de frutas. No espere a que el cuerpo se quede sin glucógeno muscular y hepático antes de empezar un programa de reposición.

#### Consideraciones sobre las carreras

El entrenador debe obtener una copia de las reglas de natación en aguas abiertas del organizador de la carrera. Pueden existir diferencias entre las condiciones de "entrenamiento" y las condiciones de la carrera, el nadador y el entrenador deben conocer todas las reglas y prestar especial atención a lo siguiente:

- Se debe tener cuidado en la salida, en los giros y en la llegada, ya que no se permite a los nadadores impedir a otros nadadores;
- "comportamiento antideportivo", incluyendo cuando sea aplicable, el drafting de las embarcaciones de escolta no está permitido durante la carrera;
- obstruir o interferir en el progreso de otros nadadores (nota: la obstrucción por parte de una embarcación de acompañamiento de un nadador también se considera antideportiva) puede llevar a una descalificación;
- el nadador no podrá recibir apoyo (es decir, para sujetar al nadador) de ningún objeto fijo o flotante, así como de su embarcación de acompañamiento o de su tripulación. El nadador no podrá descansar apoyándose a la embarcación de escolta o la tripulación cuando se alimente.

Tanto el nadador como el entrenador deben estar al tanto de cualquier requisito de seguridad específico que se implemente durante la carrera. Como regla general, los nadadores de aguas abiertas abordarán el día de la carrera de forma similar a los nadadores de piscina. Estos puntos adicionales pueden ser útiles:

- La comida y los fluidos previos a la carrera deben ser unas 2 horas antes de la competición;
- revisar las señales que se usarán entre el equipo de apoyo y el nadador;
- tener comida y fluidos adecuados en la embarcación de apoyo (mantenerlos en recipientes herméticos antes de usarlos);
- tener suministros adecuados de primeros auxilios, incluyendo mantas (es decir, si la carrera se termina debido a la hipotermia) en la embarcación de apoyo;
- ser consciente de cualquier peligro en la carrera; y
- tomar precauciones contra la pérdida de calor corporal y protegerse contra las quemaduras de sol.

A menudo es útil para el instructor en la embarcación de apoyo tener un gran tablero de plástico y marcadores impermeables para escribir mensajes (es decir, la tasa de recorrido, los tiempos intermedios, etc.) para transmitir al nadador. Las paradas de alimentación deben estar bien practicadas. Permita que la embarcación se acerque al nadador cuando se señale la alimentación (no desvíe al nadador de su rumbo haciéndole nadar hasta la embarcación). Antes de la carrera, decida

una estrategia para la salida; puede ser imposible que la embarcación de apoyo se mueva a una posición paralela con el nadador hasta que la manada de nadadores se adelgace.

En todas las carreras puede haber una embarcación de escolta general en el circuito (normalmente esquís de surf, canoas o kayaks) para guiar a los nadadores. Normalmente se requiere para las carreras con un recorrido de más de 10 km que cada nadador tenga una embarcación de apoyo.

El instructor es la persona que debe tomar todas las decisiones sobre la carrera. Es responsabilidad del instructor señalar las paradas de alimentación, mantener al nadador en el rumbo correcto, evaluar las condiciones de la carrera (es decir, el tiempo) y evaluar la condición del nadador a lo largo de la carrera. El instructor debe mantener el contacto visual con el nadador en todo momento y ser consciente de cualquier problema. El instructor debe proporcionar estímulo verbal e información al nadador a lo largo de la prueba.

## RESPONSABILIDADES DE LOS INSTRUCTORES

En el pasado, muchos nadadores no han dependido en gran medida de sus instructores. Estos nadadores han tenido éxito en sus esfuerzos debido a su capacidad de organizar y comprender sus propios requerimientos. Sin embargo, los eventos con una competencia más fuerte, mayores distancias y aguas más abiertas traen consigo la necesidad adicional de un mejor apoyo para el nadador.

Las siguientes son las directrices para los requisitos del instructor; no son necesariamente pertinentes para todos los nadadores. Estos requisitos son:

- El conocimiento de la natación en aguas abiertas es primordial. La experiencia es una ventaja tanto si ha desarrollado su actividad deportiva entorno a la natación en aguas abiertas o como en el surf.
- Una comprensión del nadador, sus disgustos, su verdadera capacidad junto con la experiencia de ser todo lo que el nadador necesita en el transcurso del evento.
- La capacidad de organizar toda la comida, grasa, mantas, pastillas para el mareo, protectores solares, gorras, gafas. Preparar todo con la menor interferencia para el nadador antes del evento. La confianza del nadador en saber que su instructor tiene todo organizado es importante.
- Una comprensión de las aguas de los océanos, lagos o ríos, junto con la capacidad de leer las gráficas de mareas y de comprender los efectos de las corrientes, los vientos y las olas.
- Entender los malos momentos del nadador, y ser capaz de llevarlos a través de estos períodos. Una actitud de tolerancia para cuidar cuando sea necesario y ser cruel cuando sea necesario. Ser capaz de ajustar y cambiar lo que sea necesario para animar al nadador. Esta comprensión puede desarrollarse durante los entrenamientos y eventos - las reacciones de los nadadores serán, por supuesto, diferentes bajo diferentes condiciones ambientales.
- Probablemente el método más importante para conocer el manejo de un nadador es su ritmo de brazada. Todos los nadadores deben, antes de realizar un nado en aguas abiertas, conocer su zona de confort en relación con la frecuencia de brazada. Durante el entrenamiento, todos los nadadores deben haber nadado en aguas abiertas. De estos nados se deben tomar lecturas de brazadas por minuto. Durante una carrera, el principal requisito para el nadador es

conocer su frecuencia de brazadas. Como punto de referencia, entre 76 y 88 brazadas parece ser la zona de confort, dependiendo del tamaño del nadador. Hipotéticamente, a partir de su entrenamiento, 83 brazadas por minuto harían que un nadador aguantara 5 minutos durante 400 metros, 80/81 es un poco más bajo a 5 minutos 5 segundos posibles, y 85/86 es demasiado rápido a unos 4 minutos 55 segundos y debe ser ligeramente retrocedido. Sólo esas pocas brazadas demasiado pronto pueden pagarse caro más tarde. Sin embargo, los entrenadores/instructores deben ser conscientes de que la técnica y la calificación de los golpes dependen en gran medida de las condiciones ambientales.

- Lo más importante es que un instructor debe proteger al nadador de nadar en aguas contaminadas por los gases de los motores. Mantener al nadador alejado de los humos que soplan a través del agua, y hacer que el escape se apague en las embarcaciones más grandes donde el escape sobresale en el lado del nadador.
- Tengan en cuenta la ventaja que se puede obtener ocultando a un nadador con una embarcación de escolta de otros nadadores. Un cambio de dirección por parte de uno u otro puede ser el momento en que se hace una pausa de otro nadador encerrado para quedarse con su nadador.
- Nunca siga al barco principal cuando se pueda ver los puntos de la costa. Recuerda que el océano es un lugar grande. Un barco que va adelante y es seguido por el nadador tendrá un recorrido en zigzag. La idea con los puntos de tierra es mantener al nadador en un rumbo recto. Observa una torre, un edificio o una colina y apunta a esa dirección. El instructor debe hacer ajustes por la marea y anotar la dirección de la corriente. Cada veinte minutos se pueden hacer ajustes.
- Para comprobar el movimiento, busque embarcaciones ancladas o boyas entre usted y la orilla a ambos lados de su nadador, no delante. Al ver justo delante del objeto fijo, el instructor podrá ver el progreso de su nadador. Con suerte, verá un movimiento constante del terreno detrás del objeto anclado.
- Si el progreso es lento, el instructor debe determinar el movimiento del agua debido a la marea o a la corriente del río. El agua siempre se mueve más rápido en el medio del río. Cambie a la orilla si es lenta; si es rápida, encuentre el mejor recorrido central hasta el siguiente punto, pase bien cualquier punto para mantenerse en la corriente, abrace el punto, ya que existe la posibilidad de ser arrastrada hacia el remolino.
- En el océano, el instructor debe encontrar la mejor posición para el nadador, ir cerca de la orilla si es posible. Si no es así, comprueba en la gráfica de la marea dónde cambia la corriente. El instructor también debe tener en cuenta la fuerza de la marea, ya sea pleamar o bajamar, dura alrededor de 2 a 2 horas y media; el resto de las seis horas de la marea está formado por la acumulación o la desaceleración hasta el período de aguas flojas. No tiene sentido generar un esfuerzo al nadador para ir lejos. El nado controlado es más importante en esta etapa. Las mareas, aunque se registren, etc., no siempre van como están escritas: las tormentas a cien kilómetros de distancia pueden hacer que las mareas duren mucho más de lo normal. Al observar, etc., un instructor debería ser capaz de ver el cambio de marea, y este es el momento de animar al nadador.
- En aguas abiertas, los barcos anclados siempre, en condiciones de calma, apuntan a la corriente de agua. La proa apuntará a la corriente. En condiciones de viento, un barco

anclado mostrará una dirección de viento similar. En condiciones de viento y marea, un instructor puede determinar la dirección de la corriente de la marea junto con la variabilidad prevista causada por el viento. Siempre permita un poco más de viento para que los errores de cálculo no causen que el nadador nade directamente hacia la marea y el viento.

- Si el mal tiempo hace acto de presencia, el instructor protege al nadador con el bote. Coloca el bote de escolta entre el lado del que viene el viento o el oleaje y el nadador. Es asombroso la diferencia que hará. Protegerá de las olas y el oleaje.
- Si el tiempo viene de frente, ajusta el estilo del nadador. Respira más atrás y más alto, levanta las manos en alto y sobre las olas, da una buena patada de dos tiempos para mantenerse en alto y para superar las olas, aumenta la rotación del cuerpo del nadador. La mayoría de los nadadores deberían haber entrenado en condiciones similares y comprender los diferentes requisitos de estilo en estas condiciones.
- Conocer los requerimientos de alimentación del nadador y cumplir estrictamente sus deseos. Nunca permita o escuche nuevos productos o que alguien lo recomiende en el mismo día de la prueba. Si no se ha probado antes, no se cambia. Por supuesto, intente todo lo que quiera en futuras sesiones de entrenamiento. La fórmula probada es la aceptada, el cambio nunca debe ser permitido en el día de la carrera.
- Tener una comunicación plena con el nadador. Por ejemplo, a la mitad del recorrido del siguiente avituallamiento, girar la gorra que esta sobre su cabeza hacia atrás, lo que quiere decir que el nadador tiene 5 minutos para la alimentación, y volver a girar la gorra en el sentido correcto. Sólo observa al nadador buscando el alimento que se está preparando. Los mensajes en la pizarra o en el bloc de notas deben ser siempre claros y directos. Cualquier mensaje debe ser escrito de manera que se entienda inmediatamente. Vigila que el sol no se refleje en el pizarrón y que se pueda leer.
- Durante la alimentación. Un buen instructor tendrá un nadador tranquilo y relajado tomando comida lo más rápido posible. El nadador no debería necesitar hablar. Mientras come, escucha lo que tiene que decirle el instructor. Si el nadador tiene alguna pregunta, puede responderla en una pizarra poco después si no puede dar una respuesta inmediatamente.
- Un buen instructor nunca deja a su nadador. Es un compromiso total para toda la carrera, dure lo que dure. Forma parte del equipo. El contacto visual del controlador es absolutamente continuo. Entender los ojos es lo más importante. Si un nadador se va a desmayar, la primera indicación será los ojos. Está demostrado que las personas siguen nadando aún estando en un estado de inconsciencia.
- Cuando se aplica la grasa hay reglas:
  - Tenga dos pares de guantes de goma, un par es para el nadador.
  - Si hay una multitud alrededor o prevalece la vergüenza, se pueden usar toallas o sábanas grandes para proteger al nadador. Con la ayuda del nadador, la grasa debe aplicarse inicialmente arriba hacia abajo, empezando por el tronco superior y terminando por el tronco inferior.
  - Aplique una capa espesa de grasa y expándela por todo el cuerpo medida que la capa sea menos densa. El énfasis con la grasa no es el espesor sino el sellado de los poros de la piel para la protección.

