



# Sportsub

Revista de Actividades Subacuáticas Año I - N° 1 - Enero/Febrero 2003

## OCEAN MEN

La película sobre  
Umberto Pelizzari y  
Francisco "Pipin" Ferreras



[www.sportalsub.net](http://www.sportalsub.net) / [revista@sportalsub.net](mailto:revista@sportalsub.net)

## EDI TORI AL

Un nuevo Medio...

Una nueva etapa...

Hace poco mas de dos años, nació la idea de crear un lugar, un medio, un punto de encuentro para todas aquellas personas interesadas en el maravilloso mundo de las Actividades Subacuáticas, en donde pudieran encontrar información de interés y poder compartir con otras personas esta afición por todas esas actividades que se practican debajo de los espacios acuáticos.

Fue así, como después de unos cuantos meses, en Agosto de 2001 lanzamos el portal de Actividades Subacuáticas Sportalsub <http://www.sportalsub.net>, sitio Web que ha sido aceptado ampliamente por la gran cantidad de usuarios que día a día nos visitan a través de la Internet y que han encontrado en este medio electrónico el espacio ideal para enterarse de las últimas noticias y novedades sobre el mundo subacuático.

Ahora nos aventuramos en una nueva etapa, la edición de una revista, en formato digital, que sirve como complemento de todas esas informaciones que a lo largo de todo este tiempo hemos reseñado en nuestro portal de Internet.

Esperamos seguir contando con todo el apoyo que nos han brindado, recordando nuestro compromiso con ustedes, que siempre será llevarles la mejor información, con la mayor calidad y el profesionalismo que siempre nos ha caracterizado.



**Sportsub**  
**Revista Bimensual**  
**Año I / Número 1**  
**Enero-Febrero 2003**  
<http://www.sportalsub.net>  
<mailto:revista@sportalsub.net>

**Sportsub & Sportalsub C.A.**  
**Junta Directiva**

**Miguel A. Cedeño O.**  
<mailto:miguel@sportalsub.net>

**Ronald Laurens**  
<mailto:ronald@sportalsub.net>

**Néstor Aparcedo**  
<mailto:nestor@sportalsub.net>

**Colaboradores**

**Ruth Flores**  
<mailto:ruth@sportalsub.net>

**Manuel Fajardo**  
<mailto:manuel@sportalsub.net>

**Juan Llantada**  
[mailto:llantada\\_jua@gva.es](mailto:llantada_jua@gva.es)

**Marcelo Mochetti**  
<mailto:mlmochetti@hotmail.com>

**PORTADA**  
**Umberto Pelizzari - Oceanmen**  
© H5B5-Oceanmen



# Revista **CONTENIDO**

## OCEANMEN

La película de Umberto Pelizzari y Pipín Ferreras

## Rugby Subacuático

¿Te atreverías a jugarlo? Técnicas y tácticas de Juego

## Péscales a Pulmón

Invitacional de Pesca Submarina "Copa Alejandro Jaramillo"

## Las Monoaletas

¿Qué son? ¿Para que sirven?

## Apnea

Historia de dos récords mundiales de Apnea

## Récords

Récords Mundiales en Apnea y Natación con Aletas

## Hockey Subacuático

Palos de Hockey Subacuático



Revista Sportsub es diseñada y desarrollada por: Miguel A. Cedeño O.

Diseño y Programación Web



Comercio Electrónico



Asesoría en Internet



y mucho más...

<http://mipagina.cantv.net/webmiguel>  
<mailto:webmiguel@cantv.net>



get Flash player

Shop

german

english

# OCEAN MEN



TV-Docu

LARGE FORMAT FILM

Explorer users other users

# Oceanmen

*Oceanmen es la fascinante historia de dos hombres cuya relación con el mar es única. Su objetivo es sumergirse en el océano, lo más profundo posible para llegar adonde nadie ha llegado antes, pero tan solo con una bocanada de aire.*

Por más de 10 años, los campeones mundiales en buceo libre, Pipín Ferreras y Umberto Pelizzari han competido por los récords mundiales. La marca de los 150 metros de profundidad ya ha sido superada, pero la ambición por llegar cada vez más profundo continúa. La pasión que los mueve es el deseo mutuo de superarse el uno al otro y la sensación de llevar sus límites físicos al extremo.

Oceanmen te lleva a sumergirte dentro del mundo de estos dos extraordinarios apneistas. Filmada en formato de video para salas de 180° (IMAX) y utilizando las más avanzadas técnicas y tecnología en el campo de la fotografía y video subacuático, así como una impecable banda sonora, música de fondo y extraordinarias tomas y gráficos en 3-D, esta película logra introducir al espectador prácticamente en el cuerpo de cada uno de estos hombres, mostrándonos el mágico mundo del buceo libre o apnea.

La Apnea es la forma más primitiva de buceo conocida. La primera evidencia histórica que se tiene de esta actividad data de la Edad de Piedra. Actividades de subsistencia como la recolección de ostras y crustáceos marinos, así como la pesca submarina fueron predecesoras a la actividad de la apnea como deporte.

El padre del buceo en apnea, Jacques Mayol, nos presenta en esta historia a los dos principales protagonistas del buceo en apnea de la década de los 90's, el cubano Francisco "Pipín" Ferreras y el italiano Umberto Pelizzari.

La rivalidad entre estos dos extraordinarios deportistas comienza en 1990 cuando Umberto Pelizzari implanta un nuevo récord mundial en apnea, en la modalidad de Peso Constante, logrando una profundidad de -65 metros, superando en 3 metros la marca anterior, que estaba en poder de Pipín.

Durante toda una década Umberto y Pipín participaron en grandes duelos, donde cada uno iba superando al otro y aumentando las profundidades en cada record.

Desde ese entonces el deporte nunca fue el mismo y estas rivalidades han sido repetidas por las nuevas generaciones de apneistas.

La película nos muestra a estos dos hombres y su preparación física y mental para poder afrontar el reto de sumergirse a tales profundidades.

La Apnea es un deporte más mental que físico, opina Umberto Pelizzari, quien como parte de su entrenamiento practica el Yoga Pranayama, técnica aprendida en sus viajes a China.

En Oceanmen, podremos observar a Umberto practicando sus inmersiones en apnea, con las buceadoras AMA de Japón, mujeres que hacen del buceo en apnea su profesión, sumergiéndose día a día para buscar en el fondo del mar, ostras, crustáceos y otros animales marinos, que son el sustento diario para ellas y sus familias.

Por otra parte, seremos testigos del riguroso entrenamiento llevado a cabo por Pipín en Miami, preparándose para sus próximos intentos de récords mundiales. En el film, veremos a Pipín sumergiéndose con extraordinarias e inmensas ballenas jorobadas, tiburones de arrecife y grandes peces.

Filmada en los más hermosos parajes del mundo, Bahamas, Italia, Honduras, Miami, Oceanmen es una obra maestra de la cinematografía, que combina lo mejor de las nuevas tecnologías de filmación, como lo es el formato IMAX y la belleza e inmensidad del mundo submarino con tomas que te harán sentir verdaderamente sumergido dentro de ese maravilloso mundo de los "Hombres del Océano".



# Oceanmen

## Los Protagonistas

### Francisco "Pipín" Ferreras

Nació el 18 de Enero de 1962 en el pequeño Puerto Cubano de Matanzas, Pipín comenzó a practicar la pesca submarina a muy temprana edad, siendo apenas un niño y poco a poco fue descubriendo que los peces grandes se encontraban a mayores profundidades. Luego de años practicando la apnea, en 1987 Pipín establece su primer record mundial en la modalidad de apnea en Peso Constante, al descender una profundidad de -63 metros. El se mantuvo imbatible durante 3 años, mientras que Umberto Pelizzari se iniciaba en las competencias de Apnea. En 1994 Pipín se marcha de Cuba y fija su residencia en Miami, USA, en donde funda su propia compañía productora Pipín Productions y crea la organización de buceo libre IAFD, Asociación Internacional de Buceo Libre. En 1997, Pipín se casa con Audrey Mestre, una joven apneista francesa, quien siguiendo la carrera de su esposo pronto se convirtió en Campeona Mundial de Apnea en la modalidad de No-Limits. La carrera de Pipín Ferreras ha estado llena de altibajos, debido a los accidentes ocurridos en algunos de los intentos de récords avalados por su organización, siendo el último de ellos, el que le costó la vida a su esposa Audrey, quien el 12 de Octubre de 2002, en las aguas de la República Dominicana falleció intentando batir la marca mundial absoluta en la modalidad de No-Limits que estaba en poder de Pipín a -162 mts de profundidad.



### Umberto Pelizzari

Nació el 28 de Agosto de 1965 en Busto Arziz io, cerca de Milán en Italia. Cuando era niño, su madre lo llevó a clases de natación, desde ese entonces fue difícil apartar a Umberto del agua, desarrollando su infancia y adolescencia como un excelente nadador. Durante su servicio militar en Elba, Umberto descubre su amor por la apnea y se inicia en este deporte en 1984. En 1988, Pelizzari fija su primer record mundial en la modalidad de apnea estática cuando establece una marca de 5 minutos y 33 segundos. El 10 de Noviembre de 1990, supera el record de Pipín en la modalidad de Apnea en Peso Constante iniciando la rivalidad en las competencias de apnea entre estos dos deportistas. En Noviembre de 2001, Umberto fija su último record mundial, esta vez en la apnea en Peso Variable, cuando logra descender los -131 mts de profundidad. Este record fue avalado únicamente por la Federación Italiana de Pesca y Deportes Subacuáticos, ya que luego de la descalificación del equipo femenino de apnea, en el Campeonato Mundial de Apnea, Ibiza 2001, Italia se retira oficialmente de la AIDA (Asociación Internacional para el Desarrollo de la Apnea), que es la organización más importante de este deporte a nivel mundial. Actualmente, Pelizzari se dedica a dictar cursos para la formación de apneistas e instructores a través de la Apnea Academy, cuya sede se encuentra en Cerdeña, Italia.



