sportalsub

Revista de Actividades Subac Año II - N°6 Noviembre / Diciembre 2004

Carlos Coste
Sumergiéndose en nuevos retos

www.sportalsub.net / revista@sportalsub.net

Editorial

Carlos Coste y sus Récords de Apnea

Desde que implantó sus dos primeros récords mundiales, en el mes de Octubre de 2002, el apneista venezolano Carlos Coste no ha parado en su objetivo de superar nuevas marcas y nuevos retos, que lo han llevado a sumergirse año tras año en casi todas las modalidades de profundidad de la apnea en aguas venezolanas, buscando el reconocimiento del deporte en un país que tiene todas las condiciones geográficas y ambientales para consolidarse como uno de los mejores destinos turísticos para la práctica de la apnea y el buceo en todo el mundo.

Sin duda alguna hablar de apnea en Venezuela es hablar de Carlos Coste, atleta que ha sabido ganarse, gracias a su constancia y dedicación el reconocimiento de diversas organizaciones nacionales e internacionales, entre ellas la del Círculo de Periodistas Deportivos de Venezuela, que lo ubicó Tercero en la votación al premio Atleta del Año 2004, por sus logros deportivos. De igual forma, la Organización Venezolana de Turismo y Deportes de Aventura conjuntamente con el Buró de Convenciones y Visitantes de Venezuela reconocieron en el Día Mundial del Turismo la labor de Coste en la promoción del potencial turístico de Venezuela para la práctica de la apnea.

A Nivel Internacional, ya es habitual encontrarse con el nombre de Carlos Coste en los primeros lugares de las competencias de apnea, así como ver su nombre en la lista de récords mundiales de la Asociación Internacional para el Desarrollo de la Apnea. Sus logros en 2004, lo ubicaron como el Segundo Mejor Apneista a Nivel Mundial, reconocimiento otorgado por el Centro Internacional para la Educación y Reconocimiento de la Apnea (ICARE).

En esta edición de la Revista Digital Sportalsub les traemos una reseña del más reciente récord mundial de Coste en la modalidad de Peso Variable y una entrevista exclusiva con este insigne atleta de las Actividades Subacuáticas de Venezuela, además toda la información acerca de los eventos y las noticias más importantes en el ámbito Nacional e Internacional.

Tendremos el análisis del más reciente Campeonato Mundial de Pesca Submarina por parte del Capitán de la Selección Venezolana, Manuel Fuentes; conoceremos el aspecto psicológico en la práctica deportiva, gracias a la colaboración del Prof. Juan José Maldonado Ortega. También conoceremos de cerca de uno de los clubes de Natación con Aletas más destacados de China y el Mundo y estaremos analizando la participación de la Selección de Rugby Subacuático del Distrito Capital en el Campeonato Interligas en Colombia con entrevistas a deportistas de Venezuela y Colombia.

En más de apnea, tendremos la visión colectiva de un deporte individual y conoceremos más de Ruth Flores, una de las más destacadas apneistas latinoamericanas del momento.

Esperamos que disfruten este número, nuestra sexta entrega.

Sportalsub
Revista Bimensual
Año 2 / Número 6
Noviembre-Diciembre 2005
http://www.sportalsub.net
revista@sportalsub.net

Sportsub & Sportalsub C.A.
REVISTA DIGITAL SPORTALSUB

DIRECTOR-EDITOR
Miguel A. Cedeño O.
miguel@sportalsub.net

Colaboradores en esta edición
Ronald Laurens
ronald@sportalsub.net
Gaby Contreras
gabyapnea@yahoo.com
Carlos Coste
carlos@carloscoste.com
Manuel Fuentes
manuelfue@cantv.net
Juan José Maldonado Ortega
samurawrest@hotmail.com
Baudy Dávila
bdavila74@yahoo.com

