



CONVOCATORIA

IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

Por medio de la cual se convoca y se reglamenta la participación a la IV Copa Internacional de Actividades Subacuáticas “Ramón Arocha in Memoriam”

La Federación Cubana de Actividades Subacuáticas, a través de su Comité Deportivo, en coordinación con la Dirección Nacional de Recreación del INDER, convocan a las federaciones y Clubes al **IV Copa Internacional de Actividades Subacuáticas “Ramón Arocha in Memoriam” con carácter Open**, a competir en Apnea, Natación con Aletas, Natación Larga Distancia, a realizarse en La Habana, Cuba del 1 al 8 de Octubre del 2014.

1. ORGANIZACION DEL CAMPEONATO:

La organización del Campeonato estará a cargo del Comité Deportivo de la FCAS.

Dirección: CSO “Abreu Fontan”

Telefax:

E-mail: fcas@inder.cu, orestesgm30@hotmail.com

Celular: 53-52678324

2. DIRECCIÓN DEL EVENTO: se designan como:

2.1 Director General, Sr Orestes García Maceira.

2.2 El Delegado Juez XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

2.3 La Dirección Médica del campeonato estará a cargo de Comisión Médica de la FCAS y el SIUM.

3. ESCENARIO:

Las Competencias se desarrollaran en el Complejo de Piscina de la Ciudad Deportiva, cita en el municipio Cerro.

3.1 Características.

Piscina de 50 mts.

Carriles: 8

Temperatura del agua 22°.

Temperatura Ambiente 28°.

CONVOCATORIA

IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

PROGRAMACION, FECHAS Y HORARIOS DEL EVENTO:

| Jornada #1 2 de Octubre | | | |
|--------------------------------|------------------|------|-----------------|
| 08:00 a.m. Calentamiento | | | |
| 09:00 a.m. Inauguración | | | |
| 10:00 a.m. Competencias | | | |
| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
| 1 | Apnea Estática | + 15 | Damas y Varones |
| 15.30 p.m. Calentamiento | | | |
| 16.30 p.m. Competencias | | | |
| 1 | 50 Ondulación | F8 | Damas y Varones |
| 2 | 50 Ondulación | F9 | Damas y Varones |
| 3 | 50 Superficie | E10 | Damas y Varones |
| 4 | 50 Apnea | E11 | Damas y Varones |
| 5 | 50 Apnea | D12 | Damas y Varones |
| 6 | 100 SF | + 15 | Damas y Varones |
| 7 | 100 Bialeas | F9 | Damas y Varones |
| 8 | 100 Bialeas | E10 | Damas y Varones |
| 9 | 100 Bialeas | E11 | Damas y Varones |
| 10 | 100 Bialeas | D12 | Damas y Varones |
| 11 | 100 Bialeas | + 15 | Damas y Varones |
| 12 | 1500 SF | + 15 | Damas y Varones |
| 13 | 400IM | + 15 | Damas y Varones |
| 14 | 4X200 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 15 | 4X200 Superficie | + 15 | Damas y Varones |

| Jornada #2 3 de Octubre | | | |
|--------------------------------|---------------------------|------|-----------------|
| 09:00 a.m. Calentamiento | | | |
| 10:00 a.m. Competencias | | | |
| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
| 2 | Apnea Dinámica sin Equipo | + 15 | Damas y Varones |
| 15.30 p.m. Calentamiento | | | |
| 16.30 p.m. Competencias | | | |
| 16 | 200 Combinado | F8 | Damas y Varones |
| 17 | 200 Combinado | F9 | Damas y Varones |

CONVOCATORIA

IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

| | | | |
|----|-----------------|------|-----------------|
| 18 | 200 Superficie | E10 | Damas y Varones |
| 19 | 200 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 20 | 200 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 21 | 50 Superficie | + 15 | Damas y Varones |
| 22 | 50 Bialeas | E10 | Damas y Varones |
| 23 | 50 Bialeas | E11 | Damas y Varones |
| 24 | 50 Bialeas | D12 | Damas y Varones |
| 25 | 50 Bialeas | + 15 | Damas y Varones |
| 26 | 800 Inmersión | + 15 | Damas y Varones |
| 27 | 400 Superficie | + 15 | Damas y Varones |
| 28 | 100 Inmersión | D12 | Damas y Varones |
| 29 | 100 Inmersión | + 15 | Damas y Varones |
| 30 | 4x50 Ondulación | F8 | Damas y Varones |
| 31 | 4x50 Ondulación | F9 | Damas y Varones |