Fotos y texto por: H5B5 Media Ag <http://www.h5b5.com>  
 Traducción por: Miguel A. Cedeño O. <mailto:miguel@sportalsub.net>  
 Página Web Oceanmen: <http://www.oceanmen.com>

# Mantente

# sportsub

## SECRET BOB W



# Entrenando



[www.sportalsub.net](http://www.sportalsub.net) / [revista@sportalsub.net](mailto:revista@sportalsub.net)

# Rugby Subacuático

Por: Manuel Fajardo  
<mailto:manuel@sportsub.net>

## Reseña Histórica.

Este deporte se inició a principio de los años 60's en la República Federal Alemana como recurso de algunos centros de buceo, quienes en búsqueda de mantenerse en forma en la época de invierno inventaron y desarrollaron este deporte. Actualmente el Rugby Subacuático se practica en un gran número de países y se llevan a cabo torneos nacionales e internacionales, incluyendo Campeonatos continentales y mundiales para Damas, Caballeros y equipos juveniles.

## Definición y Explicación.

El rugby subacuático es un deporte jugado por equipos. Lo desarrollan dos equipos de once jugadores cada uno, seis jugadores en el agua, y cinco en la banca de cambio, todos los jugadores están dotados con equipo básico de buceo (aletas, máscara y snorkel) y el juego se desarrolla principalmente bajo la superficie del agua en una piscina.

## Objetivo del Juego.

El objetivo del juego consiste en introducir un balón de flotabilidad negativa, en la portería del equipo contrario. Una portería se localiza en cada uno de los dos extremos del área de juego, sobre el fondo de la piscina.



## Área de Juego.

El área de juego tiene entre 12 y 18 metros de longitud y entre 8 y 12 metros de ancho; la profundidad de la piscina es entre 3,5 y 5 metros.

## El Balón.

Debe tener una circunferencia de 520 a 540 mm para el rugby subacuático masculino, y para el femenino debe ser de 490 a 510 mm. Los balones utilizados para rugby subacuático tienen un llenado especial para que sea posible el desempeño de esta actividad debajo del agua, el cual consiste en una mezcla de agua con una cantidad específica de sal. Al llenar el balón con esta mezcla el mismo tendrá flotabilidad negativa y alcanzará una velocidad de descenso de 1000 a 1250 mm por cada segundo.

## Arbitraje.

El juego posee dos árbitros o jueces, los cuales están apostados de la siguiente manera: El primer juez está ubicado en la superficie de la piscina, y el segundo juez está ubicado en el fondo de la piscina para visualizar de una mejor manera el desempeño del juego debajo del agua.

## Dotación Obligatoria de los Equipos.

-Los jugadores deben de utilizar equipo de buceo ligero: visor o careta, snorkel y aletas, estas últimas deben tener una medida máxima la cual es determinada antes de cada partido por los delegados de equipos).

-Los jugadores, deben de usar trajes de baño, y gorros numerados.

-Los juegos de trajes y gorros deben ser para un equipo, de color azul oscuro, y para el segundo equipo, debe ser de color blanco.

-Los capitanes informarán a los árbitros el número de gorro que van a usar, antes de dar inicio al juego, y deberán usar un brazalete en la parte superior de un brazo.

-El equipo que use gorros y trajes azul oscuro deberá usar muñequeras negras.

## Tiempo de juego.

El tiempo de juego estará compuesto por dos períodos de 15 minutos. La duración del partido será de 2 x 15 minutos de tiempo efectivo de juego. El reloj se detendrá cada vez que el juego sea interrumpido. El tiempo de descanso será de cinco (5) minutos y los equipos deberán cambiar de cancha. Si es necesario, el tiempo de juego podrá prolongarse para ejecutar un tiro penal. Un tiro penal deberá siempre cobrarse aunque haya expirado el tiempo de juego. En caso de empates se realizará un período adicional de quince minutos según el sistema de "muerte súbita". De proseguir el empate en un juego de Rugby Subacuático luego del tiempo extra, se procederá con el cobro de una tanda de tiros penales.



## Principales reglas en el Rugby Subacuático

- El balón nunca debe salir completamente del agua.
- No se puede atacar a ningún jugador si este no tiene el balón en su poder.
- Al atacar a otro jugador no se puede tocar el equipo ligero de buceo (visor, aletas y snorkel),
- No está permitido sujetar al contrario por el traje de baño, ya que esto es tomado como falta.
- Está prohibido patear o golpear intencionalmente e a un adversario, así como todo tipo de juego violento innecesario.
- El portero en la defensa de su portería nunca debe sujetarse de esta.
- Se considerará como falta, el mover o tumbar la portería.
- No pueden existir más de 6 jugadores dentro del agua.





### Inicio y Desarrollo del Juego

Al comienzo del juego y después del intermedio de mitad de partido, el balón se colocará en el fondo de la piscina en el centro del área de juego mientras que cada equipo se sitúa en su respectivo extremo tocando la pared al menos con una mano. Los relevos se sentarán en la banca de relevos. El árbitro de superficie iniciará el juego por medio de un sonido largo y continuo. En caso de una salida en falso al comienzo del juego o tras el intermedio, deberá interrumpirse el juego y reiniciar con los cronómetros en cero.

Después de anotar un gol ambos equipos deberán volver a sus extremos. Entonces, a la señal del árbitro de superficie, el equipo que haya recibido el gol atacará con el balón en su poder.

Todos los jugadores deberán tocar la pared de su portería con una mano antes de reincorporarse al juego. Al atacar inmediatamente después de haber recibido un gol en contra, el balón deberá llevarse de manera visible hasta que se encuentre con algún oponente. Hasta que eso ocurra, no deberá llevarse el balón detrás de la espalda, entre las piernas, etc. 'encontrarse' significa el momento en que un jugador del equipo contrario ataca al jugador que está en posesión del balón.

Si se interrumpe el juego sin que un árbitro haya pitado gol, tiro penal o tiro libre, el árbitro de superficie arrojará el balón al agua (balón compartido). Un balón compartido deberá ser arrojado por el árbitro de superficie al agua de tal forma que no otorgue ventajas a ningún equipo. Se prohibirá tocar el balón antes de que haya tocado la superficie del agua.

Cada equipo tendrá el derecho de solicitar un "time out" en cada partido. La duración de este "time out" será de un minuto

Existen diferentes tipos de cobros para las penalizaciones por faltas, dependiendo del tipo de falta realizada por el jugador del equipo agresor. De esta forma se tienen las siguientes penalizaciones.

Tiro Libre: Un jugador del equipo contrario recibirá el balón en la superficie del agua en el lugar donde ocurrió el incidente. El jugador que cobre el tiro libre no deberá cambiar de posición en el agua antes de pasar el balón. El jugador que cobre no podrá sumergirse antes de pasar el balón. El atacante deberá mantener una distancia mínima de 2 metros hasta que el balón esté en juego.

Suspensión: Cuando ocurra una falta grave, los árbitros podrán enviar a los jugadores que la hayan cometido a la banca de suspensiones por dos (2) minutos. El equipo contrario recibirá un tiro libre a su favor y no se permitirá el ingreso de ningún relevo al agua en reemplazo de un jugador enviado a la banca de suspensiones, hasta tanto no se cumplan los dos minutos de penalización contados en tiempo de juego efectivo.

Tiro Penal: El tiro penal será cobrado por un jugador de cada equipo frente a la portería del equipo que cometió la falta. El atacante dispondrá de 45 segundos para anotar gol. Cuando el defensor se sumerja deberá mantener la portería a su alcance todo el tiempo, no deberá alejarse de la portería intencionalmente. El tiro penal se dará por terminado cuando el atacante consiga anotar un gol, cuando el defensor de la portería consiga apoderarse del balón y lo sostenga por fuera de la superficie del agua o cuando transcurran 45 segundos sin anotación de gol.

Si en cualquier momento durante el juego los árbitros deciden que la infracción a una regla no afecta la ventaja del equipo en posesión del balón, el juego podrá continuar como si no hubiera ocurrido la infracción. Esto se denomina ley de la ventaja.



El Rugby Subacuático es un deporte poco conocido, pero sin lugar a dudas es un gran deporte, ya que una vez que es practicado por primera vez, no se puede dejar de jugar. Con el Rugby Subacuático usted es capaz de divertirse, liberar el stress, aprender tácticas de juego, trabajo en equipo y además de esto logrará obtener unas condiciones físicas envidiables.

Practicarlo con fines recreativos o competitivos es sumamente agradable y puede ser jugado por todo tipo de personas, jóvenes, adultos, hombres y mujeres; sin embargo para jugar al Rugby Subacuático se requiere tener valor, determinación, constancia y ganas de practicar un deporte que pocos conocen y pocos practican, pero que ofrece muchas satisfacciones.