- El nadador puede aplicarlo debajo de los trajes y en la zona de la ingle. Una vez satisfecho con las partes ocultas, el nadador debe dejar la grasa con el instructor. Los nadadores normalmente están muy nerviosos en esta etapa y toda la atención debe estar dirigida a engrasar correctamente todas las partes necesarias, de esta forma el nadador se sentirá relajado con el trabajo bien hecho.
- No deje bultos en ningún lugar del traje de baño, manténgalo suave y apretado con especial atención a la zona de los riñones y la parte posterior del cuello.
- No hay que engrasar bajo los brazos por debajo de los codos y mantenerlo bien alejado de los ojos. Asegúrese de que las manos del nadador están limpias y sin grasa.
- Asegúrate de tener toallas y mantas viejas para limpiar y envolver al nadador cuando termine el evento. Prepárese con una toalla o manta más larga que pueda enrollar en un soporte en caso de que el nadador tenga dificultades en el agua. La extracción de un nadador semiconsciente o inconsciente cubierto de grasa puede ser casi imposible y empeorar en condiciones de agua agitada o difícil.
- Tengan en cuenta con qué limpian mejor. Los disolventes, etc. pueden funcionar con la grasa, pero un viejo favorito es un detergente muy fuerte o un líquido para lavar platos. Frotar es también una buena manera de devolver el calor al cuerpo. Si el nadador tiene mucho frío, envuélvase en mantas y toallas hasta que se calienten, envuelva y frote los pies, acaricie hacia el corazón dejando la grasa hasta que el nadador se sienta cómodo. Si las condiciones son duras, deje al nadador envuelto hasta que se encuentre en condiciones más tranquilas. Relaja al nadador en el viaje de vuelta al puerto, dale bebida y comida caliente y, si es posible, en un viaje más largo a casa sugiérele que duerma.
- Sé cuidadoso, si estás en un barco ajeno ten cuidado con la grasa. Los pilotos se toman muy a pecho el tener grasa en sus barcos y si tienen problemas es bastante probable que no ofrezcan sus barcos nuevamente.
- Los nadadores cuando están acompañados por una zódiac o lancha de rescate (IRB) deben ser conscientes de que estos barcos necesitan alejarse del nadador durante cortos períodos de tiempo cada hora más o menos. Esto es necesario para quemar el aceite de las bujías y evitar que el motor se averíe. Una señal predeterminada o una escritura en la pizarra o en el bloc de notas puede advertir a los nadadores de esto. Los nadadores se acostumbran a nadar al lado de la embarcación principal por un corto período hasta su regreso.
- Los nadadores deben usar gorros de colores brillantes, preferiblemente no blancos. El amarillo o el naranja se considera ideal. Con mal tiempo es obligatorio mantener al nadador a la vista, que tenga un color de gorro de baño que contraste con el mar y las olas ayuda a su fácil localización. Una buena linterna con pilas nuevas es esencial al comienzo de la noche. Se debe disponer de palos de luz/fluorescentes tanto en el lado del barco como en el traje de baño.
- En caso de que ocurra un fallo del motor, la principal preocupación es mantener al nadador a la vista. A menudo el nadador no es consciente de los problemas que sucede en la embarcación y sigue nadando. En esta situación debe, si es posible, pararse en el punto de vista más alto sosteniendo un brazo en alto y apuntando en dirección al nadador. Debe mantener al nadador a la vista en línea de su brazo, sin bajar el brazo, o lo que es más

importante, no mirar hacia otro lado. En el océano y en los grandes lagos un nadador puede desaparecer de la vista simplemente si el barco se encuentra a la deriva.

- Un buen instructor cargará el barco con todo lo que sea necesario para su nadador antes del evento. Es importante saber dónde estarán todos los suministros que se lleve en el barco durante el nado. En caso de que sea necesario llamar por algo urgente, debe ser capaz de decir dónde está. Hurgar en las provisiones de otros puede llevar a la pérdida de material importante. Mantenga la comida en una nevera, gafas, trajes, etc. en una bolsa verde, aspirinas y antivaho en una bolsa roja, etc.
- Cuando la carrera comienza y sabes dónde está todo, la única preocupación que tienes es tu nadador. Esto no es un crucero. Mientras dure la carrera te quedaras con el nadador todo el tiempo. El nadador confía en ti para toda la ayuda posible. Debes estar atento en todo momento para dar apoyo al nadador.
- Si está en un barco o remando encima de una tabla o en un esquí, recuerde que usted es los ojos del atleta. Estás más alto que el nadador y debe acompañarle. No sigas al nadador, si el nadador se aleja, depende de ti traerlo de vuelta hacia ti, no vayas detrás del nadador, hazle saber que debe mantener su dirección sobre ti. Imagine que un nadador sigue tirando hacia la izquierda y el cruce es de diez kilómetros. Cuando esté casi en el punto de llegada, su nadador se dirigirá hacia la derecha, sin tener en cuenta los extras que pueda haber cubierto el acompañante al seguir al nadador.

## LA ORGANIZACIÓN DE UN EVENTO FINA

Las ofertas para organizar un evento de la FINA se presentarán en la oficina de la FINA.

La revista FINA Aquatics World ofrece regularmente información al respecto, y en la oficina de la FINA se pueden consultar todos los detalles de los criterios para la organización de un evento de la FINA. Antes de que se hagan las ofertas, la federación anfitriona establecerá claramente los siguientes puntos:

- Hay un recorrido adecuado que cumple con las normas de la FINA.
- Se pueden cumplir todos los requisitos de seguridad.
- Certificación de idoneidad para el uso por parte de las autoridades locales de salud y seguridad
- No se excederán los límites de temperatura.
- Se puede proporcionar suficiente financiación para cubrir todos los requisitos de la organización.
- Se dispone de un número suficiente de oficiales técnicos de aguas abiertas calificados por la FINA para officiar durante el evento. Lo ideal es que estas personas estén ubicadas en hoteles diferentes a los de los nadadores.

Para que la FINA pueda hacer una evaluación justa de una oferta, las federaciones que la presenten deben asegurarse de que se den los detalles más completos del evento, del comité organizador, de la financiación y de la cobertura mediática.

Al recibir un evento de la FINA, la federación anfitriona notificará a todas las federaciones miembros de la FINA los detalles de la fecha, el lugar y el recorrido. Los detalles del recorrido incluirán el tipo de agua (salada o dulce), rango de temperatura, parámetros de marea/corriente, tipo de embarcación de escolta, servicio médico, seguridad y detalles de cualquier competición que tenga lugar en o sobre partes del recorrido antes de la celebración del evento.

Sólo se aceptarán solicitudes para competir de las Federaciones miembros de la FINA. No se aceptarán inscripciones individuales de nadadores.

La Federación anfitriona nombrará a un oficial de enlace que trabajará con el Comité Técnico de Natación en Aguas Abiertas (TOWSC) y lo mantendrá informado a través de la Oficina de la FINA.

### EL COMITÉ ORGANIZADOR

El Comité Organizador nombrado por la Federación anfitriona se encargará de proporcionar los elementos o instalaciones que se indican a continuación, y de comprobar, corregir y/o mantener los diversos requisitos antes y durante la competición. Los detalles que figuran en el Manual de la FINA sobre la natación en aguas abiertas deben consultarse cuidadosamente con mucha antelación.

### EL COMITÉ TÉCNICO DE NATACIÓN EN AGUAS ABIERTAS (TOWSC)

La Oficina de la FINA, como Comité de Gestión, lleva a cabo las competiciones de natación en aguas abiertas en los Campeonatos Mundiales y otros eventos de la FINA a través de una Comisión designada por parte del Comité Técnico de Natación en Aguas Abiertas (TOWSC), que consiste en:

- El enlace de la Oficina de la FINA con el TOWSC
- El Presidente
- El vicepresidente
- El Secretario

con los otros miembros del Comité Técnico de Natación en Aguas Abiertas (TOWSC) actuando como el órgano de asistencia.

#### LAS RESPONSABILIDADES DEL COMITÉ TÉCNICO DE NATACIÓN EN AGUAS ABIERTAS (TOWSC)

- Coordinar con la Federación Anfitriona todos los detalles para la realización de las competiciones de natación en aguas abiertas en los Campeonatos Mundiales de la FINA y en otros eventos de la FINA.
- Realizar una inspección final de las instalaciones antes del comienzo de las competiciones, incluido cualquier equipo de cronometraje automático que vaya a utilizarse.
- Hacer recomendaciones a la Oficina de la FINA de los oficiales debidamente cualificados por parte de las Federaciones Nacionales (incluida la Federación anfitriona) para su nombramiento para officiar en los Campeonatos Mundiales y los Juegos Olímpicos.
- Realizar reuniones para informar a los Delegados y Jefes de Equipo de las Federaciones participantes dos días antes del comienzo de la competición.
- Realizar sesiones informativas para los oficiales de la Reunión Técnica que participarán en el control de la competición.
- Preparar un informe para la Oficina de la FINA.

#### LOS DEBERES DEL COMITÉ TÉCNICO DE NATACIÓN EN AGUAS ABIERTAS (TOWSC)

Para los Campeonatos Mundiales, Juegos Olímpicos y Campeonatos Mundiales Juniors, la asignación de tareas para el TOWSC requerirá la participación de todos los miembros del Comité en la preparación y realización de la competición. En particular:

- **INSCRIPCIONES** Para revisar todas las solicitudes y las listas de salida
- **OFICIALES** Para comprobar que todos los oficiales están contabilizados
- **PROTOCOLO** Para ayudar y asegurar que se cumpla el protocolo apropiado
- **MEDIOS DE COMUNICACIÓN** Prestar asistencia a la Comisión de Medios de Comunicación de la FINA y al encargado nacional nombrado en asuntos relacionados con la FINA.
- **RESULTADOS** Revisar y aprobar la lista de resultados ratificados
- **MÉDICO** Recibir el informe del oficial médico sobre los exámenes médicos previos al evento y, en colaboración con el Comité de Medicina Deportiva de la FINA, revisar el Plan de Acción Médica y los acuerdos de pruebas de drogas, y su aplicación.
- **SEGURIDAD** Recibir el informe del oficial de seguridad y revisar el Plan de Seguridad para asegurarse de que todas las medidas de seguridad están en su lugar para el evento.
- **COMPETICIÓN** Para supervisar todos los demás preparativos

En el caso de otros eventos de natación en aguas abiertas de la FINA, estas responsabilidades las asumen los delegados de la FINA designados para el evento en cuestión.

#### Responsabilidades del representante de Medicina Deportiva de la FINA

Un representante del Comité de Medicina Deportiva de la FINA también tendrá responsabilidades en los eventos de natación en aguas abiertas de la FINA. Estas incluyen tanto la supervisión de las disposiciones médicas para garantizar la seguridad de los participantes como las responsabilidades de control del dopaje, de la siguiente manera:

- Revisar el plan médico - antes, durante y después de la competición, para establecer los tiempos de reacción
- Revisar la preparación y disponibilidad de los hospitales
- Examinar los riesgos inherentes del lugar de la competición para contar con la flora y la fauna autóctonas
- Revise todos los planes de evacuación
- Recibir y aprobar las pruebas de calidad del agua (dos antes del evento y una el día del evento)
- Participar en la Reunión Técnica, abordando los aspectos de seguridad y el control del dopaje
- Realizar tareas de control del dopaje - coordinación de la selección de los lugares de finalización de las pruebas en cooperación con la WADA (Agencia Mundial Antidopaje). Un agente o varios realiza las pruebas in situ, de forma aleatoria y supervisa el proceso de pruebas, además custodian las muestras hasta entregarlas a un laboratorio aprobado por la WADA. También tienen el deber de anotar cualquier tipo de irregularidad en las pruebas o durante el proceso
- Trabajar en coordinación con los oficiales médicos locales, los oficiales de seguridad y el delegado de seguridad de la FINA
- Participar en las recomendaciones para alterar el lugar o la longitud del recorrido sin comprometer la seguridad del atleta y tener toda la información sobre la calidad del agua y los planes médicos para cualquier cambio de lugar
- Revisión del recorrido por los riesgos médicos

#### LA CARRERA

La certificación de la duración de la carrera (preferentemente por GPS) y la idoneidad del agua debe ser proporcionada al TOWSC y al Oficial de Seguridad de Eventos.

Identificación del recorrido. El recorrido debe estar claramente marcado con marcadores (boyas/corcheras) de distancia, cuando sea práctico, cada 1km a lo largo del recorrido y todas las alteraciones/vueltas deben ser claramente marcadas y observadas por un Juez de Virajes. Un gráfico que muestre claramente el recorrido y todos los giros debe ser proporcionado a cada nadador y a cada Juez de Carrera. Para los eventos de 10 Km. o más, en los que se utilicen embarcaciones de seguridad con escolta, se colocará una marca distintiva para indicar, tanto en la zona de salida como en la de llegada, el punto en el que las embarcaciones de seguridad con escolta pueden unirse o deben dejar a sus nadadores.