Jornada # 3 4 de Octubre

09:00 a.m. Calentamiento

10:00 a.m. Competencias

| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
|-----|---------------------------|------|-----------------|
| 3 | Apnea Dinámica con Equipo | + 15 | Damas y Varones |

15.30 p.m. Calentamiento

16.30 p.m. Competencias

| | | | |
|----|-----------------|------|-----------------|
| 32 | 50 Ondulación | F8 | Damas y Varones |
| 33 | 50 Apnea | + 15 | Damas y Varones |
| 34 | 100 Ondulación | F9 | Damas y Varones |
| 35 | 100 Superficie | E10 | Damas y Varones |
| 36 | 100 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 37 | 100 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 38 | 200 Superficie | + 15 | Damas y Varones |
| 39 | 200 Bialeas | + 15 | Damas y Varones |
| 40 | 400 Superficie | E10 | Damas y Varones |
| 41 | 400 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 42 | 400 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 43 | 800 Superficie | + 15 | Damas y Varones |
| 44 | 4x50 Superficie | E10 | Damas y Varones |

CONVOCATORIA

IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

| | | | |
|----|-------------------|------|-----------------|
| 45 | 4x50 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 46 | 4x50 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 47 | 4 x100 Superficie | + 15 | Damas y Varones |

Jornada # 4 5 de Octubre

09:00 a.m. Calentamiento

10:00 a.m. Competencias

| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
|-----|-----------|------|-----------------|
| 4 | Jump Blue | + 15 | Damas y Varones |

Jornada # 5 6 de Octubre

09:00 a.m. Día Lúdico

Jornada # 6 7 de octubre

09:00 a.m. Calentamiento

10:00 a.m. Competencias

| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
|-----|--------------------------|------|-----------------|
| 1 | Natación Larga Distancia | + 15 | Damas y Varones |
| | 3 km | | Damas |
| | 6 km | | Varones |
| | 4 x 3km | | Damas y Varones |

15.30 p.m. Calentamiento

16.30 p.m. Competencias

| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
|-----|----------------|-----|-----------------|
| 33 | 100 Bialeas | F8 | Damas y Varones |
| 34 | 50 Bialeas | F9 | Damas y Varones |
| 35 | 50 Superficie | E10 | Damas y Varones |
| 36 | 50 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 37 | 50 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 38 | 200 Bialeas | E11 | Damas y Varones |
| 39 | 200 Bialeas | D12 | Damas y Varones |
| 40 | 4x50 Combinado | F8 | Damas y Varones |

CONVOCATORIA

IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

| | | | |
|----|------------------|-----|-----------------|
| 41 | 4x50 Combinado | F9 | Damas y Varones |
| 42 | 4x50 Combinado | E10 | Damas y Varones |
| 43 | 4x100 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 44 | 4x100 Superficie | D12 | Damas y Varones |

3.2 El congresillo Técnico será realizado el día 1 de Octubre en el Hotel donde se hospedan las delegaciones del Evento a las 19:30 p.m.

4. INSCRIPCIÓN:

4.1. INSCRIPCIÓN DEFINITIVA: Cada Federación o Club participante deberá hacer la inscripción a través del correo electrónico fcas@inder.cu, y una copia al correo del Director del Evento orestesgm30@hotmail.com hasta las 24:00 horas del día 1 de Octubre de 2014.

4.2 VALOR INSCRIPCIONES:

VALOR de 70.00 CUC POR ATLETA

El valor de la inscripción debe hacerse en consignación a nombre de Cubadeportes S.A,
 Cuenta Bancaria de CUBADEPORTES
 Banco Financiero Internacional
 Sucursal Sierra Maestra
 Ave 1ra esquina 0 Miramar Habana, Cuba.
 A favor de: Cubadeportes sa
 Cuenta CUC 0300000002638721
 Swift: BFICCUHH

También se podrá realiza el pago en efectivo al momento de la reunión informativa.

Por un valor de 70 .00 cuc por atleta.