Reúne a tu grupo de amigos, entra al agua y ¡atrévete a jugarlo!

Fuente: Reglamento Internacional CMAS de Rugby Subacuático  
[http://www.uv-sport.dk/cmas/Spanish\\_doc/Rules%20SP%20CMAS.doc](http://www.uv-sport.dk/cmas/Spanish_doc/Rules%20SP%20CMAS.doc)

Fotos: <http://www.uv-sport.dk/UVENG/NIVEAU/gallery.htm>

Página Web CMAS: <http://www.cmas2000.org>

# Tácticas y estrategias de juego en Rugby Subacuático



Existen principalmente dos maneras de colocar al equipo dentro del agua: formación defensiva y formación ofensiva (sin embargo pueden existir numerosas variantes, dependiendo del equipo). La estructura principal es la de dos delanteros, dos centrales y dos defensas (un portero y un guardaportero). Las tareas de los jugadores dependen de la fase de juego que se esté ejecutando. También es importante recordar que el Rugby Subacuático es un deporte practicado en 3 dimensiones, por lo tanto hay que tomar en cuenta que la ubicación de los equipos dentro del agua incluye los 3 planos, el largo, el ancho y la profundidad de la piscina. Aquí mencionamos algunas formas básicas del juego:

## **Defensa en labor defensiva:**

La responsabilidad principal de los jugadores defensivos es naturalmente impedir que la pelota entre en la portería. Si el atacante del equipo contrario que lleva la pelota viene por el fondo acercándose a la portería, el portero se sienta sobre la misma (usando los pies para defenderse del jugador contrario). El guardaportero se sitúa en frente de la portería, utilizando el fondo de la piscina y la cesta como cuña para su cuerpo y de esta forma ayuda al portero para que los atacantes no anoten. Es importante que estos jugadores posean buena capacidad física para mantenerse en el fondo durante el momento en que el equipo contrario se encuentre cerca de la portería, luego de finalizada la jugada, en caso de que el equipo recupere el balón o que el equipo contrario anote el gol, el jugador defensivo (portero o guardaportero) puede cambiar por un jugador de la banca, para que entre en labor ofensiva.

## **Central en labor defensiva:**

Uno de los centrales se queda en la superficie, recuperándose y preparándose para las siguientes inmersiones, mientras el otro se encarga de interceptar a los atacantes, antes de que lleguen al área de la portería. Las principales tácticas defensivas de los centrales son interceptar al atacante contrario por detrás para evitar el avance o mantener la posición defensiva cerca de otro jugador, evitando que sus compañeros le pasen el balón, si un contrario intenta pasarle el balón al jugador marcado, el central podría interceptar la pelota. Las características fundamentales de un jugador central deben ser: buena visión de juego, agilidad en el agua y rápida capacidad de recuperación física, para mantenerse subiendo y bajando constantemente.

## **Atacante en labor defensiva:**

Durante la defensa, el atacante actúa como un central, la tarea de los atacantes es principalmente intentar recuperar la pelota, para que el balón se mantenga siempre en el centro del área de juego y no se acerque a la portería. Es importante que estos dos jugadores se mantengan en intercambio, para que haya siempre uno en acción y uno en recuperación, en caso de que el equipo recupere el balón.

## **Atacante en labor ofensiva:**

El jugador delantero puede ocupar una posición libre en el ataque, ya que es importante que ayude a los otros jugadores, de manera que el balón pueda llegarle, por ello el delantero debe situarse en una buena posición para que los jugadores centrales le puedan pasar el balón. Uno de los delanteros debe situarse más adelantado, pero en posición adecuada para recibir el balón del otro atacante o de uno de los jugadores centrales. El jugador delantero o atacante debe poseer gran velocidad y rapidez en el agua, así como fuerza para enfrentarse a los jugadores defensivos al momento de aproximarse a la portería contraria. Es importante que los jugadores atacantes tengan una muy buena "comunicación" dentro del agua, de manera de que puedan pasarse el balón rápida y efectivamente entre ellos y así evitar que los defensores del equipo contrario pueda atacarlos o robarles el balón. Luego de anotar el gol, los atacantes pueden cambiarse con sus compañeros de la banca.

### **Central en labor ofensiva:**

La labor de los centrales es trasladar el balón desde la zona de defensa hacia los atacantes, es importante que estos jugadores posean gran visión de juego, tengan gran agilidad en el agua y puedan realizar pases efectivos, para que el contrario no intercepte el balón. Luego de que el balón es llevado hacia los atacantes, un central debe mantenerse proyectado al ataque, para ayudar a sus compañeros delanteros, mientras que el otro debe regresar a la parte de atrás para apoyar la labor defensiva.

### **Defensa en labor ofensiva:**

Se supone que una formación defensiva de cualquier equipo debe ser ofensiva y activa cuando su equipo está atacando. Un papel importante de la defensa es pasar el balón a los jugadores centrales en una buena posición. Esto requiere una visión global del juego. Esta apreciación global hace posible ver la posición de todos los jugadores del partido desde la parte de atrás, para poder pasar el balón al jugador con más espacio para avanzar.

### **Labor del equipo cuando se pierde el balón:**

Éste es uno de los momentos más críticos del juego y determinante para el buen funcionamiento táctico de cualquier equipo. El jugador que pierde el balón debe mantenerse abajo, para evitar que el contrario avance en un contragolpe rápido, mientras tanto, el jugador que se encuentra en la superficie se prepara para relevar a su compañero rápidamente y detener al jugador contrario. Es importante que la defensa no se acerque al jugador que viene en el ataque. El central debe evitar el avance del jugador y mantenerlo alejado del área de la meta sujetándolo con los brazos, esperando a que los delanteros, activos en el ataque, puedan volver para poder interceptar al jugador por detrás y que la defensa pueda recuperar o retomar la labor defensiva.

### **Labor del equipo cuando se recupera el balón:**

Cuando el equipo recupera el balón, generalmente en la zona defensiva o cerca a la portería, se debe tener muy en cuenta el tiempo efectivo de juego y la posición de los jugadores en el agua para no incurrir en errores, en muchas ocasiones el atacante que se encuentra en superficie puede realizar un contragolpe, sin embargo, es muy posible que la defensa del equipo contrario ya se encuentre recuperada, en estos casos el atacante debe esperar a que sus compañeros lo acompañen en el ataque. Este es el momento ideal para que los jugadores defensivos y uno de los dos centrarles del equipo que recupera balón cambien con los jugadores en el banco, esto debe realizarse de una manera rápida y coordinada para no descuidar la defensa en la zona de la portería.

**En próximas ediciones explicaremos y ahondaremos un poco más estas técnicas, con gráficos e imágenes ilustrativas.**

**Texto de la página Web del equipo de Rugby Subacuático de Noruega bsi-Boblen**

**<http://www.gfi.uib.no/~even/boblen/>**

**Traducción por: Miguel A. Cedeño O. <mailto:miguel@sportalsub.net>**



**Foto: <http://www.uv-sport.dk/UVENG/NIVEAU/gallery.htm>**

# Invitacional de Pesca Submarina "Copa Alejandro Jaramillo"

[pescaloapulmon.com.ve](http://pescaloapulmon.com.ve)



## 30 de Noviembre de 2002

**Dirección del Evento:**  
**Puerto Cruz • Edo. Vargas**  
**Hora 8:00 am**

### Inscripciones:

• Telf: (0212) 753.30.16 - 0412.818.36.54  
• Centro de Actividades subacuáticas UCV (Sector la piscina) • Scrosoppi Mar (Mares) 731.25.57 - 730.24.65 • Calvacora Sport (0212) 552.12.22 • Puerto Pesquero La Zorra 352.35.78

### Instructores de Pesca Submarina

**Rubén Rodríguez** (0212) 552.12.22  
**Martín D'Esteffano** (0414) 325.87.14  
**Alfonso Pochet** (0212) 793.08.83  
**José Martín (AIDA)** (0414) 2887246

[www.pescaloapulmon.com.ve](http://www.pescaloapulmon.com.ve)  
[pescaloapulmon@pescaloapulmon.com.ve](mailto:pescaloapulmon@pescaloapulmon.com.ve)

# PESCA SUBMARINA



## INVITACIONAL DE PESCA SUBMARINA. COPA ALEJANDRO JARAMILLO

Fue todo un éxito la organización y realización del Invitacional de pesca submarina "Copa Alejandro Jaramillo", donde se contó con competidores de diferentes partes de Venezuela, la participación de pescadores submarinos de Aruba y Francia y dos noveles pescadoras submarinas del género femenino. Las expectativas del Comité Organizador fueron superadas, con la asistencia de los 61 participantes, que se dieron cita en la bahía de Puerto Cruz en el Estado Vargas, Venezuela.

Luego de más de 9 años, Puerto Cruz fue nuevamente sede de una competencia de Pesca Submarina, esta vez para rendir un póstumo homenaje a un joven pescador que lamentablemente falleció el día antes de la última competencia (Válida Nacional) realizada en esta localidad el 19 de Marzo de 1994, es por ello que los organizadores del evento decidieron nombrar la competencia "COPA Alejandro Jaramillo", en memoria de este joven pescador.