Las siguientes instalaciones/equipos se proporcionarán además de los que se dan para las zonas de salida y llegada:

- Barcos adecuados para que el Árbitro Jefe y los Árbitros sean utilizados y dirigidos totalmente a discreción del Árbitro
- Transporte para llevar a todos los Jueces de Virajes a sus posiciones asignadas y para recuperarlos inmediatamente después de que el último nadador haya pasado, o cuando el Árbitro declare el evento terminado
- Un barco adecuado para permitir a la Comisión TOWSC y a los VIPs ver la competición
- Barcos de seguridad según sea necesario, teniendo en cuenta el recorrido
- Para eventos con un recorrido de más de 10 km, donde se utilizan embarcaciones de seguridad de escolta, sería adecuado un barco de escolta para cada nadador. El barco debe tener la capacidad suficiente para llevar la tripulación mínima requerida para trabajar el barco de manera eficiente, además del Juez de Carreras y el Representante del Nadador.
- Un barco líder que mantendrá una posición aproximadamente 50 metros por delante del nadador líder
- Puntos de desembarco a lo largo del recorrido en los que los nadadores retirados pueden desembarcar y ser evacuados
- Puntos a lo largo del recorrido en los que los pacientes pueden recibir tratamiento inmediato
- Barcos de repuesto capaces de sustituir a los que están en servicio en caso de fallo mecánico u otra fuerza mayor, en particular los barcos de escolta
- Un barco de suministro capaz de proporcionar comida y refrescos a todos los ocupantes del barco durante la carrera
- El dispositivo de señalización de la línea de salida debe ser seguro y estar en buen estado de funcionamiento
- Cuando se utilice equipo oficial automático, debe ser instalado y mantenido según lo aprobado por el TOWSC, incluyendo:
  - Sistema de cronometraje automático, usando el touchpad al final, y tecnología de transpondedor de microchip.
  - Instalación de cámaras de video con múltiples ángulos de grabación y reproducción a cámara lenta/parada
- Salida audible y visual
- Sistema de megafonía
- Suministro de equipo de cronometraje manual de reserva
- El punto final que se comprobará que está bien fijado, seguro y en buen estado de funcionamiento
- Las posiciones de los jueces de virajes deben estar revisadas y aseguradas
- Los puntos de giro o alteración deben estar claramente marcados
- Sillas necesarias, ropa impermeable, chaleco salvavidas, equipo de comunicaciones y libros de registro que se entregarán a todos los oficiales apropiados
- Se dispondrá de contenedores adecuados para el equipo de los nadadores, su almacenamiento seguro y su transporte al punto de llegada

- El equipo que se distribuirá a todas las embarcaciones y personal de seguridad, incluyendo equipo de comunicaciones, equipo de primeros auxilios, material de toalla de repuesto y mantas

## FACILIDADES ANTES DEL INICIO DE LA CARRERA

Antes del día de la carrera se proporcionarán las siguientes facilidades:

- Sala de inspección médica
- Sala de reuniones informativas
- Sala de reuniones de oficiales
- Inspección de la travesía por parte de nadadores, oficiales de equipo y oficiales de carrera.

## ZONA DE INICIO DE LA CARRERA

En la zona de inicio se proporcionarán las siguientes facilidades:

- Vestuarios para los nadadores y sus representantes
- Vestuarios para oficiales
- Habitación o área cubierta/impermeable para engrasar/esperar el comienzo
- Contenedores para material de desecho
- Instalaciones de evaluación y tratamiento médico in situ
- Asientos
- Contenedores adecuados para el equipo de los nadadores que no va en un barco
- Almacenamiento y transporte seguro de los artículos arriba mencionados
- Instalaciones sanitarias y agua potable limpia
- Instalaciones para proporcionar agua caliente a los termos
- Bolígrafos y sellos impermeables para marcar a los nadadores con sus números.
- Un área adecuada para el calentamiento
- Área para la sesión informativa final de los oficiales de la carrera
- Área para la tripulación del barco y la sesión informativa de seguridad
- Personal y equipo de control de aglomeraciones adecuado para mantener el punto de entrada del agua despejado
- Acomodación del espectador con una vista clara del comienzo
- Asientos VIP con una vista despejada del comienzo
- El personal de la bandera del país anfitrión, la bandera de la Asociación de Anfitriones y la bandera de la FINA
- Despliegue de banderas nacionales para todas las naciones que compiten
- Sistema de megafonía y equipo de visualización de tiempos
- Sala de refrescos para los VIPs

## ZONA FINAL DE LA CARRERA

En la zona final se proporcionarán las siguientes facilidades:

- Un podio para premiar a los nadadores...
- Las banderas nacionales de todas las naciones que compiten

- La bandera del país anfitrión, la de la asociación anfitriona y la de la FINA
- Suficiente personal y equipo de control de multitudes
- Área de tratamiento médico
- Zona de entrevistas con los medios de comunicación
- Salas de pruebas de drogas
- Disposición de los asientos para los VIP y los funcionarios
- Tablero de información que da datos actuales de la carrera
- Instalaciones para los espectadores que dan una visión clara del final
- Instalaciones de aterrizaje para equipo personal
- Área de recuperación de los nadadores
- Suministro de equipo de nadadores que se había dejado en la zona de salida
- Duchas y vestuarios
- Sistema de megafonía y equipo de visualización de tiempos
- Suministro de bebidas y refrescos para nadadores, entrenadores y tripulaciones de barcos y oficiales de carreras.
- Suministro de refrescos para los funcionarios y las personalidades en el lugar
- Facilidades de publicación de resultados
- Transporte para llevar a los nadadores de vuelta al alojamiento

## COMUNICACIONES

### General y específico

A todos los nadadores y oficiales se les dará información precisa en forma verbal y escrita indicando claramente cualquier flujo de mareas/corrientes que afectará de alguna manera el curso durante los campeonatos. En las aguas de mar, se debe indicar el tiempo de cambio de marea y la velocidad del movimiento del agua.

Para los eventos de 10 km o más, en los que se utilizan embarcaciones de seguridad de escolta, el punto de recogida en el que las embarcaciones de escolta pueden ponerse al lado de sus nadadores y alejarse de la congestionada zona de salida debe estar claramente marcado, al igual que el punto designado, en la llegada, en el que las embarcaciones deben dejar al nadador.

El sistema de megafonía debe realizar una comprobación de la hora, según lo autorizado por el Jefe de Cronometradores, antes de la salida, para permitir a todos los oficiales y espectadores o personas interesadas sincronizar sus relojes.

Se establecerá un plan de comunicaciones. La red "primaria" incluirá al árbitro, al oficial de seguridad y al oficial médico, además de un miembro del comité de gestión en la zona de meta. Esta red se utilizará sólo para las comunicaciones de información urgente.

La red de "Trabajo Secundario" incluirá al personal de seguridad y a los oficiales de carrera secundarios y se utilizará como sistema principal de enlace entre todas las áreas de los campeonatos y las instalaciones de apoyo.

La red de "Trabajo Secundario" puede utilizarse para pasar posiciones actualizadas al Operador de la Junta de Información y Anuncios en el punto de llegada. Todas las comunicaciones se realizarán en inglés y en el idioma nacional o designado de la Federación anfitriona. Se recomienda encarecidamente utilizar un alfabeto fonético internacional. Ej. Alfa, Bravo, Charlie, etc.

A todos los interesados se les proporcionarán mapas detallados que muestren claramente el alojamiento, la sesión informativa, la inspección médica, el comienzo, el final y los lugares de presentación, junto con un calendario apropiado.

Se debe facilitar acceso a todos los servicios de prensa, incluido el acceso al teléfono, el fax, el correo electrónico y otros medios de comunicación, según sea necesario.

Se deben proporcionar los requisitos de los medios visuales para permitir que los equipos de cine o televisión tengan acceso a todas las etapas, según proceda.

Se proporcionarán instalaciones de impresión y fotocopias para poder elaborar una lista de resultados inmediatamente después de que se declaren clausurados el campeonato/carrera. A todos los nadadores y oficiales de equipo se les entregará una lista de resultados ratificada antes de la ceremonia de premiación.

## NOTAS EXPLICATIVAS PARA LOS OFICIALES DEL CAMPEONATO

Lo siguiente es para orientar a los oficiales del campeonato sobre la aplicación de las reglas del campeonato.

El TOWSC nombrará a los funcionarios de los Continentes y de la Federación anfitriona de acuerdo con BL 9.1:

"Los Comités Técnicos de la FINA propondrán a los Oficiales Técnicos (Jueces y Árbitros) para actuar en los Juegos Olímpicos o en los Campeonatos Mundiales a partir de las listas actuales de Oficiales de la FINA en la disciplina respectiva, para su aprobación por la oficina de la FINA o el Ejecutivo de la FINA".

Los oficiales serán asignados a funciones por el TOWSC para los campeonatos y los juegos olímpicos de la FINA, y por el árbitro jefe (con la aprobación del delegado de la FINA) para otros eventos de la FINA. Normalmente las asignaciones se hacen antes de la llegada al lugar de celebración de un campeonato, pero están sujetas a una mayor revisión y ajuste una vez que todos los oficiales hayan llegado.

### DEBERES DE LOS OFICIALES

Los deberes de los oficiales se explican en detalle anteriormente en esta guía.

Los oficiales deben ponerse en contacto con sus respectivos Jefes para asegurarse de que conocen las prácticas específicas que pueden haber sido adoptadas en conjunto con el Comité Organizador de una competición en particular para asegurar el buen funcionamiento y la presentación del Campeonato o la competición.

El Secretario del TOWSC o el Comité Organizador podrá proporcionar un programa de reuniones y tiempos de presentación de informes para las actividades del Campeonato, detalles para la recogida de los uniformes, etc.

Es una buena idea obtener los números de contacto locales de la Comisión TOWSC o del Delegado de la FINA para poder informarles si ocurre algo que pueda afectar a la participación una vez que haya llegado a la ciudad anfitriona de la competición.

### EL LOCUTOR DEBE:

- Dar la bienvenida a los nadadores y espectadores.
- Introducirlos a la natación en aguas abiertas.
- Presentar a los directores: Oficiales de la carrera, organizadores, patrocinadores, oficiales electos, etc.
- Describir el recorrido, el evento, cuándo comenzar los demás eventos del día, las condiciones.
- Explicar las medidas de seguridad:
  - Recuento de personas
  - Remeros
  - Escoltas

- Socorristas
- Doctor
- Procedimientos de retiro
- Anunciar a los personajes destacados:
  - Nadadores olímpicos
  - Recordistas mundiales, etc.
- Vigilar la zona de meta y anunciar lo que corresponda.
- Anunciar el progreso de la carrera y los resultados finales y notificar dónde están publicados.

## CONCLUSIÓN

El COMITÉ TÉCNICO DE NATACIÓN EN AGUAS ABIERTAS DE LA FINA cree que este Manual será de ayuda para los nadadores, entrenadores y otras personas que puedan estar involucradas en la natación en aguas abiertas. Esperamos que este recurso ayude a organizar y fomentar el desarrollo de las competiciones de natación en aguas abiertas en todo el mundo.

### RECONOCIMIENTOS

FINA Open Water Swimming Guidelines, 1995

FINA Long Distance and Marathon Swimming Manual 1999

FINA HANDBOOK 2009-2013 and ADDENDUM

British Swimming – Open Water Event and Safety Guidelines 2004

USA Swimming – Open Water Meet Managers’ Guide

Swimming Australia – Open Water Swimming Rules

Swimming New South Wales – Open Water Swimming Technical Officials Training Notes 2007

Sid Cassidy, FINA TOWSC 2005-2009, 2011-13, 2013-

Samuel Greetham, FINA TOWSC 2009-

Dr Paul Mark, Perth, Western Australia

Prof David Gerrard, FINA Sports Medicine Committee

<b>APENDICE 1      REGLAMENTOS DE SEGURIDAD EN COMPETICIONES FINA</b>
---

Tabla de contenidos

1. CONCEPTOS GENERALES
2. PRESENTACIÓN DE UN PLAN DE SEGURIDAD A LA FINA
3. APLICACIÓN DEL PLAN DE SEGURIDAD EN LA COMPETICIÓN
4. PLANES DE SEGURIDAD ESPECÍFICOS Y REQUISITO DE IMPLEMENTACIÓN DE SEGURIDAD DE LA CARRERA
5. EL NADADOR NO TERMINA LA CARRERA

## 1. CONCEPTOS GENERALES

1.1 El presente reglamento se aplicará a todas las pruebas en aguas abiertas de una distancia igual o superior a 5 km organizadas por la FINA, sancionadas por la FINA, o sobre las que la FINA tenga control técnico ("Competiciones cubiertas"). Este reglamento complementará las normas y reglamentos de la FINA sobre natación en aguas abiertas y aumentará y sustituirá, según proceda, los reglamentos existentes establecidos para eventos específicos (por ejemplo, el Grand Prix de Aguas Abiertas de la FINA y los reglamentos de la Copa Mundial de Natación de Maratón de 10 km de la FINA).

1.2 Los elementos críticos de estas regulaciones incluyen:

- Presentación de un plan de seguridad específico para el sitio que cumpla con estas regulaciones como parte del proceso de aprobación del evento;
- Aprobación de ese plan de seguridad por un representante de seguridad de la FINA TOWSC como condición para la aprobación del evento;
- Nombramiento de un Delegado de Seguridad de la FINA que sea independiente de la Federación Miembro Anfitriona y del Comité Organizador ("HMF/OC") para asegurar que el plan de seguridad aprobado y los requisitos de estas regulaciones se implementen el día de la carrera;
- Autoridad conferida a cualquiera de los Delegados de Seguridad de la FINA, al Oficial de Seguridad del HMF/OC, o al Árbitro Jefe para posponer, cancelar o modificar un evento cuando las condiciones de seguridad lo justifiquen;
- La contabilidad cuidadosa de todos los nadadores antes, durante y después de la prueba para asegurar que todos los nadadores que comienzan la prueba son contabilizados en el momento en que se retiran o terminan la prueba;
- Todos los nadadores deben ser observados durante la carrera para que haya un reconocimiento inmediato cuando un nadador esté luchando o pierda la conciencia;
- Debe haber un rescate inmediato disponible cuando un nadador está en peligro.
- Debe disponerse de resucitación inmediata para hacer frente a las emergencias médicas.

## 2. PRESENTACIÓN DE UN PLAN DE SEGURIDAD A LA FINA

2.1 Para todas las Competiciones Cubiertas, el HMF/OC de la competición deberá presentar un plan de seguridad específico para el sitio a la FINA para su aprobación. Ese plan de seguridad deberá cumplir con todos los requisitos de estas regulaciones.