CONVOCATORIA

IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

5. ALOJAMIENTO

HAB. DBL 50.00 CUC X PERSONA X NOCHE.

HAB. MENORES DE 12 AÑOS (COMPARTIENDO CON ADULTOS) 25.00 CUC X PERSONA X NOCHE.

HAB. MENORES DE 12 AÑOS (DURMIENDO SOLOS) 35.00 CUC X PERSONA X NOCHE.

HAB. SGL 60.00 CUC X PERSONA X NOCHE.

EN ESTE PRECIO SE INCLUYE:

- ASISTENCIA EN EL AEROPUERTO.
- TRANSFER IN/OUT.
- ALOJAMIENTO CON DESAYUNO, ALMUERZO Y CENA CON UN LÍQUIDO INCLUIDO.
- TRANSPORTE DIARIOS AL EVENTO
- ASISTENCIA MÉDICA PRIMARIA.

NOTA: TODOS ESTOS PRECIOS SON EN PESOS CONVERTIBLES CUBANOS (CUC).

RESERVA A TRAVES DE:

DIRECCION COMERCIAL CUBADEPORTES.

malena@cubadeportes.cu

yolanda@cubadeportes.cu

TEL. (537) 204-0348

6. REGLAMENTACIÓN:

Se basa en el Reglamento General de la CMAS de tres días de Competencia para la Natación con Aletas y en dependencia de la inscripciones se competirá en final directa.

En caso de la Apnea, se basa en el Reglamento General de la CMAS, pero se competirá también por final directo y no se realizara eliminatoria.



CONVOCATORIA

IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

7. REGLAMENTACIÓN ESPECÍFICA PARA LA IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

7.1. CATEGORIAS

7.1.1 En este evento la categoría tendrá un carácter de Open.

8. EQUIPO DE IMPLEMENTACION

8.1 Según Reglamento de CMAS para las Monoaletas y las Bi_aletas.

9. DISPOSICIONES GENERALES

9.1. PREMIACIÓN.

9.1.1 Se premiaran con medallas al Campeón, subcampeón y tercer lugar de cada prueba. (Individual y relevos de cada categoría).

9.1.3 Habrá premiación para los clubes en el resultado final bajo el sistema de puntos CMAS, tanto en Apnea como Natación con Aletas

CONVOCATORIA

IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

10. PROGRAMACIÓN.

Miércoles 1 de Octubre

Llegada de Delegaciones.

19.30 Reunión del Congresillo Técnico.

Jornada #1 Jueves 2 de Octubre.

08:00 a.m. Calentamiento

09:00 a.m. Inauguración

10:00 a.m. Competencias

| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
|-----|----------------|------|-----------------|
| 1 | Apnea Estática | + 15 | Damas y Varones |

15.30 p.m. Calentamiento

16.30 p.m. Competencias

| | | | |
|----|------------------|------|-----------------|
| 1 | 50 Ondulación | F8 | Damas y Varones |
| 2 | 50 Ondulación | F9 | Damas y Varones |
| 3 | 50 Superficie | E10 | Damas y Varones |
| 4 | 50 Apnea | E11 | Damas y Varones |
| 5 | 50 Apnea | D12 | Damas y Varones |
| 6 | 100 SF | + 15 | Damas y Varones |
| 7 | 100 Bialeas | F9 | Damas y Varones |
| 8 | 100 Bialeas | E10 | Damas y Varones |
| 9 | 100 Bialeas | E11 | Damas y Varones |
| 10 | 100 Bialeas | D12 | Damas y Varones |
| 11 | 100 Bialeas | + 15 | Damas y Varones |
| 12 | 1500 SF | + 15 | Damas y Varones |
| 13 | 400IM | + 15 | Damas y Varones |
| 14 | 4X200 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 15 | 4X200 Superficie | + 15 | Damas y Varones |