El evento comenzó cuando la madre de Alejandro Jaramillo dirigió unas emotivas palabras a los presentes en el lugar de la competencia. Luego de esto, en lugar de pedir un minuto de silencio, los asistentes al evento rindieron una ovación y sus aplausos, en homenaje a la memoria de Alejandro Jaramillo.

Posteriormente, luego de las últimas indicaciones y observaciones del Juez Nacional y Director del Comité Deportivo de la Federación Venezolana de Actividades Subacuáticas, Amilcar Báez, se dio inicio a la entrega de los sacos y el sorteo de las embarcaciones (peñeros).

A las 11:00 am, en la ensenada de Paraulatos, Estado Aragua, se dio inicio a la competencia, la cual tuvo una duración de 5 horas, durante las cuales los 61 competidores se mantuvieron en el agua, aplicando sus técnicas y conocimientos en la pesca submarina, para lograr capturar el mayor número de piezas válidas para entrar en el puntaje de la competencia. Cabe destacar la gran receptividad por parte de los nuevos pescadores quienes asistieron al evento desde Valencia, Maracay, Punto Fijo, Caracas y del Litoral Varguense (Catia la Mar, Naiguatá, La Guaira y Puerto Cruz). La Zona de Pesca estuvo comprendida entre la punta de Puerto Maya y la punta de Tuja, ambas en el Estado Aragua. A las 4 de la tarde, finalizada la jornada de pesca, las embarcaciones regresaron a Puerto Cruz, para realizar el pesaje oficial.



Competidores de los Estados Carabobo y Flacón



Omar Correa, Pieza Record junto a Oscar Ruiz



Edwin Palacios, Omar Correa y Angel Iriarte, Ganadores



Las lindas chicas del Comité Organizador

# pescaloapulmon

<http://www.pescaloapulmon.com.ve>



**pescaloapulmon.com.ve**

En horas de la noche se realizó la premiación de los ganadores, donde se premió a los 12 primeros lugares, los puestos del 4 al 12 recibieron cursos de pesca submarina auspiciados por los instructores nacionales de Pesca Submarina: José Martín D´Estefano (CASA-UCV), José Martín (AIDA Venezuela), Ruben Rodríguez (Calvacora Sport) y Alfonso Pochet (Reto Aventura).

El primer lugar se lo llevó Omar Correa, de Playa la Zorra y el club Reto Aventura, quien además de ocupar el primer puesto, también se llevó la pieza récord con la captura de un Sábalo de 18 Kgs. El segundo puesto lo ocupó Edwin Palacios, de Catia la Mar y el tercer lugar Ángel Iriarte de Naiguatá.

Durante el acto de la premiación se realizó un pequeño reconocimiento a María Otamendy y Elizabeth Pazo, del club CASA-UCV, por ser las únicas competidoras del género femenino y también se hizo entrega de una placa de homenaje "In Memoriam" a Alejandro Jaramillo, por parte de Oscar Ruiz, Director de Pescaloapulmón y del Comité Organizador del evento a sus padres.

El Comité Organizador del evento fue integrado en su mayoría por miembros del Centro de Actividades Subacuáticas de la Universidad Central de Venezuela, club que prestó todo su apoyo y colaboración para la organización, logística y realización del evento.

Comité Organizador: Ruth Flores, Isabel López, Maria G. Orihuela, Jenny Morales, Marysabel Carmona, Carolina Barbosa, Natalia Escobar, Jorge Barbosa, José Ojeda (Junior), Martín D´Estefano, Amilcar Báez, Ronald Laurens, Miguel A. Cedeño O. y Oscar Ruiz Cubillán.

Agradecemos a todos los competidores y asistentes al evento, al igual que a los patrocinantes: Minalba, Maltin Polar, Xxone, Scrosoppi Mar, C.A., Carril 4 y Sportsub & Sportalsub.net, así como a las instituciones: CASA-UCV, IND, Deporte para todos y FVAS, ya que sin su apoyo y participación, este evento no hubiera sido posible.

Igualmente queremos enviar nuestro más sincero reconocimiento y agradecimiento a la Policía Metropolitana del Estado Vargas, a los habitantes de Puerto Cruz, su asociación de pescadores, asociación de vecinos, lancheros, dueñas de los quioscos de comida, así como a todas aquellas personas anónimas que de una u otra forma prestaron su colaboración desinteresada para la realización de esta competencia Invitacional.

Esperamos que en un futuro podamos contar con más eventos de este tipo, donde queda demostrado que en nuestro país si podemos realizar competencias de calidad, las cuales nos nutren de un profundo aprendizaje, tanto a quienes formamos parte de la organización, así como quienes participan en calidad de atletas, pues son eventos donde podemos compartir nuestras experiencias y en donde los lazos fraternos nos unen cada día mas.

Atentamente.  
Oscar Ruiz Cubillán.  
Director.

<http://www.pescaloapulmon.com.ve>  
0212-953-25-14/26-14  
Caracas- Venezuela  
0412-818-36-54



"Queridos Hijos..."

Se nos avisó que a esta competencia se le daría el nombre de "Alejandro Jaramillo" en memoria de quien como ustedes era un enamorado del mar y quien vivió la vida plenamente hasta el día que su Creador lo llamó desde el lugar donde disfrutaba estar... el Mar.

Es muy gratificante para nosotros, sus padres y en general, para todos aquellos que tuvimos la bendición de tenerlo cerca, el poder conversar por esta ocasión y nuestras palabras están cargadas de una profunda emotividad y amor por ustedes quienes nos recuerdan a Alito... disfruten cada día de sus preciosas vidas como si fuera el último, pero con la prudencia y sabiduría que da el vivir muchos años; no se arriesguen más de la cuenta, ser valientes y osados es poder controlar las ansias de arriesgar más y más; atene a la prudencia alrededor de su cuerpo y cuando bajen a ese maravilloso mundo creado por Dios como lo es el fondo del mar, sean respetuosos de sus limitaciones y por encima de todo no olviden darle gracias a Dios por poder tener la oportunidad de disfrutar de su creación. Hoy, damos gracias a Dios por todas sus bendiciones y el estar aquí con ustedes, como sabemos hubiese sido el deseo de Alejandro, la contamos como una más de ellas. Para terminar, simplemente gracias y que Dios los bendiga por siempre.



Amanda y Eleazar  
padres de  
Alejandro Jaramillo..."



RESULTADOS  
INVITACIONAL DE PESCA SUBMARINA. COPA ALEJANDRO JARAMILLO  
Puerto Cruz, Estado Vargas, Venezuela. 30 de Noviembre 2002

MASCULINO

LUGAR	NOMBRE	CIUDAD / CLUB	SACO #	PUNTAJE	
1	OMAR CORREA	LA ZORRA / RETO AV	10	65100	PIEZA RECORD: Sábalo (18 Kgs)
2	EDWIN PALACIOS	CATIA LA MAR	21	39150	
3	ANGEL IRIARTE	NAIGUATÁ	29	31150	
4	LEWIS ARIAS	LA ZORRA / RETO AV	9	30200	
5	ULISES MATAROZZI	ARUBA	4	26200	
6	JOSE E. GONZALEZ	CARACAS / CASA-UCV	39	22200	
7	FRANKLIN KRIST	VALENCIA / ANFIBIOS	55	19500	
8	JOSE RAFAEL MATA (PELEN)	PUERTO CRUZ	62	17600	
9	LUIS AUGUSTO FARIAS	CARACAS / CASA-UCV	38	17600	
10	JOSE MARTIN D'ESTEFANO	CARACAS / CASA-UCV	37	17100	
11	NELSON AZUAJE	CARACAS / CASA-UCV	50	16900	
12	ANTONIO JESUS LEON	CARACAS / CASA-UCV	42	16500	

Para observar los resultados completos, así como para más información sobre el evento visita la página web de la pesca submarina en Venezuela <http://www.pescaloapulmon.com.ve>

# Caracas **Hosting**



- ⌘ **Dominios** com .net .org  
Por solo Bs.: 20.000 anuales
- ⌘ **50mb de hosting**  
Por solo Bs.: 10.000 mensuales
- ⌘ **webdesign Corporativo**

Precios en Bolivares - Sin tarjetas de crédito

## Asociación Internacional para el Desarrollo de la Apnea. Capítulo Venezuela. AIDA Venezuela

Noticias: Actualizadas el 10/02/2003

- ⋮ Inicio >>
- ⋮ La AIDA >>
- ⋮ Competencias >>
- ⋮ Récor ds >>
- ⋮ Cursos >>
- ⋮ La Apnea >>
- ⋮ Reglamentos >>
- ⋮ Perfiles >>
- ⋮ Fotos >>
- ⋮ Enlaces >>
- ⋮ Suscríbete >>
- ⋮ Libro de Visitas >>
- ⋮ Contáctanos >>

**Web Miguel** 

### ¡ NUEVO ! Chequeos Nacionales de Apnea 2003 ¡ NUEVO !

AIDA VENEZUELA convoca a todos los apneistas del país a los dos chequeos para conformar las selecciones nacionales Masculino y Femenino del 2003.