2.2 Cada plan de seguridad será revisado por el representante de seguridad de la FINA TOWSC, quien aprobará, modificará o rechazará el plan de seguridad presentado.

2.3 Ninguna Competición Cubierta sujeta a estas regulaciones será sancionada o aprobada por la FINA sin un plan de seguridad aprobado.

2.4 Cualquier cambio en un plan de seguridad aprobado que se solicite hasta cinco días antes de la carrera debe ser aprobado por el representante de seguridad de la FINA TOWSC, según lo dispuesto en el artículo 2.2 anterior. Los cambios en un plan de seguridad aprobado que sean necesarios por circunstancias ajenas al control del HMF/OC solicitados dentro de los cinco días

de la carrera, o que sean necesarios para proteger la seguridad de los participantes, pueden ser aprobados por el Delegado de Seguridad de la FINA designado por la FINA para la carrera.

### 3. APLICACIÓN DEL PLAN DE SEGURIDAD EN LA COMPETICIÓN

3.1 Simultáneamente con la adjudicación de un evento, la FINA nombrará un Delegado de Seguridad de la FINA para cada Competición Cubierta. El Delegado de Seguridad de la FINA será independiente del HMF/OC. El Delegado de Seguridad de la FINA será generalmente responsable de todos los asuntos relacionados con la seguridad de los participantes de la competición y será específicamente responsable de asegurar que el plan de seguridad aprobado y estas regulaciones sean seguidas durante la competición.

3.2 El HMF/OC nombrará a un Oficial de Seguridad del HMF/OC con experiencia en seguridad en aguas abiertas y un Comité de Seguridad del HMF/OC responsable de organizar e implementar todos los aspectos de seguridad de la competición. El Comité de Seguridad del HMF/OC incluirá salvavidas locales certificados con experiencia en aguas abiertas que participarán en la seguridad durante la competición.

3.3 El Delegado de Seguridad de la FINA inspeccionará el lugar de la competición y se reunirá con el Delegado de Seguridad y el Comité de Seguridad del HMF/OC al menos tres días antes del inicio programado de la competición para asegurarse de que el plan de seguridad sigue siendo adecuado para abordar las condiciones del lugar de la competición y que se han tomado todas las medidas necesarias para implementar el plan de seguridad aprobado.

3.4 El Delegado de Seguridad de la FINA tendrá autoridad para modificar, posponer o cancelar la competición cuando el plan de seguridad aprobado no se esté implementando o cuando sea necesario para proteger la seguridad de los participantes. El Oficial de Seguridad del HMF/OC y el Árbitro Jefe de la carrera pueden asesorar al Delegado de Seguridad de la FINA sobre la modificación, el aplazamiento o la cancelación de la competición.

### 4. PLANES DE SEGURIDAD ESPECÍFICOS Y REQUISITO DE IMPLEMENTACIÓN DE SEGURIDAD DE LA CARRERA

Cada plan de seguridad exigido por estas normas deberá incluir los siguientes requisitos mínimos. La aplicación de estos requisitos es obligatoria para cada Concurso Cubierto.

#### 4.1 Reunión técnica

a) Los representantes de los atletas deben asistir a la Reunión Técnica. Si un nadador o su representante no puede asistir a la Reunión Técnica, el nadador debe asistir a una sesión informativa especial de seguridad para poder participar en la carrera.

b) Entre los temas de seguridad que se incluirán en la Reunión Técnica figuran:

- explicación de la disposición del recorrido y los peligros
- mareas, corrientes u otras condiciones de agua
- la vida marina
- condiciones climáticas
- la temperatura del agua

- condiciones de calidad del agua
  - descripción del método por el cual el Comité de Seguridad vigilará a los nadadores
  - ubicación de la embarcación de seguridad
  - descripción del apoyo médico in situ y disponibilidad de la atención hospitalaria
  - señal de ayuda - flotar en la espalda y levantar la mano para la asistencia
  - plan de evacuación para desalojar la carrera, incluyendo la descripción de las señales visuales y auditivas relacionadas
- c) Inmediatamente antes de la prueba se celebrará una breve sesión informativa de seguridad previa a la prueba, obligatoria para todos los nadadores.

#### 4.2 Seguimiento y rescate de los nadadores

- a) Cada nadador estará bajo la observación directa de al menos un miembro o árbitro del Comité de Seguridad HMF/OC en todo momento durante la prueba. La configuración del recorrido determinará dónde se colocarán los observadores del Comité de Seguridad para observar a los nadadores. Por ejemplo, en un recorrido de competición abierto sin restricciones físicas, y dependiendo del tamaño del campo, es ideal tener una embarcación de escolta con un observador designado asignado para asegurarse de que cada nadador es vigilado. Sin embargo, en una competición realizada en una estrecha cuenca de remo, no sería práctico tener embarcaciones de escolta individuales en el campo de regatas, sino que los observadores del Comité de Seguridad del HMF/OC podrían seguir a los nadadores caminando por la orilla. En otras circunstancias, puede ser conveniente organizar a los observadores del Comité de Seguridad del HMF/OC por zonas.
- Siempre que sea posible, dada la disposición del recorrido de la carrera, las embarcaciones de observación del Comité de Seguridad del HMF/OC (barcos o kayaks) deben garantizar que todos los nadadores separados del grupo de cabeza o del nadador líder puedan ser seguidos directamente por un barco o kayak de seguridad. La embarcación de seguridad debe seguir al nadador o al grupo de nadadores a una distancia razonable para permitir la intervención inmediata si se requiere una acción de seguridad.

#### 4.3 Comunicación de seguridad

- a) El Delegado de Seguridad de la FINA y el Oficial de Seguridad del HMF/OC deben tener acceso instantáneo a la comunicación en ambos sentidos con: el otro, todos los miembros del Comité de Seguridad del HMF/OC asignados a observar a los nadadores, todas las embarcaciones de seguridad, el personal de cada plataforma de alimentación, el Oficial Médico en Jefe del HMF/OC, el Árbitro en Jefe y otros oficiales del curso. La línea de mando será la siguiente: el Delegado de Seguridad de la FINA trata directamente con el oficial de Seguridad del HMF/OC y el Oficial de Seguridad del HMF/OC trata directamente y tendrá el poder absoluto de movilizar a todos los socorristas y personal médico cuando sea necesario.
- b) Los miembros del Comité de Seguridad asignados al control de los nadadores también deben poder comunicarse instantáneamente con todas las embarcaciones de seguridad.
- c) Se requieren radios bidireccionales u otro equipo de comunicación con un canal o número reservado para emergencias, y también se dispondrá de un sistema de reserva.

#### 4.4 Contabilización de los nadadores

- a) Cada nadador tendrá su número de carrera marcado claramente en su cuerpo. El Secretario de la carrera es responsable de la responsabilidad de todos los competidores desde el comienzo de la carrera hasta que el último competidor haya completado la carrera con seguridad. Cuando los nadadores se retiren o terminen la carrera, el Secretario de la carrera deberá marcar a cada nadador de la lista de nadadores que comenzaron la carrera.
- b) Ningún nadador saldrá de la prueba por retirada, descalificación, terminación o de cualquier otra forma, sin registrarse con el Secretario de la carrera.
- c) Todos los nadadores deberán llevar, cuando esté disponible, cualquier tecnología de rastreo electrónico que se requiera como parte del plan de seguridad aprobado.

#### 4.5 Puestos de alimentación

- a) Para Competiciones Cubiertas de más de cinco kilómetros, una estación de alimentación flotante o fija debe estar disponible al menos cada 2,5 kilómetros.

#### 4.6 Certificado de idoneidad local, incluyendo la calidad del agua

- a) El recorrido se hará en aguas que sólo estén sujetas a corrientes o mareas menores y que estén libres de obstáculos peligrosos, contaminantes y vida marina peligrosa.
- b) Las autoridades locales competentes en materia de salud y seguridad emitirán un certificado de idoneidad para el uso del lugar. En general, el certificado deberá referirse a la pureza del agua y a la seguridad física frente a otras consideraciones. El certificado proporcionado en relación con la aprobación del plan se actualizará dentro de las setenta y dos horas siguientes al día de la carrera.

#### 4.7 Temperatura del agua

- a) La temperatura del agua se medirá 2 horas antes del comienzo de la carrera y deberá ser de un mínimo de 16°C y un máximo de 31°C. La temperatura del agua será certificada por el Delegado de Seguridad de la FINA y el Oficial de Seguridad del HMF/OC según lo medido en el medio del recorrido, a una profundidad de 40 centímetros.
- b) La temperatura del agua se controlará como se ha indicado anteriormente a intervalos de una hora durante la prueba. Si la temperatura del agua desciende por debajo de 16°C o supera los 31°C en cualquiera de los intervalos de medición, la temperatura del agua se medirá de nuevo en 30 minutos y si esa medición también es inferior a 16°C o supera los 31°C, la prueba debe ser detenida.

#### 4.8 Servicio médico

- a) El HMF/OC nombrará como su Oficial Médico Jefe a un médico con experiencia en la prestación de atención médica durante los eventos de resistencia. Entre los demás miembros del equipo médico del HMF/OC habrá suficientes personas con formación médica de emergencia (apoyo vital básico y reanimación cardiopulmonar) para dotar de personal a las embarcaciones de seguridad estacionarias y a las instalaciones médicas del recinto.

- b) El centro médico in situ incluirá equipo básico de emergencia y trauma, DEA, y cualquier instalación de calefacción o refrigeración requerida por el plan de seguridad aprobado.
- c) Se dispondrá de una ambulancia en el lugar de los hechos o de guardia en un plazo de cinco minutos desde el lugar de los hechos. También se dispondrá de una ambulancia de reserva en el lugar de los hechos o de guardia dentro de los 15 minutos siguientes al lugar de los hechos.
- d) Cuando el tiempo de viaje en ambulancia entre el lugar de celebración y el hospital más cercano con instalaciones de sala de emergencia sea superior a una hora, el plan de seguridad exigirá que se prevea el transporte en helicóptero.

#### 4.9 Seguridad durante el entrenamiento. Calentamiento previo a la carrera y calentamiento posterior a la carrera

- a) El HMF/OC debe proporcionar un control de seguridad en el curso durante las horas de entrenamiento establecidas. No se permitirá a ningún nadador entrar en el curso de la carrera durante el entrenamiento sin una embarcación de escolta. La supervisión de los nadadores por parte de los observadores del Comité de Seguridad del HMF/OC también debe tener lugar durante los calentamientos previos a la carrera y los posteriores a la misma.

#### 4.10 Recorrido del plan de evacuación

- a) Cada plan de seguridad debe incluir un plan de evacuación del recorrido para sacar rápidamente del agua a todos los nadadores y al personal de carrera y ponerlos a salvo en situaciones de emergencia.

### 5. EL NADADOR NO TERMINA LA CARRERA

5.1 Ningún nadador recibirá puntos o dinero de premio por una prueba que no termine. Sin embargo, a pesar de cualquier otra regla en contrario, no se exigirá a un nadador que termine ninguna prueba en particular a la que se apliquen estas regulaciones (incluyendo aquellas que forman parte de la Copa del Mundo de Natación de Maratón de 10K de la FINA y de las series de Grand Prix) para recibir los puntos finales o el premio en metálico de las series.

<b>APENDICE 2      REGLAMENTOS FINA PARA MARATHON Y GRAND PRIX SERIES 2014-17</b>
---

**REGLAMENTO - COPA MUNDIAL DE NATACIÓN MARATÓN DE 10 KM DE FINA/HOSA 2015****1. CONCEPTO GENERAL Y REGLAS**

- La Oficina de la FINA aprueba la organización de las series de la Copa Mundial de Natación de Maratón de 10 km de la FINA/HOSA 2014-2017 ("Serie"). Las Series es una competición de nivel élite que se celebra anualmente.
- La FINA es propietaria de todos los derechos de las Series y sus Eventos, excepto cuando se conceden al HMF como se establece en el acuerdo de organización entre la FINA y el HMF.
- Las Series consistirá en un número determinado de competiciones ("Eventos"), organizados por los Comités Organizadores ("OC") bajo el reconocimiento de las Federaciones Nacionales Miembros de la FINA anfitrionas ("HMF") y celebrados a lo largo del año en fechas que serán aprobadas por la FINA.
- La HMF de cada evento celebrará un acuerdo de puesta en escena con la FINA para el período 2014-2017 inclusive.
- La HMF de cada evento cubrirá todos los gastos de organización del evento, incluyendo el lugar de la competición, la organización, el plan de seguridad, el personal y los oficiales, las instalaciones para la prensa, las emisiones de televisión, todos los servicios de secretaría y todos los demás gastos operativos incurridos en la organización del evento.
- Si una HMF se retira de la organización de los eventos en cualquier momento después de la firma del acuerdo de organización con la FINA, entonces la HMF pagará a la FINA una cuota de 10.000 dólares de EE.UU. por cada evento no organizado en el período 2014-2017, que se utilizará para el dinero del premio general. Todos los Eventos de la Serie se llevarán a cabo de acuerdo con las Reglas y Regulaciones de la FINA y el Manual de Natación en Aguas Abiertas de la FINA edición 2015.
- La Serie estará abierta a todas las Federaciones afiliadas a la FINA.
- El HMF/OC de cada evento organizará una o más carreras abiertas, con la participación abierta a cualquier participante. Todas las carreras abiertas se celebrarán antes de la Carrera de la Copa Mundial de Natación de Maratón de 10 km de la FINA/HOSA. Esas carreras abiertas servirán para alentar y aumentar la participación de las bases en la natación en aguas abiertas.