PORTADA

Foto: Umberto Ramírez
Cortesía Carlos Coste
www.carloscoste.com

CONTENIDO

APNEA
Nuevo Récord Mundial de Carlos Coste 4

PESCA SUBMARINA
Campeonato Mundial de Pesca Submarina 2004 10

PSICOLOGIA DEPORTIVA
El Aspecto Psicológico de la Práctica Deportiva 13

NATACIÓN CON ALETAS
GuangDong Finswimming Team 14

RUGBY SUBACUÁTICO
VII Campeonato Interligas en Colombia 18

APNEA
Ruth Flores, Poseidón se rendirá a sus pies 22

APNEA
Una Visión Colectiva de un Deporte Individual 23

Nuevo Récord Mundial en Apnea para Carlos Coste

Después de un intento inicial no avalado por los jueces, Carlos Coste, en una segunda oportunidad, consiguió con determinación, disciplina y a puro pulmón romper el record mundial de apnea en la modalidad de peso variable al sumergirse en el mar a -135 metros de profundidad en el evento Reto en el Abismo 2004

Foto: Umberto Ramírez

El Miércoles 27 de Octubre de 2004 a las 11.25 am., en las tranquilas aguas del Parque Nacional Mochima, Venezuela, Coste repitió nuevamente la hazaña de sumergirse a -135 metros de profundidad con una duración de 4 minutos 36 segundos y con un solo respiro, consiguiendo en esta oportunidad romper el Record Mundial Absoluto en la Modalidad de Peso Variable que se encontraba en -120 m oficializado por AIDA en manos de Patrick Musimu (Bélgica) y -133 m por Gianluca Genoni (Italia) de manera no oficial. Días antes, el sábado 23 de Octubre había sido invalidado un intento de récord anterior, por fallas en la grabación del video oficial de superficie, sin embargo en esta segunda ocasión, todos los detalles técnicos funcionaron correctamente y los jueces Perry Gladstone y Grant Graves, pudieron avalar oficialmente el record. De esta forma Coste añadió un record mundial más a la ya larga lista que ostenta en la disciplina deportiva del buceo a pulmón o apnea, e incursionó exitosamente en una modalidad hasta ahora nueva para él, la de Peso Variable

En la modalidad de peso variable, a diferencia de la de peso constante e inmersión libre, el apneísta desciende de pie en línea recta con la ayuda de un peso en forma de trineo, del cual se libera una vez alcanzada la profundidad deseada, para luego ascender impulsado por su propia fuerza, de allí el nombre, peso variable. Este es el primer récord mundial de Coste en dicha modalidad, -135m que equivalen aproximadamente a 44 pisos de un edificio, recorridos de abajo a arriba con el aire de una sola respiración en los pulmones.

Luego de esta increíble hazaña deportiva, el equipo de Sportalsub entrevistó de manera exclusiva al apneista venezolano, para dar a conocer un poco más a nuestros lectores de los logros deportivos de Coste, así como sus futuros planes para los próximos años en el deporte de la Apnea.

Foto: Walter de Luca

Carlos, cuéntanos un poco tu historia en la apnea

Yo comencé en el año 97 en el club de la Universidad Central de Venezuela, es un club muy especial ya que es netamente deportivo, especializado en Apnea, Pesca Submarina, Natación con Aletas, Rugby Subacuático, etc. Y cuando comencé el curso introductorio de acondicionamiento físico me di cuenta de que mi pasión era la apnea, también hice pesca submarina. Desde el primer momento entrené mucho, y en menos de un año ya estaba compitiendo a nivel nacional, logrando varios récords nacionales en dinámica, estática y peso constante, el primero de peso constante a –42 m en un año de entrenamiento. Para el año 99 ya había pasado de 5min en estática y -60 m en peso constante y en ese momento yo junto a mis compañeros de equipo del club Ronald Laurens, Néstor Aparcedo, José Tálamo y José Martín como capitán de equipo decidimos entrenar para una competencia internacional: Niza 2000. Allí logramos el 3er lugar entre 27 equipos, lo que nos motivo mucho para seguir en la apnea.

¿Cuando fue la primera vez que te diste cuenta que podías romper un record mundial?

Por primera vez me propuse un record mundial cuando llegue del Campeonato Mundial en Ibiza 2001, estaba cerca del record de inmersión libre de Pierre Frolla, -80 m, al final Herbert Nitsch lo llevó a –92 m y luego en Octubre de 2002 lo superé con -93 m y aproveché la oportunidad para intentar en peso constante a –90 m lo cual no estaba en mis planes al comienzo, pero con el avance de los entrenamientos me sentí capaz y lo logré.

¿Ha habido algún momento en particular que te haya hecho entender que significa la apnea en tu vida?