CONVOCATORIA

IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

| Jornada #2 Viernes 3 de Octubre. | | | |
|---|---------------------------|------|-----------------|
| 09:00 a.m. Calentamiento | | | |
| 10:00 a.m. Competencias | | | |
| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
| 2 | Apnea Dinámica sin Equipo | + 15 | Damas y Varones |
| 15.30 p.m. Calentamiento | | | |
| 16.30 p.m. Competencias | | | |
| 16 | 200 Combinado | F8 | Damas y Varones |
| 17 | 200 Combinado | F9 | Damas y Varones |
| 18 | 200 Superficie | E10 | Damas y Varones |
| 19 | 200 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 20 | 200 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 21 | 50 Superficie | + 15 | Damas y Varones |
| 22 | 50 Bialeas | E10 | Damas y Varones |
| 23 | 50 Bialeas | E11 | Damas y Varones |
| 24 | 50 Bialeas | D12 | Damas y Varones |
| 25 | 50 Bialeas | + 15 | Damas y Varones |
| 26 | 800 Inmersión | + 15 | Damas y Varones |
| 27 | 400 Superficie | + 15 | Damas y Varones |
| 28 | 100 Inmersión | D12 | Damas y Varones |
| 29 | 100 Inmersión | + 15 | Damas y Varones |
| 30 | 4x50 Ondulación | F8 | Damas y Varones |
| 31 | 4x50 Ondulación | F9 | Damas y Varones |

| Jornada #3 Sabado 4 de Octubre. | | | |
|--|---------------------------|------|-----------------|
| 09:00 a.m. Calentamiento | | | |
| 10:00 a.m. Competencias | | | |
| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
| 3 | Apnea Dinámica con Equipo | + 15 | Damas y Varones |
| 15.30 p.m. Calentamiento | | | |
| 16.30 p.m. Competencias | | | |
| 32 | 50 Ondulación | F8 | Damas y Varones |
| 33 | 50 Apnea | + 15 | Damas y Varones |

CONVOCATORIA

IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

| | | | |
|----|-------------------|------|-----------------|
| 34 | 100 Ondulación | F9 | Damas y Varones |
| 35 | 100 Superficie | E10 | Damas y Varones |
| 36 | 100 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 37 | 100 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 38 | 200 Superficie | + 15 | Damas y Varones |
| 39 | 200 Bialeas | + 15 | Damas y Varones |
| 40 | 400 Superficie | E10 | Damas y Varones |
| 41 | 400 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 42 | 400 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 43 | 800 Superficie | + 15 | Damas y Varones |
| 44 | 4x50 Superficie | E10 | Damas y Varones |
| 45 | 4x50 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 46 | 4x50 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 47 | 4 x100 Superficie | + 15 | Damas y Varones |

Jornada #4 Domingo 5 de Octubre.

09:00 a.m. Calentamiento

10:00 a.m. Competencias

| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
|-----|-----------|------|-----------------|
| 4 | Jump Blue | + 15 | Damas y Varones |

Jornada # 5 Lunes 6 de Octubre.

09:00 a.m. Día Ludico

Jornada #6 Martes 7 de Octubre.

09:00 a.m. Calentamiento

10:00 a.m. Competencias

| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
|-----|--------------------------|------|-----------------|
| 1 | Natación Larga Distancia | + 15 | Damas y Varones |
| | 3 km | | Damas |
| | 6 km | | Varones |
| | 4 x 3km | | Damas y Varones |

CONVOCATORIA

IV COPA INTERNACIONAL DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS. “RAMÓN AROCHA IN MEMORIAM”

15.30 p.m. Calentamiento

16.30 p.m. Competencias

| COD | PRUEBA | CAT | RAMA |
|-----|------------------|-----|-----------------|
| 33 | 100 Bialeas | F8 | Damas y Varones |
| 34 | 50 Bialeas | F9 | Damas y Varones |
| 35 | 50 Superficie | E10 | Damas y Varones |
| 36 | 50 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 37 | 50 Superficie | D12 | Damas y Varones |
| 38 | 200 Bialeas | E11 | Damas y Varones |
| 39 | 200 Bialeas | D12 | Damas y Varones |
| 40 | 4x50 Combinado | F8 | Damas y Varones |
| 41 | 4x50 Combinado | F9 | Damas y Varones |
| 42 | 4x50 Combinado | E10 | Damas y Varones |
| 43 | 4x100 Superficie | E11 | Damas y Varones |
| 44 | 4x100 Superficie | D12 | Damas y Varones |



FEDERACIÓN CUBANA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS



Orestes García Maceira
 Presidente Comité Deportivo FCAS