



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