No hay un momento en especial, me he ido hundiendo en el mar gradualmente ahora estoy inmerso completamente en la apnea, dedicado casi de lleno. El 3er lugar en Niza 2000, y mis primeros récords en el 2002 son momentos clave que me motivaron a dedicarme más a la apnea.

Carlos, tu fuiste el primer hombre en romper la barrera de los 100 metros en Peso Constante mirando un poco el pasado y los intentos y marcas que lograron Umberto Pelizzari, Pipin y Gianluca Genoni ¿que sientes?

Siempre me acuerdo de Umberto cuando vino a Venezuela a darnos un muy buen curso de apnea en los Roques, y el decía que la modalidad de peso constante ya estaba casi en su limite con el record de –80m, en ese momento mi marca máxima era de 62 en peso constante, si alguien me hubiera hablado de 100m en peso constante lo creería loco, ahora siento que es un honor para mi haber hecho historia con mi record de 102 y el de 101 en inmersión libre, también cambió mi manera de pensar en las marcas, ahora se que nada es imposible y que los limites solo están en nuestra mente. Pienso que Umberto, Pipin, Genoni fueron pioneros de la apnea, ahora este deporte esta en plena expansión y vienen muchas sorpresas y cosas increíbles. Por ejemplo el próximo Campeonato Mundial de peso constante en Niza en Septiembre de 2005 vamos a ver varios atletas por debajo de los 100m, y posiblemente más de 105m eso es una locura, pero esta ocurriendo.

Foto: Umberto Ramírez

También pienso que Umberto fue un gran ejemplo para mi en cuanto a que es un hombre de récords pero también era capaz de batirse y luchar con muchos competidores en una competencia, eso es muy importante, ya que hay gente muy famosa que solo lograron récords aisladamente, nunca participaron en competencias internacionales, no son verdaderos Campeones Mundiales como dicen ser, ya que en una competencia es donde se ve quien tiene agallas de verdad.

Yo los reto, a que participen en Niza 2005, allí si se ve quien es el verdadero Campeón, seria interesantísimo verlos competir en frente de Martín, Herbert, Umberto, esos si son verdaderos Apneistas Completos.

Foto: Gaby Contreras

¿Cuál debe ser la principal característica que debe tener un apneista?

Sentir placer al sumergirse en el mar.

¿Cómo podrías describir la sensación de descender a lo profundo cuando retienes la respiración?

Es una sensación de caer cada vez más rápido y profundo, con un cosquilleo en el estomago, un gran placer y relajación al fondo de la mente, el espíritu y el mar. No se puede describir, hay que vivirlo. Yo pienso que es placer.

¿Cómo es tu entrenamiento para los grandes eventos?

Primero hago un plan, con marcas que gradualmente se van acercando a la meta, yo le llamo escalera de éxitos, es decir si voy a intentar por ejemplo 180m en No Limits, me planifico para hacer 185m en entrenamiento y me propongo metas parciales de 100m, 110, 120,….160, 170, 175, 180, 185, cada una de esas marcas es un éxito a medida que las logro y cada una me motiva a subir el nuevo escalón hacia el éxito 180m oficiales. Entreno en gimnasio, spinning, pesas, natación con y sin aletas, apnea en piscina, y en el mar, negativas, repeticiones al 50%, 75%, etc. Un poco de yoga antes de los entrenamientos, combinados con ejercicios para flexibilizar la caja toráxica. Y paralelamente a todo ese entrenamiento físico, entreno mi mente para el éxito, siempre positivo, siempre tengo la mente adelantada al presente imaginando, visualizando el futuro record con lujo de detalles.

En los dos últimos años ha habido muchos nuevos récords logrados por nuevos campeones mundiales. ¿Qué piensas sobre esta situación? Antes fueron Mayol y Maiorca, luego Pelizzari y Pipin, y ahora: Nitsch, Stephanek, Coste, etc…

Bueno, eso significa que nuestro deporte se esta desarrollando, se expande por el mundo, cada vez hay más competencia, sube el nivel de exigencia y la cantidad de apneistas aumenta.

¿Cuáles son tus planes futuros?