**2. OBLIGACIONES GENERALES DE HMF/OC**

El HMF/OC debe:

- Cumplir y llevar a cabo el Evento de acuerdo con la Constitución de la FINA y todas las Reglas y Regulaciones de la FINA, manuales ("Reglas de la FINA"), Regulaciones de Seguridad de la FINA (ver Anexo 1) y el Manual OWS de la FINA Edición 2013; las instrucciones e indicaciones del Delegado Técnico de la FINA y del Delegado de Seguridad de la FINA, incluyendo aquellas instrucciones relacionadas con la seguridad, alojamiento, transporte, acreditación, control de dopaje, instalaciones de competición, marketing,

televisión, medios de comunicación, médico, hospitalidad y protocolo y; presentar todos los arreglos para el Evento a la FINA a más tardar 4 meses antes del Evento para la aprobación de la FINA.

- Presentar el evento al nivel más alto posible y emprender una campaña de promoción para darlo a conocer al mayor número posible de personas a nivel local, regional y nacional con el país anfitrión.
- Hacer todo lo posible por asegurar que su Gobierno nacional ofrezca garantías de que respetará las normas de la FINA (incluidas las disposiciones relativas al libre acceso al país anfitrión del evento para todas las personas acreditadas sobre la base de un pasaporte (o equivalente) y presentar dicha garantía por escrito a la FINA.

### 3. REQUISITOS DEL LUGAR DE CELEBRACIÓN E INSTALACIONES TÉCNICAS

- 3.1 Recorrido: Todos los eventos de la serie deben ser para una distancia de carrera de 10 km. El recorrido puede ser de agua dulce (por ejemplo, lago, embalse, curso de remo, río), o de agua salada (mar). Todas las instalaciones de competición deberán cumplir las normas pertinentes de la FINA.
- 3.2 Calidad del agua: Por favor, consulte el Anexo 1, punto 4.6 Certificado de idoneidad local, incluida la calidad del agua: **REGLAMENTO DE SEGURIDAD DE AGUAS ABIERTAS FINA.**
- 3.3 Temperatura del agua: Por favor, consulte el Anexo 1, punto 4.7 Temperatura del agua: **NORMAS DE SEGURIDAD EN AGUAS ABIERTAS.**
- 3.4 Lugar de entrenamiento: el uso gratuito de una piscina adecuada y de un lugar de entrenamiento en aguas abiertas estará disponible durante cuatro (4) días antes del Evento. Por favor refiérase al Anexo 1, Punto 4.9 Seguridad durante el entrenamiento, calentamiento previo a la carrera y calentamiento posterior a la carrera: **REGLAMENTO DE SEGURIDAD DE AGUAS ABIERTAS DE LA FINA.**
- 3.5 Facilidades Además de los servicios que se prestan para las zonas de inicio y fin, se proporcionarán los siguientes servicios:
- una embarcación adecuada para cada árbitro de carrera que se utilizará y dirigirá totalmente a discreción del árbitro
  - transporte para llevar a todos los Jueces de Virajes a sus posiciones asignadas, los representantes de los nadadores a la/s plataforma/s de alimentación y para recogerlos inmediatamente después de que el último nadador haya pasado o cuando el Árbitro declare la carrera como terminada
  - un barco adecuado para permitir a los VIPs ver la competición
  - una o varias plataformas de alimentación adecuadas de acuerdo con el OWS 5.8. Dicha plataforma será de un tamaño suficiente para permitir que la zona funcione correctamente y con seguridad con el número requerido de Juez(es) de Carreras y Representantes de Nadadores presentes (Nota: cuando sea posible una plataforma de alimentación debe estar ubicada cerca de la zona de llegada)

- un embarcación líder que mantendrá una posición aproximadamente 100 metros por delante del nadador líder
- un barco de suministro para proporcionar comida y refrescos a todos los ocupantes del barco durante la carrera

La información básica sobre la carrera que se pone a disposición de todos en el Boletín de Información debe incluir:

- Cuando: DCAS - Calendario Detallado de Actividades de la Competición;
  - Dónde: ubicación, dirección y mapas;
  - Avituallamiento: zona(s) habilitada(s) con refrigerios y alimentos para los competidores antes de su llegada al evento;
  - Cuánto: cuota de participación ;
  - Información sobre salud y seguridad: condiciones locales especiales, temperatura del agua, condiciones del agua prevista (mareas, corrientes, medusas, etc.)
  - Formato: río, lago, canal de remo o nado en aguas abiertas, salidas de olas
  - Resultado: difusión, cuándo, dónde;
  - Justificación de responsabilidad (Descargo de responsabilidad): colocar un justificante de responsabilidad en el formulario de inscripción
- 3.6 Seguridad: Por favor, consulte el Anexo 1: REGLAMENTO DE SEGURIDAD DE AGUAS ABIERTAS DE LA FINA.
- 3.7 Espectadores: El lugar del evento debe ofrecer a los espectadores la mejor oportunidad posible de seguir la competición a lo largo de su recorrido.
- 3.8 Sistema de Video de Llegada: El HMF/OC deberá, de acuerdo con la Regla OWS7.2 de la FINA, proporcionar un sistema de video para grabar la llegada de la carrera con suficiente resolución y claridad a cámara lenta y, poner la grabación a disposición de los Oficiales Técnicos en el lugar del evento inmediatamente después de la carrera.
- 3.9 El HMF/OC, de acuerdo con las reglas OWS 7.2.1 y 7.2.2 de la FINA, proporcionará la tecnología de transpondedor del microchip y la tecnología de cronometraje del transpondedor del microchip que se registrarán oficialmente en décimas de segundo. Se utilizará la tecnología GPS, si está disponible.
- 3.10 Cronómetros: De acuerdo con el OWS 3.16, el HMF/OC se asegurará de que al menos tres (3) cronómetros de impresión sean proporcionados por el HMF/OC.
- 3.11 Facilidades para cronometrar la prueba y servicios: El HMF/OC es responsable de asegurar la prestación de los servicios de cronometraje y de resultados/información por parte de un Socio de Cronometraje que deberá ser aprobado por la FINA, si no es nombrado por la FINA.

El HMF/OC proveerá, a su propio costo, a cualquier Socio de Cronometraje de Serie/Evento las siguientes facilidades y servicios:

- Despacho de aduanas y tasas: ayuda al Socio del Cronometraje con respecto al despacho de aduanas, y será responsable de las tasas o impuestos que se le impongan al Socio del Cronometraje por la importación temporal de su equipo para el Evento.
  - Equipo/Espacio de almacenamiento: el espacio necesario (que puede cerrarse con llave) en el recinto para la instalación del equipo necesario en cumplimiento de los servicios del Socio de Cronometraje, así como cualquier espacio de almacenamiento necesario.
  - Transporte local de equipo: transporte local antes, durante y después del evento para el traslado de equipo hacia y desde varios sitios, así como toda la ayuda para la carga y descarga de los vehículos.
  - Conexiones: todas las conexiones y cableados necesarios según lo requerido por el Socio de Cronometraje, HB, medios de comunicación y otros, según se acuerde entre las partes.
  - Mobiliario: las mesas, sillas y similares necesarias para la instalación y el funcionamiento satisfactorio del equipo del Socio de Cronometraje en una sala de Control de Cronometraje con cerradura. El HMF/OC proporcionará al personal del Socio de Cronometraje una llave para su uso.
  - Energía eléctrica: la energía eléctrica necesaria (si es posible 220VAC, 16 AMP y 50 AMP) y tomas de corriente suficientes para proporcionar los servicios requeridos.
  - Condiciones de trabajo: Mantener las áreas de trabajo del Socio de Cronometraje a 20°C (+/- 2°C).
  - Coordinador del proyecto: nombrar a una persona de habla inglesa para que actúe como coordinador del proyecto y trabaje con el personal del Socio de Cronometraje antes y durante el evento.
  - Personal de seguridad: proporcionar un servicio de seguridad para garantizar que ninguna persona no autorizada tenga acceso a la televisión y al equipo de los Patrocinadores Técnicos. Se debe proporcionar seguridad las 24 horas del día en todos los lugares donde se instalen los equipos.
- 3.12 Facilidades para los medios de comunicación: El HMF/OC proporcionará instalaciones y procedimientos adecuados para los medios de comunicación para la prensa y los fotógrafos, de conformidad con la Guía de Medios de Comunicación de la FINA.
- 3.13 Requisitos del seguro: El HMF/OC deberá asegurar y mantener, a su propio costo, una adecuada póliza de Seguro de Responsabilidad Civil General con una compañía de seguros bien reconocida y financieramente segura que cubra los riesgos relacionados con la organización y realización del Evento. La póliza incluirá, pero no se limitará a las siguientes coberturas: Responsabilidad por lesiones corporales y daños a la propiedad de terceros.
- Lesiones personales y publicitarias
  - Responsabilidad legal del participante
  - Responsabilidad contractual
  - Productos y operaciones completadas
  - Responsabilidad legal del inquilino
  - Seguro de automóviles no propios

El valor asegurado no debe ser inferior a 500.000 dólares (o su equivalente en moneda local).

La FINA tiene el derecho de aprobar dicho seguro, la compañía de seguros y tiene que aparecer como asegurado adicional nombrado en la póliza correspondiente.

**IMPORTANTE:** El HMF/OC debe proporcionar un Certificado de Seguro dos semanas antes del inicio del evento.

- 3.14 Sala VIP: El HMF/OC proporcionará una sala VIP completamente amueblada, decorada y abastecida en la Sede, para sus propios invitados y los invitados de la FINA, los Equipos, Patrocinadores y otros invitados.
- 3.15 Carrera abierta: El HMF/OC organizará una o más carreras abiertas, con participación abierta a cualquier participante. Todas las carreras abiertas se celebrarán antes de las carreras de la Copa Mundial de Natación de Maratón de 10 km de la FINA/HOSA. Esas carreras abiertas servirán para varios fines, entre ellos, fomentar y aumentar la participación en la natación en aguas abiertas, proporcionar al OC una fuente de ingresos procedentes de las tasas de inscripción, brindar una oportunidad para que los oficiales y el equipo del evento sean probados antes de la carrera de la serie y, en general, facilitar un medio para aumentar el perfil de cada evento.

#### 4. PARTICIPACIÓN/ENTRADAS Y FORMATO DE COMPETICIÓN

- 4.1 Participación: Las inscripciones serán aceptadas sólo de las Federaciones Nacionales Miembros de la FINA que también deben inscribir un entrenador por cada respectivo nadador. Un entrenador sólo puede ser responsable de hasta dos nadadores. El papel del entrenador es representar al nadador en la Reunión Técnica, entrenar al nadador durante la práctica y, lo que es más importante, alimentar al nadador durante el evento. El Delegado Técnico de la FINA, junto con el Árbitro Jefe, aceptará las inscripciones y registrará sólo a los nadadores que estén acompañados por su respectivo entrenador que se encargue del reconocimiento de los nadadores durante la prueba. Un nadador sin un entrenador presente no podrá iniciar la carrera.

Es estándar para el registro:

- La justificación de responsabilidad (Descargo de responsabilidad) está firmada
- Compara el competidor con la lista de participantes para determinar los principiantes, etc;
- Emitir números de carrera;
- Comprobar que la información del competidor sea correcta;
- Comprobar la presencia del entrenador designado

- 4.2 Invitados: El HMF/OC debe enviar invitaciones a:

- Los primeros 5 hombres y las primeras 5 mujeres se clasificaron en las competiciones de 10 km en los Campeonatos Mundiales de la FINA del año anterior y, en su caso, en los Juegos Olímpicos del año anterior.

- Los primeros 5 hombres y las primeras 5 mujeres clasificados de la serie del año anterior.
- Al menos un hombre y una mujer de cada una de las HMF de la Serie.

Cada Federación Nacional que haya inscrito a uno o más nadadores en un Evento debe tener también al menos un representante (por ejemplo, el jefe de equipo, el entrenador) presente.