#### **Chequeo en Piscina (Apnea Estática y Apnea Dinámica)**

Fecha: **Sábado 8 y Domingo 9 de Febrero de 2003. 8:00 am**

Lugar: **Complejo de Piscinas de la UCV. Caracas, Distrito Capital**

[Ver Resultados](#)

#### **Chequeo en Mar (Apnea Estática y Apnea Peso Constante)**

Fecha: **Sábado 8 y Domingo 9 de**

**Chequeos AIDA  
Venezuela 2003**

S  
P  
O  
R  
T  
A  
L  
S  
U  
B  
.  
N



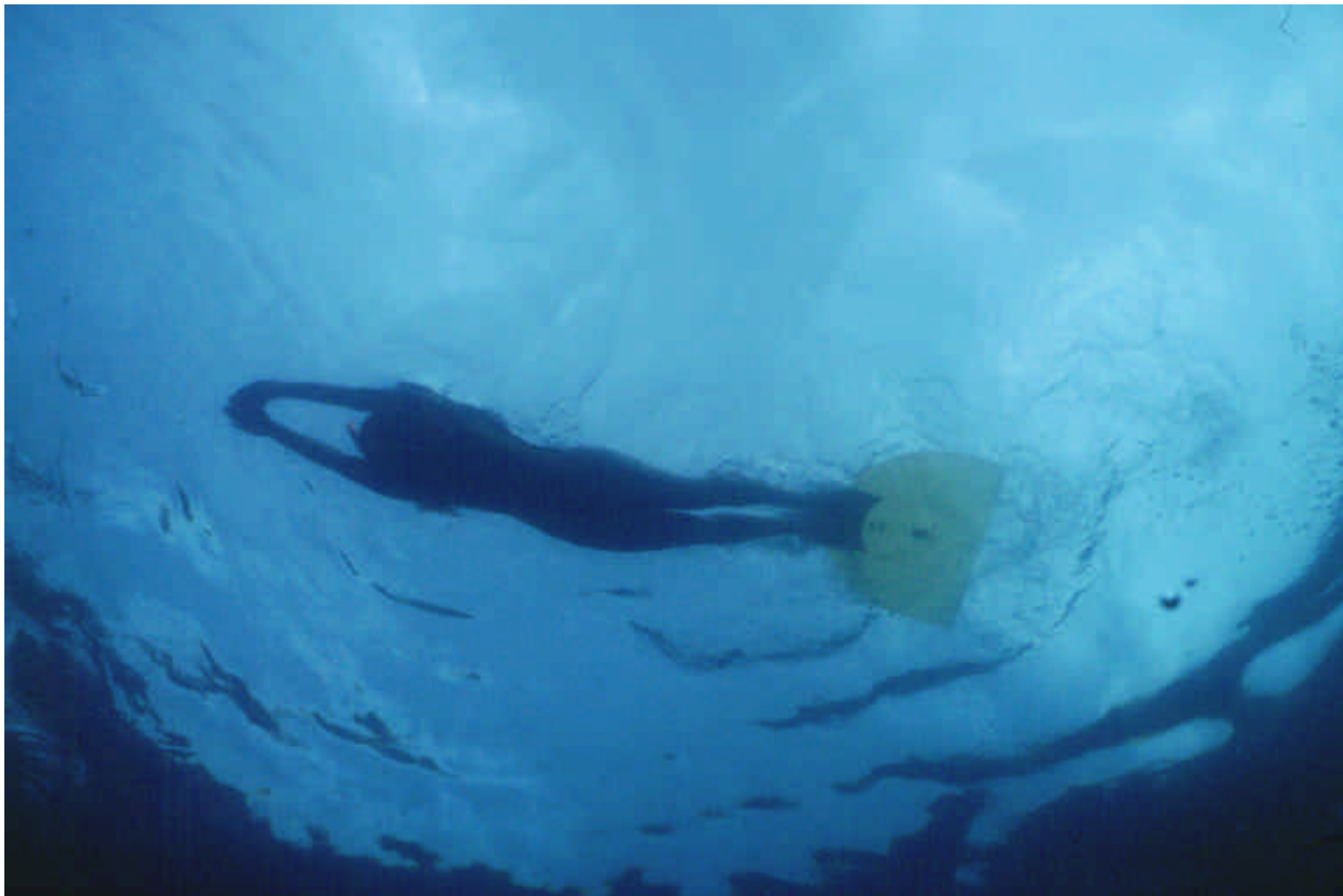


## LA MONOALETA

¿Está de moda la monoaleta? ¿Qué es? ¿Para que sirve? ¿Cómo se utiliza?

Por: Miguel A. Cedeño O.

<mailto:miguel@sportsub.net>



Hablar de monoaletas hasta hace algunos años sería algo completamente extraño y nuevo para muchas personas practicantes de submarinismo, natación u otras actividades acuáticas y subacuáticas, pero en los últimos años este implemento deportivo se ha popularizado mucho gracias a los buenos resultados obtenidos por quienes lo utilizan, principalmente en competencias de apnea y natación con aletas, tanto a nivel nacional como internacional. Sin embargo, para la mayoría de las personas, la monoaleta sigue siendo un instrumento nuevo, extraño y novedoso que llama mucho la atención en cualquier piscina o playa donde se utilice.

Una monoaleta, es básicamente una "chapaleta grande", donde se colocan los dos pies juntos, a diferencia de las tradicionales chapaletas o bialetas que se colocan en los dos pies por separado. La forma de una monoaleta, es similar a la cola de un delfín. El material más utilizado en las monoaletas es la fibra de vidrio, para la parte de la pala o cuerpo de la monoaleta y el caucho para la bota. Aunque existen diferentes marcas y modelos en el mercado realizaremos la explicación de la utilización de la monoaleta, tomando como ejemplo la marca de monoaletas Ucraniana WaterWay®.

La monoaleta, como lo hemos dicho anteriormente tiene diferentes usos, y se utiliza en diferentes deportes acuáticos y subacuáticos. Para realizar cualquier actividad con monoaleta, es necesario dominar el estilo de patada de delfín, que consiste en patear con las dos piernas simultáneamente, con un movimiento generado desde la zona media del cuerpo (abdomen y zona lumbar) que pasa por las caderas, las piernas y termina en los pies, en la mayoría de las actividades que incluyen la monoaleta, los brazos deben ir extendidos pasando alrededor de la cabeza para disminuir la resistencia del agua. Existen diferentes variantes de esta técnica dependiendo de la actividad que se vaya a realizar, a continuación realizaremos una breve explicación de la utilización de la monoaleta en los principales deportes y fases de los mismos, describiendo cual es el modelo de monoaleta que más se adapta a cada uno de ellos.

**Iniciación:** En la utilización de la monoaleta, al igual que con cualquier otro implemento deportivo es muy importante la parte de iniciación y adaptación, de manera de adquirir una buena técnica y estilo, necesarios para subir a siguientes fases del entrenamiento o especializarse en el resto de las actividades que implican el uso de monoaletas mas especializadas. Para esta fase de iniciación es recomendable la monoaleta WaterWay Dozo de dureza suave o intermedia, cuyas dimensiones son menores al Standard del resto de las monoaletas, de esta forma es mucho más fácil dominar el estilo de la patada de delfin. Para personas familiarizadas con el medio acuático también es recomendable la monoaleta WaterWay Modelo 3, de medidas un poco mayores a la WaterWay Dozo, pero igualmente fácil de manejar, la dureza de la misma puede ser suave o intermedia.

**Fitness:** La utilización de la monoaleta para realizar ejercicios de fitness y tonificación muscular no es muy común, sin embargo es un excelente método para ejercitar toda la parte inferior del cuerpo, ya que involucra la mayoría de los músculos de la zona media del cuerpo (abdomen, zona lumbar) y los grupos musculares de las piernas, glúteos y caderas, así como los hombros y la parte superior de los brazos, por lo que se convierte en un muy buen recurso para mejorar la figura y mantener los músculos en forma, sobre todo para aquellas mujeres jóvenes o adultas que buscan una alternativa para mantenerse saludables. Para esta actividad recomendamos la monoaleta WaterWay Dozo de dureza suave.

**Natación clásica:** La monoaleta ha sido un recurso utilizado en los últimos años por muchos entrenadores de natación convencional para mejorar la patada de sus alumnos en el estilo mariposa, en donde se usa la patada de delfin como impulso de las piernas, igualmente, esta patada es utilizada por nadadores espaldistas y libristas en la salida y en las vueltas. Para la natación clásica la monoaleta recomendada es la WaterWay Dozo y la dureza puede variar según la especialidad en la que compita el nadador, siendo la más común la monoaleta sprint para distancias cortas y la intermedia y suave para distancias más largas.

**Apnea Dinámica:** La apnea dinámica es la modalidad deportiva que consiste en avanzar la mayor cantidad de metros posible sin salir a la superficie del agua para respirar, esto se realiza en piscina o en mar. El récord mundial en esta modalidad es de 183 metros (casi 4 veces la distancia de una piscina olimpica) y de 153 metros en mar. Para estas pruebas es recomendable una Monoaleta WaterWay Modelo 2 si se es un atleta intermedio o Modelo 1 para atletas de alto nivel, la dureza para ambos casos debe ser Intermedia.

**Apnea de Profundidad, modalidad peso constante:** La apnea de profundidad en Apnea Peso Constante consiste en descender la mayor cantidad de metros posible, únicamente con el aire contenido en los pulmones, descendiendo y regresando a la superficie con el mismo peso con el que se bajó. El Récord mundial en esta modalidad está en poder del Apneista Venezolano Carlos Coste, con una marca de -90 metros de profundidad, realizada con una monoaleta WaterWay Modelo 2 de suave dureza. La mejor marca mundial registrada en esta modalidad con bialeas ha sido de -81 metros, realizada por el estadounidense Brett le Master. La monoaleta recomendada para los descensos en peso constante es la WaterWay Modelo 1 para alta competencia o Modelo 2 para atletas intermedios y de suave dureza.