- 4.3 Formularios de inscripción: El HMF/OC sólo utilizará el formulario de inscripción estándar en su boletín de información, tal como lo proporciona la Oficina de la FINA.
- 4.4 Boletín de información: La HMF/OC publicará un boletín informativo (incluyendo formularios de inscripción, información oficial sobre hoteles y transporte, información sobre el lugar y el recorrido, distribución de premios en dinero, etc.) a todas las federaciones miembros de la FINA y a la FINA al menos 3 meses antes de la carrera.
- 4.5 Retirada del nadador: Si cualquier nadador inscrito por su federación nacional se retira posteriormente, es retirado o no participa en la prueba en cualquier momento durante los 14 días anteriores a la misma sin razones extraordinarias o sin proporcionar a la FINA las pruebas necesarias por escrito, entonces la federación nacional en cuestión pagará una tasa de penalización de 500 dólares de los EE.UU. al HMF/OC para cubrir los gastos ocasionados por la retirada tardía del nadador.
- 4.6 Reunión técnica (Reunión de gerentes/representantes): El HMF/OC organizará una Reunión Técnica (Reunión de Gerentes/Representantes) el día anterior al primer día de competición del Evento, no más tarde de las 17:00. El Delegado Técnico de la FINA presidirá esta reunión. El orden del día será el siguiente:

#### Bienvenida e introducción

- Pasar lista de atletas
  - Requerimiento de nombrar un entrenador para cada nadador en el formulario disponible.
    - Que el entrenador se presente en el check-in de los atletas antes de la carrera.
    - Un entrenador puede ser responsable de hasta dos nadadores
    - Un nadador sin entrenador no podrá empezar la carrera.
  - Nombramiento de un entrenador para comprobar la temperatura del agua.
- Bañadores
  - Sólo se pueden usar trajes de baño de la lista aprobada por la FINA.
- Resumen del recorrido - esquema del recorrido por el HMF/OC
  - Explicación del recorrido.
  - Identificación de cualquier peligro en el recorrido.
  - Cuando los límites del recorrido están marcados por cuerdas y boyas, los nadadores deben permanecer dentro del recorrido durante la duración de la carrera, incluyendo el tramo final.
  - Aconsejar sobre los detalles del líder del barco/kayak si lo hay.

- Alimentación para las embarcaciones.
    - Los entrenadores deben seguir las instrucciones del oficial responsable de la gestión de la plataforma y cuando no alimenten a un nadador bajo su responsabilidad se les pide que se retiren del trayecto/recorrido. Consulte la regla OWS 6.3.2.
    - El acceso al Pontón de Alimentación estará restringido a los entrenadores aprobados como se indica en la lista.
  - Al final de la carrera los nadadores deben salir inmediatamente de la zona de meta para asegurar un acceso sin obstáculos a la meta para los nadadores que siguen llegando.
  - Procedimientos de seguridad: Por favor, consulte el Anexo 1, Punto 4.1 Reunión Técnica: REGLAMENTO DE SEGURIDAD EN AGUAS ABIERTAS.
  - Control de Dopaje
    - Ubicación de la estación de control de dopaje
    - Se harán arreglos para cualquier atleta que necesite tiempo para cumplir con sus obligaciones de dopaje
  - Cronología del día de la carrera - HMF/OC
  - Procedimiento de reclamación
    - Según la regla FINA GR9.2
    - La protesta debe ser presentada inicialmente al árbitro para su consideración
    - La tasa de protesta es de 100 francos suizos
    - El Jurado de Apelación es
      - Delegado Técnico de la FINA (Presidente) y Delegado de Seguridad de la FINA
      - Presidente del representante de la Federación de Natación organizadora
  - Preguntas
- 4.7 Programa de eventos: Cada evento comprenderá carreras separadas para hombres y mujeres, organizadas en un día.
- El Delegado Técnico de la FINA y el Delegado de Seguridad de la FINA decidirán el inicio de la carrera.
- Si las inscripciones no superan los 50 nadadores para hombres o mujeres habrá una salida para la carrera masculina y otra para la femenina.
- Para las carreras de más de 50 nadadores los Delegados de la FINA tendrán la discreción de dividir la salida de la carrera.
- El orden de salida de los nadadores se designará en base a la clasificación de la Copa Mundial de Natación de Maratón de 10 km de la FINA del año anterior. Los nadadores que no hayan participado anteriormente en este evento estarán en la última salida.
- 4.8 Sistema de puntos: En cada prueba, se otorgarán puntos a los nadadores dependiendo de su posición en la carrera. Los nadadores pueden acumular puntos en cada prueba en la que

participen y terminen, y el total de sus puntos contará para la clasificación final global de cada año.

- 4.9 Distribución de puntos: Los puntos otorgados para las carreras masculinas y femeninas en cada evento serán los siguientes:

Posición al finalizar la carrera	Puntos
1°	20
2°	18
3°	16
4°	14
5°	12
6°	10
7°	8
8°	6
9°	4
10°	3
Todos los demás	2

Los nadadores que no terminen la carrera o que sean descalificados recibirán cero (0) puntos.

Cualquier nadador que los Oficiales Técnicos tengan razones para creer que ha coludido y/o acordado terminar con un empate, estará sujeto a descalificación.

## 5. DELEGADOS, OFICIALES TÉCNICOS Y JUECES

- 5.1 Representantes de la FINA: Para cada evento, la FINA nombrará un Delegado Técnico, un Delegado Médico, un Delegado de Seguridad y/o un miembro del personal de la FINA. La FINA también podrá nombrar un Director Gerente de la Serie para que asista al Evento. La FINA cubrirá sus gastos de viaje hacia y desde los Eventos. Cada HMF será responsable de todos los gastos de alojamiento, comidas y transporte local de estos Representantes de la FINA como se establece en este documento.

- 5.2 Delegado técnico: El Delegado Técnico deberá

- Garantizar que se apliquen y respeten las normas y reglamentos de la FINA (Manual de Natación en Aguas Abiertas, edición 2013);
- Comprobar las inscripciones para asegurarse de que las federaciones las han aprobado;
- Reunirse con el HMF/OC al menos tres días antes del evento para asegurar que los arreglos están de acuerdo con las Reglas y Regulaciones, y las directrices del evento.
- Presidir la Reunión Técnica (Reunión de Gerentes/Representantes)
- Informar a los atletas de las reglas de la FINA que se aplicarán en caso de presentar una protesta (Regla GR9.2 de la FINA) y un jurado de apelación (Regla GR9.3 de la FINA).
- Comprobar la presencia de los nadadores y sus entrenadores.
- Asegurar que la información sobre el recorrido, la seguridad y el final se da de forma clara y suficiente.

- Asegurar que los árbitros, el oficial de seguridad, el delegado médico de la FINA, el oficial médico también están presentes.
- Presentar un informe escrito a la FINA dentro de las 24 horas siguientes a la finalización del Evento, que cubra la administración y la realización del evento, incluyendo los hoteles oficiales, las comidas y los comedores, el transporte, el lugar y las instalaciones de la competición, el protocolo, la comercialización, etc., de acuerdo con los contenidos especificados por la Comisión TOWSC;
- Asegurar que el HMF/OC envíe los resultados completos por fax (+41-21-312-66-10) y por correo electrónico (press@fina.org y web@fina.org) a la oficina de la FINA inmediatamente después de cada carrera del evento.
- Organizar 10 fotos que se enviarán al Departamento de Comunicación de la FINA (press@fina.org) con un pequeño texto publicable, inmediatamente después de la finalización del evento.

### 5.3 Delegado de seguridad: El Delegado de Seguridad debe:

- Presidir la reunión de seguridad.
- Reunirse con el HMF/OC al menos tres días antes del evento para asegurar que el plan de seguridad está de acuerdo con las Reglas y Regulaciones, y las directrices del evento.
- Asegurar que haya suficientes personas calificadas para seguir la carrera.
- Pedir más embarcaciones acuáticas (kayaks jet-ski, tabla de remo, etc.) si el recorrido es un circuito, en el que no se permiten demasiadas embarcaciones para seguir la carrera.
- Asegurar con el Oficial de Seguridad y el Delegado Médico de la FINA que las ambulancias y el personal médico estén listos cerca del recorrido.

### 5.4 Delegado médico: Los deberes del Delegado Médico incluyen:

- En colaboración con el Delegado de Seguridad de la FINA, el Delegado de la FINA TOWSC y el Oficial Médico local para proporcionar un lugar seguro y adecuado.
- El Delegado Médico de la FINA se pondrá en contacto con el Oficial Médico local y el Oficial de Seguridad de la FINA para confirmar que las condiciones son aceptables para llevar a cabo la competición, incluyendo factores de control como la flora y la fauna acuática, las corrientes, el tráfico de embarcaciones y la temperatura que pueden hacer que las condiciones sean peligrosas.
- El Delegado Médico de la FINA es responsable de la supervisión de todos los aspectos médicos de la competición, en colaboración con el Oficial Médico local. Esto incluye los estatutos y reglamentos de los eventos de la FINA, que especifican las responsabilidades médicas que deben ser observadas en la organización de los eventos de natación en aguas abiertas.
- Supervisión y aprobación del plan de evacuación de emergencia del Oficial Médico local, coordinación de la atención médica entre los sistemas de atención médica en tierra y en el agua para incluir el transporte de emergencia y la atención hospitalaria.
- Se dispone de un número adecuado de personal médico y que su posición en el recorrido de entrenamiento y carrera es apropiada.

- La supervisión de la calidad del agua resulta antes de la llegada al lugar de la competición, así como el día de la competición, según las normas de la Organización Mundial de la Salud (OMS).
  - Participación con el Delegado de Seguridad de la FINA en la medición de la temperatura del agua tomada el día del evento para asegurar el cumplimiento de las directrices de la FINA.
  - Presentación de los programas médicos y de control del dopaje en la Reunión Técnica de la FINA.
  - Colaborar con el evento y el oficial de control de dopaje local para establecer un adecuado protocolo antidopaje.
  - Puesto de Control de Dopaje de acuerdo con las normas de la FINA.
  - Participar en el sorteo al azar con el Oficial de Control de Dopaje local para la selección de los atletas que serán sometidos a prueba según el protocolo de la FINA.
  - Colaborar con el oficial de control de dopaje local en la orientación de los chaperones en el control de dopaje, así como en su colocación en una posición adecuada cerca de la línea de meta para facilitar la notificación
  - Presentar un informe detallado sobre todos los aspectos médicos del evento de la FINA, junto con cualquier recomendación para mejorar los programas de control médico y de dopaje en futuros eventos de la FINA.
- 5.5 **Árbitro:** El HMF/OC de cada Evento se asegurará que para cada carrera (hombres y mujeres), un Árbitro de una Lista de Oficiales de Natación en Aguas Abiertas de la FINA actual sea nombrado y esté presente en la carrera y en la reunión de representantes de los entrenadores.
- 5.6 **Oficiales técnicos:** El HMF nombrará/aprobará los Oficiales Técnicos para cada evento, y todos los demás oficiales, mariscales y otras personas necesarias serán reclutados y nombrados por el OC.
- 5.7 **Seminario de Oficiales Técnicos:** El HMF organizará un seminario de Oficiales de Natación de Aguas Abiertas con la participación de todos los oficiales designados, el día anterior a la carrera. Este seminario será dirigido por el Delegado Técnico de la FINA.
- 5.8 **Oficina de la FINA:** La HMF/OC proporcionará una oficina en el lugar de celebración o en el hotel oficial para uso de los Delegados de la FINA y los representantes de la FINA, con un ordenador, conexión a Internet, una fotocopiadora e impresora, y un número adecuado de sillas y escritorios.

## 6. CONTROL DE DOPAJE

- 6.1 Las medidas de control de dopaje en el Evento estarán organizadas e implementadas de acuerdo a las Reglas de la FINA, y supervisadas por el Delegado de Control de Dopaje de la FINA.

- 6.2 El HMF/OC designará un oficial médico/control de dopaje calificado y cooperará plenamente con el Delegado Médico de la FINA en la conducción de los controles de dopaje en el Evento de acuerdo con las Reglas de la FINA.
- 6.3 El HMF/OC cubrirá el costo de las medidas de control de dopaje, con un mínimo de 2 pruebas para hombres y 2 pruebas para mujeres, y el análisis se hará en el laboratorio reconocido por la AMA en el país anfitrión, o según lo acordado con la FINA.
- 6.4 El HMF/OC informará a la FINA, al menos 30 días antes del Evento, sobre el tipo de kit de control de dopaje que se utilizará. (ej, Berlinger, Versapak).
- 6.5 El HMF/OC proporcionará los chaperones para ayudar en la implementación de las medidas de control de dopaje.

## 7. SERVICIOS MÉDICOS

- 7.1 El HMF/OC proveerá los siguientes servicios médicos y de primeros auxilios:
- Nombrar un oficial médico/doctor calificado adecuado para el evento.
  - Servicio médico gratuito para todos los competidores y oficiales en el lugar del evento.
  - Información sobre las instalaciones de primeros auxilios en los hoteles oficiales.
  - Ambulancia en espera permanente en el lugar de la competición/entrenamiento.
  - Designación de un hospital local y suministro de información a los equipos sobre los médicos, farmacias, dentistas, etc. locales.
  - Instalaciones para servicios de masajes en el lugar del evento.
  - Sírvase consultar el Anexo 1, 4.8 Servicio médico: REGLAMENTO DE SEGURIDAD DE AGUAS ABIERTAS DE LA FINA.

## 8. DERECHOS DE MARKETING Y TELEVISIÓN

- 8.1 Derechos de comercialización internacional: La FINA retiene todos los derechos de explotación de los Derechos de Comercialización Internacional de la Serie, lo que significa lo siguiente:
- El título de OWS y la presentación de los derechos de asociación/patrocinio.
  - Todos los derechos de patrocinio y comercialización de la categoría de trajes de baño, ropa deportiva y accesorios de natación, que la FINA ha concedido a HOSA.
  - Todos los derechos de patrocinio y comercialización de la categoría de cronometraje e informática.

La FINA podrá, a su entera discreción, compartir todo o parte de cualquier beneficio neto obtenido de la explotación de los Derechos de Comercialización Internacional con las Series HMF's/OC's.