Carlos Coste y su monoaleta

**Natación con Aletas:** Para las competencias de natación con aletas se recomienda la monoaleta WaterWay Modelo 2 para atletas novatos o intermedios y la monoaleta WaterWay Modelo 1 para atletas de alta competencia. La dureza de la monoaleta debe ir en co-relación con la distancia en que se compita, de manera que tenemos las siguientes durezas, dependiendo de la distancia a competir.  
Monoaleta Sprint: Pruebas entre 50 y 100 mts  
Monoaleta Intermedia: Pruebas entre 200 y 400 mts  
Monoaleta Suave: Pruebas entre 800 mts y Larga Distancia (6-20 Kms)

**Orientación Subacuática:** Aunque es una modalidad deportiva bastante complicada de describir y para la cual necesitaríamos realizar un artículo completo, para quienes conocen de la actividad, recomendamos la monoaleta WaterWay Modelo 2 o Modelo 1 de dureza intermedia, para la mayoría de las pruebas que se realizan en este deporte.

Existen otras modalidades deportivas donde se ha intentado utilizar la monoaleta, como la Pesca Submarina y el Tiro al Blanco Subacuático, sin embargo, por la difícil maniobrabilidad que se tiene para estas pruebas con monoaleta, su uso es muy poco común. En deportes como Rugby Subacuático y Hockey Subacuático, la utilización de monoaletas está prohibida, ya que por ser deportes practicados por equipos, podrían lastimar tanto a los jugadores del equipo contrario como a los del mismo equipo.

Si bien estas recomendaciones son generales para la mayoría de las personas, la escogencia de una monoaleta puede variar mucho de acuerdo a las características físicas de cada persona. Para las actividades que implican competir con monoaleta, como la Apnea y la Natación con aletas, es importante mencionar que los ejemplos citados en cuanto a la escogencia de la monoaleta se refieren a la utilización de la monoaleta en la competencia como tal, generalmente los atletas deben poseer una o mas monoaletas para su entrenamiento, de manera de obtener un mejor rendimiento. Igualmente queremos advertir que la utilización de las monoaletas debe ser supervisada y bien dirigida, pues un mal uso de la misma podría ocasionar lesiones en la parte baja de la espalda o zona lumbar, así como en pies y tobillos, el uso de monoaletas debe ser muy cuidadoso a la hora de tratar con niños. La mayoría de los instructores o entrenadores que incluyen las monoaletas en el desarrollo de sus deportistas, recomiendan que la edad adecuada para empezar los trabajos con monoaleta es entre los 10 y 12 años e independientemente de la actividad que vayan a realizar, recomiendan iniciarse en el movimiento y estilo de la patada de delfin, descrito anteriormente, con la ayuda de bialeas o chapaletas convencionales.

Queremos recalcar que la finalidad de este artículo es dar a conocer al lector las diferentes modalidades deportivas que se pueden realizar con monoaleta, así como una aproximación de cual es la más adecuada para cada una de estas actividades. También es de destacar que los ejemplos citados en cuanto a marcas logradas por algunos atletas son producto de un entrenamiento bien llevado a cabo utilización de la monoaleta.

Esperamos que estas recomendaciones hayan sido de su ayuda, en caso de que usted quiera comprar o adquirir una monoaleta, consulte a su entrenador o instructor antes de realizarlo y si está a su alcance intente probar varios modelos y marcas comerciales antes de realizar su elección. Recuerde también que usted debe consultar con su médico, a la hora de iniciar cualquier actividad deportiva o programa de ejercicios y que el trabajo realizado con monoaleta debe supervisado por un entrenador deportivo calificado.



**WaterWay Modelo 1**  
Tamaño: 70 cm x 62 cm  
Peso: 1.5- 1.8 Kg



**WaterWay Modelo 2**  
Tamaño: 66 cm x 61 cm  
Peso: 1.4- 1.6 Kg



**WaterWay Modelo 3**  
Tamaño: 62 cm x 59 cm  
Peso: 1.5- 1.8 Kg

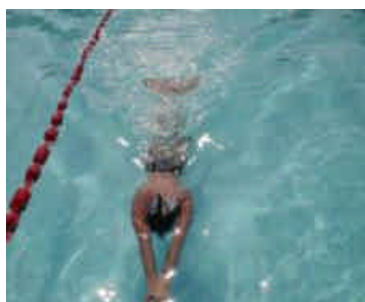


# COMPRA TU MONOALETA

<http://www.sportalsub.net>



## CLÍNICAS DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS DEPORTIVAS POR SPORTSUB & SPORTALSUB.NET



Si quieres conocer más sobre **Apnea, Natación con Aletas, Rugby Subacuático, Hockey Subacuático, Pesca Submarina, Orientación Submarina o Tiro al Blanco Subacuático**, nuestro equipo, compuesto por los más reconocidos y destacados deportistas, atletas e instructores en actividades subacuáticas a nivel nacional e internacional, irá a tu club, centro de buceo o centro deportivo a explicar y hacer demostraciones de estas actividades.

El costo de estas clínicas es **gratuito**, sin embargo, el club solicitante deberá correr con los gastos de transporte, alimentación y hospedaje (en caso de que sea necesario) al equipo de Sportsub & Sportalsub.net. Las clínicas se componen por sesiones teórico-prácticas con charlas, material audiovisual, escrito y demostraciones en vivo, donde los asistentes tendrán la oportunidad de experimentar e interactuar con los ponentes, de estas actividades subacuáticas.



**Teléfonos de Contacto:**  
Miguel A. Cedeño O.  
Telf.: 58-416-8053412  
Ronald Laurens:  
Telf.: 58-412-7218620  
Néstor Aparcedo:  
Telf. 58-414-3899968

Para más información, contáctanos y con mucho gusto responderemos cualquiera de tus dudas o preguntas a través del e-mail: <mailto:sportsub@sportalsub.net>

**SPORTSUB & SPORTALSUB.NET**  
CARACAS, VENEZUELA



## HISTORIA DE DOS RECORDS MUNDIALES DE APNEA

Por: Juan Llantada: [mailto:llantada\\_jua@gva.es](mailto:llantada_jua@gva.es)

Fotos por: Ian Derry

### LOIC LEFERME: NO-LIMITS (-162 MTS)



La mañana del domingo 20 de octubre de 2002 en Villefranche (Francia), sorprendió por el buen tiempo. El equipo ya embarcado se desplaza hacia el punto de inmersión donde ya se encuentra el resto del staff que hace dos horas intenta fondear y fijar la plataforma base desde la cual Loïc bajará a las profundidades del mar. Ayer tuvo que ser suspendido el récord debido a las inclemencias del mar. El resto de embarcaciones había salido hacia las 10:30 horas con un día de retraso sobre el operativo previsto. El sábado 19 de octubre era la cita oficial, pero por razones de seguridad relativas a la climatología, se decidió posponer el récord al domingo 20. Loïc intenta relajarse, espera con impaciencia el momento de meterse en el agua, de calentar, y de realizar el intento. Sabe que una vez que esté con su habitual equipo de apneistas de seguridad y en las condiciones normales de entrenamiento, estará sereno y podrá concentrarse en lo esencial. En efecto, el auténtico objetivo del grupo es la búsqueda de sensaciones bajo el agua. El placer del Azul siempre antes que la marca, aunque hoy se trate de batir una marca mundial.

La vida de Loïc Leferme siempre estuvo cercana a los elementos. Primero fue la montaña en su juventud, y luego más tarde descubre el mar al acercarse a la práctica de la apnea con el NUC Subaquietique en Niza. Gracias al entrenamiento y conocimientos adquiridos en la instrucción del deporte de la apnea, bate los récords de Francia en 1998, y récords del mundo en No limits en 1999, 2000 y 2001, todos estos homologados por la AIDA.

Pero el récord de hoy será distinto. Apenas hace una semana del trágico accidente de la campeona francesa Audrey Mestre, y ahora Loïc está en el agua intentando batir una marca similar. La pinza en la nariz y las gafas puestas, las facciones relajadas, efectúa varias inmersiones de calentamiento y adaptación de los reflejos mamíferos entre los 10 y los 15 metros de profundidad. Los apneistas de seguridad en superficie siguen a su lado, observándole, receptivos, listos para ayudarlo a equiparse, a verificar la instalación del sled/trineo, el estado del globo de ascenso, las empuñaduras. Vuelve a subir a la plataforma para una última preparación mental en seco, en esos momentos Loïc medita sobre el ejercicio que va a realizar "todo es aún muy confuso, la plataforma no es muy estable, pero el equipo intenta ser positivo a pesar de todo, para facilitar la concentración. Sin embargo, me cuesta concentrarme, a pesar de mis esfuerzos. Acorto mi tiempo de calentamiento, hace demasiado tiempo que estoy fuera: necesito meterme de nuevo en el agua." Loïc se instala en el trineo. Los buceadores de seguridad

Claude, Delphine y François hacen una última verificación: ¡ya está! Inician el descenso para alcanzar sus cotas previstas. Loïc se encuentra ahora en su última fase de concentración: en dos minutos podrá tomar aire por última vez y bajar a los 162 metros. Es el momento donde debe concentrarse más aún, Loïc quita el freno y desaparece en el Azul. "Ya está me siento bien. Llevaba tiempo esperando este momento. Arriba hay demasiada agitación, me vuelvo a encontrar con mis propias sensaciones, con mis amigos, bajo el agua.

*Esta bajada se anuncia bien, a pesar de que el trineo dé la sensación de hacer el descenso un poco lento, quizá por la corriente. Esto es un problema, ya que abajo la temperatura es de 12º, la termoclina juega a mi favor pero pasar demasiado tiempo a esas profundidades acentúa la narcosis. Debo permanecer alerta. Al llegar a la cota de los 75 metros, me encuentro con Delphine, Claude y François que se ocupan de la seguridad durante el trayecto. Es un momento de confortación antes de llegar a los 100 metros.*

*Empiezo a abrir la botella lentamente para meter un poco de aire en el globo de ascenso para provocar desaceleración en el descenso. La presión en los tímpanos es cada vez más difícil de tolerar, pero mi ritmo de compensación es excelente. Llego a los 162 metros. La capacidad de reflexión a esas profundidades es muy limitada y necesita la automatización de todos los gestos a efectuar, es vital: abro la botella, libero el seguro del globo y. ¡mi aleta izquierda se ha quedado enganchada al carenado de acero inoxidable del trineo! Doy una patada, para que el pie salga del calzante. Solo me queda una aleta para el ascenso... afortunadamente no tiene gran importancia.*



*El ascenso me parece muy largo. Al sentir llegar la superficie, decido soltarme del globo. Grave error, aún estoy a treinta metros, y con una aleta menos, he de subirlos a golpe de brazo. Los últimos metros se me hacen interminables, y para colmo, subo justo debajo del barco. Me golpeo con una botella de descompresión de los buceadores antes de acabar con la cabeza empotrada en el casco del barco. No me he hecho mucho daño, y estoy contento de salir de esta singular inmersión".* Así, con un total de 3 minutos y 36 segundos después de iniciar el descenso (lo habitual para este tipo de intentos es de unos 3 minutos) Loïc aparece no en la zona del intento, sino casi bajo la plataforma. El juez austríaco Dieter Baumann se precipita hacia él con la intención de protegerlo de chocar contra ella, pero no es necesario: Loïc exclama con humor "¿no he tocado algo?". A pesar de la corriente, del frío, y de las sensaciones extrañas, Loïc apenas parece cansado. Sonriente, mira a su alrededor. Irrumpen los aplausos y ya comienzan a oírse gritos de alegría. Un minuto después, para estar conforme a las normas de homologación de récords del AIDA, Loïc sigue consciente y al fin, la alegría estalla entre los espectadores y el equipo aliviado. Para Loïc, la apnea "No Limits" es "la alegría de compartir una experiencia fuera de lo común junto al equipo de seguridad que ha hecho posible la proeza y evolucionar en la mejora de la seguridad de la apnea." Pero Loïc ya está pensando en el futuro: bucear en los mares tropicales, consagrarse a la realización de documentales submarinos, participar en experimentos médicos y sobre todo seguir con la docencia en Niza.

## GIANLUCA GENONI: PESO VARIABLE (-132 MTS)

El pasado 29 de septiembre de 2002 y promocionado por la región de LIGURIA, la delegación de deportes de la provincia de GENOVA y con la colaboración del Común de MONEGLIA en Italia, el plusmarquista mundial de apnea Gianluca Genoni consiguió batir los 132 metros de profundidad en apnea en la disciplina de peso variable, descenso con trineo lastrado y ascenso libre por el cabo guía.

A las 11 horas y cuarenta y cuatro minutos de la mañana comenzó el récord y tras 3 minutos y 9 segundos de inmersión, alcanzó la superficie como nuevo campeón mundial de esta especialidad. Hace menos de una semana que en los entrenamientos y tras efectuar una mala compensación al descender, esto le provoca un trauma en el tímpano derecho no permitiéndole intentar al día siguiente el récord de peso constante centrándose en el intento de récord mundial de apnea en la modalidad de peso variable.

En los entrenamientos de ayer el trineo se enganchó en el descenso con los cables que alimentaban las cámaras submarinas impidiendo a Gianluca concentrarse en el intento de peso constante de - 80 mtrs. Pero aunque parezca una maldición, la gran fuerza de voluntad de Genoni hace que a las 11 horas y 20 minutos entre en el agua justo cuando la brisa comienza a descender, dejando la superficie del mar en relativa calma. Hace una única inmersión de calentamiento y decide descender subido al trineo en busca del récord mundial. Previamente los jueces y notarios de la prueba procedieron a la medición del cable y a bordo, fueron testigos de la efectiva consecución del récord a través de los monitores instalados por la empresa italiana de cámaras submarinas NIMAR, certificando la marca oficial de - 32 metros en peso variable en directo. Gianluca agradeció a su equipo el soporte y la seguridad que aportan a sus récords desde hace seis años, haciendo posible que continúe en lo más profundo del Azul para nuestro deleite.

Genoni representa en la actualidad uno de los apneístas mas potentes de nuestro tiempo. Hábil competidor en las disciplinas de peso variable, no limits y peso constante y actual recordman mundial en la disciplina de peso variable recuperando el título del también italiano Umberto Pelizzari, ya retirado de la competición. Gianluca nace en Italia en el año 1968. Tiene una altura de 1 metro y 92 centímetros y una capacidad pulmonar total de 9 litros. Comienza su palmarés profesional en el mundo de la apnea el 17 de agosto de 1996 consiguiendo una nueva marca mundial de - 106 metros de profundidad en la disciplina de apnea en peso variable en aguas de Siracusa, en Sicilia. El 4 de Octubre de 1997 en aguas de Arbatax (Cerdeña) consigue los -120 metros en la misma disciplina. Al año siguiente, el 2 de octubre del 98 en aguas de Puerto Ottiolu (Cerdeña) desciende hasta los - 121 metros en peso variable, al día siguiente consigue los - 135 metros en la modalidad no limits. El 2 de octubre de 1999 en aguas de Porto Ottiolu en la isla de Cerdeña, desciende hasta los - 138 metros en la disciplina no limits. El 30 de septiembre de 1999 desciende hasta los - 122 mts consiguiendo el nuevo récord mundial de apnea en la disciplina de peso variable; el 8 de octubre del 2000 en aguas de Porto Ottiolu (Cerdeña) consigue la marca - 123 metros en la misma disciplina. El 22 de septiembre de 2001 en aguas de Rapallo, Genova llega hasta los - 126 metros de profundidad en la modalidad peso variable. Como eventos especiales o a modo de experimentación, realizó el 23 de Marzo de 2002 en Breuil (Cervinia) y a una altitud de 3000 mts la primera inmersión en apnea en lagos de alta montaña y el 10 de mayo de 2002 estuvo hasta 12 minutos y 34 segundos en un experimento de apnea estática con saturación de oxígeno.



El 29 de septiembre de 2002 bate el récord del mundo de peso variable consiguiendo la mejor marca mundial de - 132 mtrs en aguas de Moneglia, Italia recuperando el título mundial del ya retirado Umberto Pelizzari. Su mejor marca personal en la disciplina de peso constante es de - 80 metros de profundidad y en la disciplina no limits alcanzó su máxima profundidad de - 135 mtrs.

**Para más información sobre Loïc Leferme y Gianluca Genoni, visita sus páginas en Internet.**

**Loïc Leferme:** <http://www.loic-leferme.com>  
**Gianluca Genoni:** <http://www.genoni.com>

## RECORDS MUNDIALES INDIVIDUALES CMAS EN NATACIÓN CON ALETAS

### HOMBRES

#### SUPERFICIE

50	<b>00.16.04</b>	SKORJENKO Evgueni	RUS	05.09.01	EGER
100	<b>00.35.59</b>	SKORJENKO Evgueni	RUS	12.09.02	PATRAS
200	<b>01.23.86</b>	KOUDRIAIEV Konstantin	URS	10.08.91	GÖTEBORG
400	<b>03.02.96</b>	KABANOV Pavel (1985)	RUS	18.07.02	DEBICE
800	<b>06.29.85</b>	VINKLER Peter	HUN	12.09.02	PATRAS
1500	<b>12.36.50</b>	VINKLER Peter	HUN	10.09.02	PATRAS
1850	<b>16.00.31</b>	TCHERNOV Mikhail	RUS	27.06.93	PIKALEVO

#### INMERSION

50	<b>00.14.34</b>	SKORJENKO Evgueni	RUS	14.09.02	PATRAS
100	<b>00.31.52</b>	SKORJENKO Evgueni	RUS	09 09 02	PATRAS
400	<b>02.48.05</b>	CHEN BIN	CHN	30 05 02	MIANGANG
800	<b>06.02.08</b>	CHEN BING	CHN	11.09.02	PATRAS

### MUJERES

#### SUPERFICIE

50	<b>00.18.50</b>	Yang Yu Qiong	CHN	25.10.01	HO CHI MIN
100	<b>00.40.96</b>	FU Xiao Yun	CHN	19.08.93	CHENG DU
200	<b>01.32.32</b>	WU Xiao Hui	CHN	29.10.94	DONG GUAN
400	<b>03.20.37</b>	LIU Qi	CHN	30.10.94	DONG GUAN
800	<b>06.59.58</b>	ZHAO Xiao Lian	CHN	26.10.94	DONG GUAN
1500	<b>13.26.18</b>	ZHAO Xiao Lian	CHN	28.10.94	DONG GUAN
1850	<b>17.32.49</b>	USPENSKAYA Svetlana	URS	02.08.87	BRIANSK

#### INMERSION

50	<b>00.16.28</b>	LI Shao Zhen	CHN	17.08.93	CHENG DU
100	<b>00.36.26</b>	FU Xiao Yun	CHN	19.08.93	CHENG DU
400	<b>03.01.84</b>	JIN Fan	CHN	27.10.94	DONG GUAN
800	<b>06.29.04</b>	HUANG JING JING C	HN	02.06.02	MIANGANG



Actualización: Septiembre 2002.