- 8.2 Derechos de comercialización nacionales: La FINA otorga a cada HMF/OC el derecho de explotar los Derechos de Comercialización Nacional de su respectivo Evento y de retener todos y cada uno de los beneficios así obtenidos. Los Derechos Nacionales de Comercialización incluyen el derecho a buscar y nombrar patrocinadores, vender publicidad

y otras oportunidades relacionadas con el Evento y a recibir otros beneficios y apoyo como se indica a continuación:

- Venta de derechos de patrocinio (excluyendo cualquier empresa en conflicto con los derechos de comercialización internacional vendidos por la FINA).
- Ayuda en forma de subvenciones u otro tipo de apoyo del gobierno nacional/regional/local y otras instituciones públicas.
- Las cuotas de inscripción de la carrera abierta.
- Hospitalidad en el evento.
- Entradas para eventos/admisiones.
- Venta de concesiones en el lugar del evento (regalos, comida y bebida, etc.)
- Donaciones.
- Venta de un programa de eventos y publicidad en cualquier programa de eventos
- Venta de artículos de merchandising con el nombre/logotipo del evento (excluyendo cualquier ropa que lleve el nombre/logo del evento).

8.3 Título del evento y logotipo: El HMF/OC sólo utilizará el título y el logotipo del evento de la serie determinado por la FINA en todas sus aplicaciones, y cumplirá con las directrices de la FINA para el uso de dicho título y logotipo. El HMF/OC presentará todos los materiales que lleven el título y el logo del evento de la serie a la FINA para su aprobación previa.

El HMF/OC deberá, a su propio costo, utilizar el título y el logo del evento de la serie en la decoración del lugar, incluyendo los telones de fondo y similares, y de acuerdo con las directrices de la FINA.

8.4 Emisión de TV: Cada HMF/OC deberá, a su propio costo y dentro de los 3 días del evento, proporcionar a la FINA un mínimo de 10 minutos de material televisivo ("Material televisivo") de las carreras del evento, incluyendo material que muestre una visión general del lugar/campo, los inicios de la carrera, la acción de la competencia, las terminaciones de la carrera, las ceremonias de premiación y las entrevistas con los ganadores. Esas imágenes de televisión serán de una calidad adecuada para su difusión por televisión y se proporcionarán en un formato de cinta que se acordará con la FINA con antelación.

El HMF/OC proporcionará los requisitos básicos para permitir a cualquier Emisora Anfitriona llevar a cabo su trabajo, incluyendo el espacio (para cámaras, plataformas de cámaras, estudios, etc.), el espacio del compuesto de TV, la energía, el estacionamiento, etc.

8.5 Derechos internacionales de televisión: La FINA retiene todos los derechos de explotación de la emisión de las imágenes de televisión en todos los países del mundo, excepto en el país anfitrión del evento ("Derechos Internacionales de Televisión").

La FINA podrá, a su entera discreción, compartir todo o parte de cualquier beneficio neto obtenido de la explotación de los Derechos Internacionales de Televisión con las Series HMF's/OC's.

## 9. MEDIOS DE COMUNICACIÓN Y SERVICIOS DE PRENSA

- 9.1 Oficial de prensa: El HMF/OC nombrará un Oficial de Prensa responsable de todas las operaciones de prensa y medios del Evento al menos 3 meses antes del mismo. El Oficial de Prensa deberá ser un periodista profesional, especialista y de habla inglesa. Las funciones del Oficial de Prensa son generar y distribuir información antes, durante y después del Evento, asegurar una cobertura de prensa óptima, organizar buenas condiciones de trabajo para los medios acreditados y preparar un informe final después del Evento.
- 9.2 Departamento de Comunicaciones de la FINA: El Departamento de Comunicaciones de la FINA es el punto de contacto de los oficiales de prensa del Evento para todos los asuntos relacionados con la planificación y preparación del Evento por parte de los medios de comunicación, la difusión de información y el establecimiento de las directrices relativas a las instalaciones de los medios de comunicación del Evento. El contacto entre los oficiales de prensa del evento y el Departamento de Comunicaciones de la FINA se realizará por correo electrónico ([press@fina.org](mailto:press@fina.org)). Las principales funciones del Departamento de Comunicaciones de la FINA son:
- a) Antes del evento:
- Para asegurar la correcta aplicación de las normas para la puesta en marcha de las instalaciones de prensa del Evento como se describe en la Guía de Medios de la FINA.
  - Para comprobar y aprobar los medios de comunicación acreditados para el evento.
  - Para proporcionar información histórica sobre los participantes en el Evento.
  - Distribuir a los medios de comunicación internacionales y publicar en el sitio web oficial de la FINA toda la información pertinente previa al evento que se haya recibido del oficial de prensa local.
- b) Durante el evento:
- Asegurar la distribución internacional y actualizar la página web oficial de la FINA con toda la información relevante de la competición - resultados, clasificaciones, comentarios, citas, información de las Federaciones Nacionales.
- c) Después del evento:
- Publicar el informe del evento y los resultados enviados por el oficial de prensa del evento en las publicaciones de la FINA y en el sitio web de la FINA
- 9.3 Kit de información para la prensa: El HMF/OC preparará una Carpeta de Información para la Prensa con información detallada del Evento y se distribuirá en las Conferencias de Prensa previas al Evento, así como a través del sitio web del Evento. La carpeta debe incluir:
- Presentación detallada de los participantes del evento (historia, actuaciones, biografías, etc.)
  - Fórmula de la competición
  - Calendario de la competición
  - Horario y lugar de las conferencias de prensa
  - Las instalaciones de entrenamiento de los nadadores
  - Nombre y datos de contacto del Oficial de Prensa del evento y del Departamento de Comunicaciones de la FINA

- Nombres de los árbitros, jueces y delegados de la FINA
- Lista de personalidades de la FINA y de la Serie

Se distribuirá la Carpeta de Información para la Prensa, así como el Programa Oficial y los Comunicados de Prensa diarios: Los representantes de la FINA en el sitio y el Departamento de Comunicaciones de la FINA, las Federaciones Nacionales participantes, las emisoras de televisión, los medios de comunicación acreditados, los patrocinadores, los invitados VIP, etc.

- 9.4 Conferencia de prensa: El HMF/OC organizará una Conferencia de Prensa previa al evento el día anterior al primer día de competición, y el HMF asegurará la participación de al menos 1 nadador y 1 entrenador de su equipo, así como invitará a nadadores/entrenadores de otros equipos participantes a asistir. Después de la competición, los atletas serán llevados a la sala de conferencias de prensa cuando se les solicite. Se deberá informar a todos los directores de equipo y/o a los oficiales de prensa nacionales de que se puede solicitar la presencia de sus respectivos atletas para una conferencia de prensa.
- 9.5 Acreditación: Sólo los periodistas y fotógrafos profesionales pueden ser acreditados. Para ser acreditados, los periodistas deben rellenar y devolver al OC un formulario de acreditación de medios de comunicación indicando su número de tarjeta de prensa nacional o de la AIPS. Los titulares de un carné de prensa de la FINA se acreditarán automáticamente.

## 10. VIAJES, VISADOS Y TRANSPORTE

- 10.1 Viajes internacionales: La FINA pagará los gastos de viaje internacional de los delegados de la FINA designados, incluidos, entre otros, el delegado técnico, el delegado de seguridad, el delegado médico o de control del dopaje y/o un miembro del personal de la FINA.
- 10.2 Visados: La HMF/OC hará los mejores esfuerzos con su gobierno en lo que respecta a los visados de entrada para todos los competidores del Evento y los oficiales de los equipos de cualquier Federación Nacional Miembro de la FINA, así como para los oficiales de la FINA y los medios de comunicación que asistan al Evento.
- 10.3 Transporte local: El HMF/OC deberá dar la bienvenida a todos los nadadores inscritos, oficiales de equipos y Delegados y Oficiales de la FINA en el aeropuerto/estación de tren más cercano a su llegada, y deberá proveer el transporte apropiado a los hoteles oficiales. La HMF también proveerá los arreglos de viaje de regreso y confirmará por adelantado las horas de salida de los hoteles oficiales al aeropuerto/estación de tren.

El HMF proporcionará transporte local gratuito entre los hoteles oficiales y los lugares de entrenamiento/competencia (sistema de transporte) a las siguientes personas durante la duración del evento y dos días antes de éste, además del día siguiente a la conclusión del evento:

- Funcionarios de la FINA: hasta 5 personas (con coche con chofer, si es necesario)
- Jueces y funcionarios

- Nadadores y oficiales del equipo

10.4 Transporte de equipo: El HMF/OC será responsable de los gastos de transporte de cualquier equipo que necesite cualquier Socio de Cronometraje de la FINA en el Evento, desde el punto de entrada en el País Anfitrión hasta el Recinto, y de su posterior devolución después del Evento.

## 11. ALOJAMIENTO Y COMIDAS

11.1 Nadadores y entrenadores: El HMF/OC proporcionará alojamiento en un hotel de 4 estrellas como mínimo con pensión completa (3 comidas diarias de cantidad y calidad adecuadas) durante un mínimo de 5 días por:

- Los primeros 5 hombres y las primeras 5 mujeres que se clasificaron en las competiciones de 10 km en los Campeonatos Mundiales de Natación en Aguas Abiertas de la FINA del año anterior y, si procede, en los Juegos Olímpicos del año anterior.
- Los primeros 5 hombres y las primeras 5 mujeres clasificados de la serie del año anterior.
- Al menos un nadador y una nadadora de cada una de las HMF de la Serie.
- Hasta 20 nadadores adicionales masculinos y femeninos. En este número se incluirá un mínimo de 1 nadador por Federación y 1 representante designado por cada federación participante (total 40 personas: 20 nadadores/as y 20 representantes).
- En caso de que se organicen 2 o más eventos consecutivos en un período de 5 días, las respectivas HMF/OC colaborarán y proporcionarán alojamiento continuo a los nadadores y oficiales inscritos en los respectivos eventos.

11.2 Representantes de la FINA: El HMF/OC proporcionará alojamiento en un hotel de 4 estrellas como mínimo con pensión completa (3 comidas diarias de cantidad y calidad adecuadas) a 5 personas designadas por la FINA durante 5 días, incluidos los Delegados Técnicos y Médicos de la FINA, cualquier Director Gerente de la Serie y el Oficial de Prensa de la FINA.

11.3 Socio cronológico: El HMF/OC proporcionará alojamiento en un hotel de 4 estrellas como mínimo con pensión completa (3 comidas diarias de cantidad y calidad adecuadas) para 3 personas de cualquier Socio Temporal durante 5 días.

11.4 Cena de clausura: Se ofrecerá una cena de clausura gratuita a todos los participantes.

## 12. DINERO DEL PREMIO

12.1 Cada evento: Cada OC pagará 20.000 dólares en premios en el Evento, distribuidos equitativamente entre hombres y mujeres, de la siguiente manera:

1 <sup>st</sup>	US\$2'500
2 <sup>nd</sup>	US\$2'000
3 <sup>rd</sup>	US\$1'500
4 <sup>th</sup>	US\$1'200
5 <sup>th</sup>	US\$1'000
6 <sup>th</sup>	US\$800
7 <sup>th</sup>	US\$600
8 <sup>th</sup>	US\$400

- El método de distribución del dinero del premio se anunciará a los nadadores en cada evento durante la reunión de gerentes/representantes.
- La cantidad total del dinero del premio debe ser pagada a los nadadores sin ninguna deducción.
- En caso de que haya menos de 8 finalistas dentro de un género para la carrera, entonces todo el dinero del premio será redistribuido entre los finalistas.
- La Federación Nacional de todos los nadadores que ganen el premio en dinero informará a la HMF si el premio en dinero se pagará a la Federación Nacional o directamente al atleta.

12.2 Premios adicionales: El HMF/OC puede ofrecer premios adicionales y premios como considere oportuno. Cualquiera de estos premios y galardones deberá ser claramente identificado en la Reunión de Gerentes/Representantes a más tardar.

12.3 En general: Cada HMF/OC pagará una suma anual de 10.000 dólares de los EE.UU. a la FINA, a más tardar el 30 de noviembre de cada año anterior al evento, que se destinará al premio anual global. Se pagará una cantidad mínima de 180.000 dólares de los EE.UU. a los ganadores del premio global.

Los ganadores generales anuales serán decididos por los nadadores y nadadoras, respectivamente, que hayan acumulado más puntos en las pruebas de ese año, siempre que hayan participado en un mínimo del 70% de las pruebas de ese año, incluida la prueba final de la temporada.

El premio anual en dinero que se otorgará a los ganadores generales de las Series de Hombres y Mujeres es el siguiente:

1 <sup>st</sup>	US\$30'000
2 <sup>nd</sup>	US\$20'000
3 <sup>rd</sup>	US\$15'000
4 <sup>th</sup>	US\$12'000
5 <sup>th</sup>	US\$8'000
6 <sup>th</sup>	US\$5'000

12.4 Cancelación de eventos: En caso de que el número de pruebas sea inferior al mínimo especificado en la cláusula 12.3, los ganadores generales serán decididos por los nadadores y nadadoras respectivamente que hayan acumulado más puntos en el 70% de las pruebas realizadas, incluida la última prueba de la temporada.

12.5 Medallas y trofeos/ceremonias de premios: Las medallas/trofeos serán proporcionados por el HMF/OC. La entrega de todos los premios y medallas será prerrogativa exclusiva del Delegado Técnico de la FINA.

Las banderas nacionales de los tres (3) nadadores mejor colocados se ondearán en las ceremonias de entrega de premios.

12.6 Trofeos de los ganadores: La FINA, en colaboración con el HMF/OC, proveerá un trofeo a los ganadores generales masculinos y femeninos.

### 13. DEPÓSITO

13.1 Cada HMF/OC pagará el depósito acordado en el acuerdo de puesta en marcha en un plazo de 45 (cuarenta y cinco) días laborables a partir de la ejecución de este acuerdo de puesta en marcha.

### 14. ROPA PARA EVENTOS

14.1 La HMF será responsable de la provisión de ropa a los jueces, oficiales y delegados de la FINA, para que la usen durante el evento. Dicha ropa consistirá como mínimo en camisas polo, que serán blancas para todos los jueces y oficiales.

14.2 La HMF se asegurará de que toda la ropa obtenida y es proporcionada por la HMF a los participantes acreditados del OWS (incluidos los jueces, funcionarios, delegados de la FINA, voluntarios, etc.) lleve el logotipo del OWS, aplicado de acuerdo con las directrices de la FINA.

El HMF se asegurará de que dichos participantes de OWS no usen ninguna prenda de vestir que esté visiblemente marcada con el nombre o la marca registrada de cualquier competidor de HOSA, como patrocinador del título de OWS en la categoría de productos de ropa deportiva. El HMF se asegurará de que cualquier nombre o marca registrada ofensiva visible en dicha ropa, sea cubierta con cinta adhesiva.

14.3 La FINA procurará obtener ropa (incluidos polos, camisetas, pantalones y gorras) como valor en especie de HOSA, en su calidad de patrocinador del título de OWS en la categoría de productos de ropa deportiva; sin embargo, la HMF se hará cargo de los gastos de cualquier despacho de aduanas de esos productos de VIK, su transporte desde el puerto de llegada al país anfitrión hasta el Recinto Ferial, y de cualquier otro impuesto y gasto desde el puerto de llegada.

El HMF presentará sus necesidades razonables a la FINA por escrito y con antelación, según lo notificado por la FINA. El HMF será responsable de la recepción, almacenamiento y

distribución de cualquier ropa proporcionada por el HOSA, como patrocinador del título de OWS en la categoría de productos de ropa deportiva.

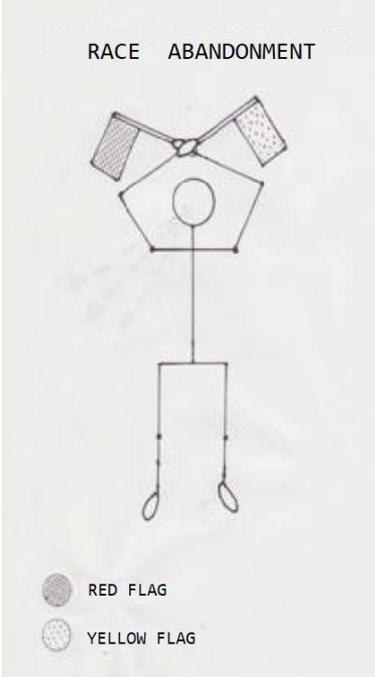
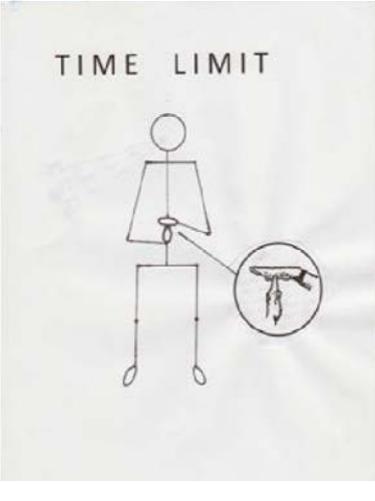
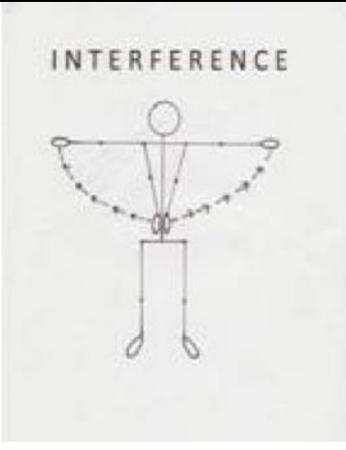
- 14.4 La HMF se asegurará de que toda la ropa proporcionada por HOSA, como patrocinador del título de OWS en la categoría de productos deportivos, sea usada en todo momento durante la competición por quienes la proporcionaron.
- 14.5 La HMF puede, a su propio costo, imprimir logotipos adicionales de sus patrocinadores de eventos en cualquier ropa proporcionada por HOSA, como patrocinador de título de OWS en la categoría de productos de ropa deportiva, sin embargo el diseño y el tamaño de cualquier impresión adicional estará sujeta a la aprobación previa de la FINA, y respetará las directrices de la FINA y las reglas de la FINA.
- 14.6 Los derechos de comercialización de todas las prendas de vestir y los trajes de baño están estrictamente reservados por la FINA y se otorgan exclusivamente a HOSA como patrocinador del título de OWS en la categoría de productos de ropa deportiva y trajes de baño. El HMF no producirá ningún artículo de ropa para su venta sin el permiso explícito previo de la FINA.

## 15. OBJETIVOS DEL ORGANIZADOR

El contrato debe ser firmado y devuelto a la oficina de la FINA. Pago de NF/OC a FINA del depósito acordado en el contrato en un plazo de cuarenta y cinco (45) días hábiles a partir de la ejecución del contrato por parte de FINA	Según las instrucciones de la Oficina de la FINA
Pago de 10.000 USD Cuota de inscripción	30 de noviembre de cada año
Envíe el boletín de información, incluida la lista de distribución del dinero del premio, a la oficina de la FINA para su aprobación	Al menos 14 semanas antes de la carrera
Una vez aprobado el Boletín de Información, envíelo a todas las federaciones	Al menos 12 semanas antes de la carrera
Fecha de cierre de las inscripciones preliminares	6 semanas antes de la carrera
Notificación de aceptación para el evento	5 semanas antes de la competición
Notificar a la Oficina de la FINA qué tipo de kit de dopaje se utilizará	4 semanas antes de la competición
Notificación de los detalles del entrenador	4 semanas antes de la competición
Fecha de cierre de las inscripciones finales	2 semanas antes del evento
Certificado de seguro	2 semanas antes del evento
Envíe la lista de nadadores participantes a la oficina de la FINA	1 semana antes del evento
Envíe los resultados a la Oficina de la FINA	Inmediatamente después de la carrera
Envíe la bandera de la FINA a la oficina de la FINA	Después de la carrera

### APENDICE 3

### SEÑALES DEL ÁRBITRO

ACCIÓN	DESCRIPCIÓN
<p>RACE ABANDONMENT</p>  <p>RED FLAG</p> <p>YELLOW FLAG</p>	<p>ABANDONO DE LA CARRERA (SUSPENDIDA)</p> <p>Ráfagas cortas y continuas de silbato o conjuntos de 3 ráfagas cortas.</p>
<p>TIME LIMIT</p> 	<p>FUERA DEL LÍMITE DE TIEMPO</p> <p>Brazo derecho horizontal a 90 grados con el brazo izquierdo vertical para formar la forma de T.</p>
<p>INTERFERENCE</p> 	<p>INTERFERENCIA/SEPARACIÓN</p> <p>Primero, los brazos extendidos con las palmas hacia afuera, luego se mueven los brazos horizontalmente para separar el grupo de nadadores.</p> <p>1) Advertencia 1: Se advierte 3 pitados cortos con el silbato. 2) Advertencia 2: Se advierte 3 pitados cortos con el silbato y se muestran los dorsales (número) de los nadadores.</p>

**APENDICE 4 LISTA DE VERIFICACIÓN PARA LOS EVENTOS DE AGUAS ABIERTAS**



## OPEN WATER SAFETY CHECK SHEET

Venue: .....

Date: ...../...../..... Time: .....am /pm

Car park, boat ramp, any possible obstructions in and out:

.....  
 .....  
 .....

CONDITIONS	Ambient Temperature:	Water Temperature:
Time:		
Time:		
Time:		

Wind conditions: .....

Overall weather conditions: (to include expected/possible changes during event)

.....  
 .....  
 .....

Tidal conditions:                      High Tide:                      Low Tide:

Swell conditions expected: .....

Minimum water depth on course: .....

Course Bottom Material: .....

Jelly fish:	<u>Spotted</u> -	Y/N	N/A
	<u>Expected</u> -	Y/N	N/A
	<u>Products to treat available</u> -	Y/N	N/A



**Lifeguards:**

Club:	# Qualified	# Unqualified

**Radio Contact:**

Radios – number:                      Last charged:                      Last checked:

Frequency channels – number:                      Set at:

Emergency Channel:

Is radio contact available to Lifeguards, Coast Guard, Harbour Master etc. Y/N

**Radios issued to :**

Role	Who	Y/N	Channel
Chief Referee			
Referees			
Safety Officer			
Safety Staff			
Course officer			
Judges			
Medical Officer			
Others:			

Name of Emergency hospital : .....

Address: .....

location: appx. distance: appx. travel time:

Telephone number: .....

Are emergency services aware of event: Y/N - N/A

On site First Aid/Medical cover (or alternative arrangements):

.....  
.....  
.....

Emergency transport available: .....

Any possible delay points: e.g. rush hour (to include works entrance/exit points)  
schools/normal traffic situation/road works:

.....  
.....  
.....  
.....

Any alternative routes/medical venues in emergency:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

If private transport used is mobile phone available to driver: Y/N

Phone No: .....

Mobile telephone number(s) of:

Role	Names	Ph Number
Referee(s):		
Safety Officer:		
Safety staff:		
Course Officer:		
Medical Officer		
Driver/s:		
Other(s):		

Number of Competitors:

	Senior Male:	Senior Female:	Junior Male:	Junior Female:
Entered:				
Reported				
Exit Water				

Medical Cover:

Doctor(s): .....

First Aid Organisation(s): .....

Officials:

Chief Referee(s): .....

Referee(s): .....

Safety Officer: .....

Course Officer: .....

Judges: Race .....

Turn .....

Finish .....

Chief Timekeeper(s): .....

Timekeepers: .....

Clerk(s) of Course: .....

Recorder(s): .....

**Any other specific requirements or arrangements (to include anything pertaining to the public – carry forward to separate sheet if necessary but note on this form):**

**NOTE:**.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

EVENT CONSIDERED TO BE SAFE TO GO AHEAD (IF NO PROVIDE REASONS): Y/N

.....  
.....  
.....

Referee(s): .....

Safety Officer: .....

Course Officer: .....











6. Formulario para reportar una infracción/descalificación y protesta

Nombre del Evento:	Fecha del Evento ...../...../.....
--------------------	------------------------------------

**INFORME DE INFRACCIÓN**

EVENTO     5 Km                     10 Km                     25 Km                     Otro: .....Km

HOMBRE                     MUJERES                     EQUIPO

Hora	Descripción:
<input type="checkbox"/> Bandera Roja	Nº del Nadador ..... Nombre ..... FED.....
<input type="checkbox"/> Bandera Amarilla	
<input type="checkbox"/> Retirada	
Reglamento FINA aplicado	

Nombre del Oficial ..... Firma .....

Nombre del Árbitro ..... Firma .....

Federación avisada:
Nombre ..... Firma .....
Hora:



<b>GLOSARIO</b>
-----------------

FINA (Federation Internationale de Natation): Federación Internacional de Natación

OWS (Open Water Swimming): Natación en Aguas Abiertas o Aguas Abiertas

WADA (World Anti-Doping Agency): Agencia Mundial Antidopaje

TOWSC (Technical Open Water Swimming Committee): Comité Técnico de Natación en Aguas Abiertas

HMF (Host Member Federation): Federación Miembro Anfitriona

OC (Organizing Committee): Comité Organizador

AIPS (Association Internationale de la Presse Sportive): Asociación Internacional de la Prensa Deportiva

HOSA: Marca deportiva con sede y capital chino, sponsor principal de la FINA Marathon Swim World Series 2018.

Zona/Área de meta: Lugar habilitado para nadadores, oficiales y personal autorizado. Es donde el nadador finaliza su recorrido/carrera.

Zona/Área de salida: Lugar habilitado para nadadores, oficiales y personal autorizado. Es donde el nadador comienza su recorrido/carrera.

Grand Prix Series: Conjunto de competiciones de aguas abiertas organizadas por la FINA cuyas sedes están repartidas por el mundo (Etapas).

Wetsuit: Traje de baño hechos de material que proporciona aislamiento térmico. Estos bañadores para hombres y mujeres cubrirán completamente el torso, espalda, hombros y rodillas. No se extenderán más allá del cuello, las muñecas y los tobillos.

FRSA (FINA Requirements for Swimwear Approval): Requisitos de la FINA para la aprobación de los trajes de baño.