Fuente: Comisión de Natación con Aletas de Francia. <http://www.nageavecpalmes-ffessm.com/>

Foto: Lista de Correo Electrónico de Natación con Aletas en el Mundo <http://groups.yahoo.com/group/finswimming/>

## RECORDS MUNDIALES INDIVIDUALES AIDA EN APNEA

### Peso Constante Mujeres

- 70 m, Tanya Streeter (USA), 11.05.2001, Guadeloupe, Francia (AIDA)

### Peso Constante Hombres

- 90 m, Carlos Coste (Venezuela), 03.10.2002, Puerto Cruz, Venezuela (AIDA)

### Peso Variable Mujeres

- 95 m, Deborah Andollo (Cuba), 12.07.2000, Parghalia, Italia (AIDA)

### Peso Variable Hombres

- 120 m, Patrick Musimu (Bélgica), 12.11.2002, Playa del Carmen, México (AIDA)

### "No Limits" Mujeres

- 160 m, Tanya Streeter (USA), 17.08.2002, Club Med Turquoise, Providenciales, Turks and Caicos (AIDA)

### "No Limits" Hombres"

- 162 m, Loïc Leferne (Francia), 20.10.2002, Nice, Francia (AIDA)

### Inmersión Libre Mujeres

- 70 m, Tanya Streeter (USA), 06.05.2001, Guadeloupe, Francia (AIDA)

### Inmersión Libre Hombres

- 93 m, Carlos Coste (Venezuela), 06.10.2002, Puerto Cruz, Venezuela (AIDA)

### Apnea Dinámica Mujeres

- 150 m, Nathalie Desreac (Francia), 14.11.1998, Réunion Island, Francia (AIDA)

### Apnea Dinámica Hombres

- 181 m, Herbert Nitsch (Austria), 02.02.2002, Maria Enzerdorf, Austria (AIDA)

[183 m, Herbert Nitsch (Austria), 16.11.2002, Berlín, Alemania (AIDA - Sujeto a control anti-doping)]

### Apnea Dinámica sin aletas Mujeres

- 95 m, Nathalie Desreac (Francia), 07.02.1999, Réunion Island, Francia (AIDA)

### Apnea Dinámica sin aletas Hombres

- 134 m, Herbert Nitsch (Austria), 24.11.2001, Wiesbaden, Alemania (AIDA)

### Apnea Estática Mujeres

- 6 mn 16 sec., Mandy-Rae Cruickshank (Canada), 29.05.2002, Vancouver, Canada (AIDA)

### Apnea Estática Hombres

- 8 mn 06 sec., Martin Stepanek (Czech Republic), 03.07.2001, Miami, Florida, USA (AIDA)



Actualización: Enero 2003.

Fuente: Association Internationale pour le Développement de l'Apnée <http://membres.lycos.fr/aidafrance> <mailto:aida.international@bluewin.ch>

## Palos de Hockey Subacuático

Por: Marcelo Luis Mochetti  
<mailto:mlmocchetti@hotmail.com>



Son muchos los factores que hay que tener en cuenta en el momento de la elección o construcción de un palo para jugar Hockey Subacuático. Estos son: el material con que están contruidos, las medidas reglamentarias, el avance, las diferentes formas, el ángulo de ataque, el tipo de gancho, a continuación presentaremos una pequeña reseña sobre los diferentes modelos, tamaños y formas de estos palos. Para más información sobre este tema, usted puede consultar el manual de los primeros pasos para el Hockey Subacuático por Marcelo Mochetti que se encuentra en el sitio web del Hockey Subacuático en Argentina.



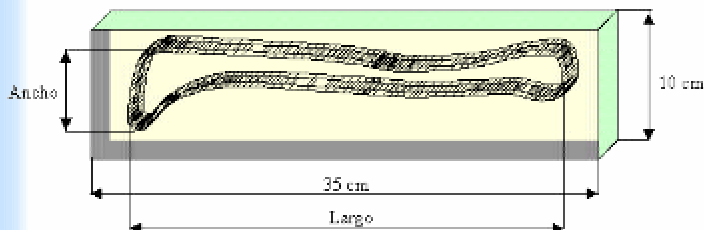
# Hockey Subacuático

## Materiales:

El palo debe ser realizado de un material homogéneo tal como lo explica el reglamento, como ser plástico, madera, etc. Para un buen palo es importante encontrar un material blando y resistente. Si se utiliza un material duro, se pierde el contacto ("feeling" entre el palo y el tejo, lo que dificulta su dominio. Además, en el momento de efectuar un tiro, el tejo patina sobre el palo y no gira, lo que produce un tiro defectuoso. Por esto se aconseja usar palos de materiales blandos, que permiten buen contacto con el tejo, y dan mayor control en los movimientos de técnica y tiros.

## Medidas:

El palo debe entrar totalmente dentro de una caja de 35 cm x 10 cm, como se muestra en la figura:



## Palo largo

**Pro:** el tejo recibirá más empuje y rotación, esto producirá un buen tiro.

**Contra:** difícil manejo de tejo en los movimientos de amagues, slalom y laterales.

## Palo corto

**Pro:** Buen manejo y control del tejo

**Contra:** Poco empuje y rotación de tejo.

## Ancho

**Pro:** Cuanto mas ancho sea el espesor del palo, mayor será el contacto que tendrá éste sobre el tejo. Esto es importante tanto para el tiro, como para los movimientos de técnica.

**Contra:** - Al aumentar la superficie de frenado del palo en el agua, la velocidad del movimiento es limitada.

## Angosto

**Pro:** En un palo angosto, se reduce el choque frontal, y en consecuencia la velocidad del movimiento al realizar un tiro aumenta, mejorando así el empuje del tejo.

**Contra:** Se dificulta el manejo del tejo en los movimientos rápidos de desplazamientos o técnica.

## Formas:

Las formas de los palos suelen ser muy variadas, esto se debe a que a algunos jugadores les gusta tirar alto, otros prefieren hacer pases bajos, a otros les gusta tener mucho gancho para robar y a otros poco gancho para hacer buenos tiros de cara interna.

En próximos números ampliaremos la información sobre los Palos y el Deporte del Hockey Subacuático, sin embargo recomendamos visitar los siguientes enlaces en el Sitio Web Oficial del Hockey Subacuático en Argentina donde encontrarán toda esta información ampliada en Detalle.



Página Principal: <http://www.hockeysub.com.ar>

E-mail: <mailto:info@hockeysub.com.ar>

Palos: <http://www.hockeysub.com.ar/equal/palos.htm>

Manual de los Primeros Pasos:

<http://www.hockeysub.com.ar/bibliogr/primpaso.doc>

E-mail Marcelo Mochetti: <mailto:mlmochetti@hotmail.com>

Fotos: Página Web CMAS:

<http://www.cmas2000.org/comspo/uwh/presentation/photos.asp>





# En la proxima edición...



## NIÑOS CON MONOALETA



**Entrevista con  
la Selección de  
Apnea de  
Venezuela**

En nuestra próxima edición,  
conoce todos los detalles del  
Proyecto Dilogs y mucho más...  
Revista Sportsub  
Marzo-Abril 2003



Projecto DILOGS :: Sitio Web - Microsoft Internet Explorer

Archivo · Edición · Ver · Favoritos · Herramientas · Ayuda

Dirección: <http://www.dilogs.com.ar/>

**DILOGS** SCUBA LIFESTYLE PROJECT

PROYECTO SOFTWARE REPORTES COMUNIDAD

### Bienvenidos al Proyecto DILOGS

**¿En que consiste el proyecto?**  
La meta del Proyecto DILOGS es producir el directorio más completo de lugares de buceo y compartir experiencias, aprovechando la ventaja que nos brinda Internet.

**Proyecto**

- Sepa más sobre el proyecto
- Índice de Contenidos

**Comunidad**

- Foros
- Novedades

Español

**Novedades**

**General**

- Nueva versión de DILOGS Desktop


**Noticias**

- Buceo Solitario


**Sabías que...**

- Naufragios intencionales
- Las Tortugas Marinas

Espacio reservado para fotos de lugares y para recomendados de cada sección.  
Solo para disponible en resolución de 1024x768.



**DILOGS Desktop 0.7**  
Es una herramienta versátil para cualquier buzo autónomo. Con ella puede registrar sus inmersiones y mucho más. Permite integrarse al Proyecto DILOGS.  
Obtenga su copia gratis



# DILOGS