Para el año que viene, quiero hacer una buena actuación en el Campeonato Mundial Individual de peso constante en Niza. Mi meta principal para el 2005 es intentar en la modalidad de No Limits, pienso que tengo buenas posibilidades ya que en los entrenamientos para mi último record (Peso Variable 135m) logre descender con visor a 122m, ahora que estoy entrenando con clip para la nariz, se me facilita bajar más profundo. Lo que no esta fácil es la búsqueda de patrocinantes, espero conseguir algunos internacionales que me ayuden con el tour de eventos del año 2005, también estoy buscando la locación ideal para intentar el No Limits, Italia sería una buena opción, estoy buscando un lugar de aguas tranquilas, buena logística y un fondo a 210m, con este record tendría en mi haber todas las modalidades de mar.

ASOCIACIÓN INTERNACIONAL PARA EL DESARROLLO DE LA APNEA

RECORDS MUNDIALES

Hasta Diciembre 2004

MODALIDAD	APNEISTA	RECORD	FECHA	LOCACION	LUGAR
CATEGORÍA	MODALIDADES ESTÁTICAS				
Apnea Estática Femenino	Lotta ERICSON (Suecia)	6'31"	19/06/2004	Piscina	Limassol (Chipre)
Apnea Estática Masculino	Tom SIETAS (Germany)	8'58"	12/12/2004	Piscina	Eindhoven (Holanda)
CATEGORÍA	MODALIDADES DINAMICAS				
Apnea Dinámica sin Aletas Femenino	Renate DE BRUYN (Holanda)	104m	25/04/2004	Piscina 25 mts	Huy (Bélgica)
Apnea Dinámica sin Aletas Masculino	Stig Aavall SEVERINSEN (Dinamarca)	166m	19/07/2003	Piscina 25 mts	Aarhus (Dinamarca)
Apnea Dinámica con Aletas Femenino	Johanna NORDBLAD (Finlandia)	158m	14/06/2004	Piscina 50 mts	Limassol (Chipre)
Apnea Dinámica con Aletas Masculino	Peter PEDERSEN (Dinamarca)	200m	18/07/2003	Piscina 50 mts	Randers (Dinamarca)
CATEGORIA	MODALIDADES DE PROFUNIDAD				
Peso Constante Femenino	Mandy-Rae CRUICKSHANK (Canadá)	-78m	21/03/2004	Mar	Grand Cayman (Islas Caiman)
Peso Constante Masculino	Martin STEPANEK (República Checa)	-103m	10/09/2004	Mar	Spetses Island (Grecia)
Peso Constante sin Aletas Femenino	Annabel BRISENO (USA)	-42m	23/10/2004	Mar	Kona, Hawaii (USA)
Peso Constante sin Aletas Masculino	Herbert NITSCH (Austria)	-66m	12/09/2004	Mar	Spetses Island (Grecia)
Inmersión Libre Femenino	Annabel BRISENO (USA)	-71m	15/11/2003	Mar	Kona, Hawaii (USA)
Inmersión Libre Masculino	Martin STEPANEK (República Checa)	-102m	23/03/2004	Mar	Grand Cayman (Islas Caiman)
Peso Variable Femenino	Tanya STREETER (USA)	-122m	19/07/2003	Mar	Providenciales (Turks and Caicos)
Peso Variable Masculino	Carlos COSTE (Venezuela)	-135m	27/10/2004	Mar	Puerto La Cruz (Venezuela)
No Limits Femenino	Tanya STREETER (USA)	-160m	17/08/2002	Mar	Providenciales (Turks and Caicos)
No Limits Masculino	Loïc LEFERME (Francia)	-171m	30/10/2004	Sea	Nice (Francia)

Fuente: www.aida-international.org

Sportsub & Sportalsub.net te ofrece la oportunidad de Capacitarte y Certificarte como Buzo Básico, bajo la certificación internacional de Scuba School of Instructors (SSI).

CONTENIDO Y PROGRAMA DEL CURSO

Clases Académicas:
Numero de sesiones: 6, Lugar: Centro de Buceo Sportsub en Altamira, Caracas.
Numero de clases/semana: a convenir
Horario: a convenir

Clases Piscina:
Numero de sesiones: 5, Lugar: Caracas o Chichiriviche de la Costa (estado vargas),
Horario: a convenir

Clases Aguas Abiertas:
Numero de sesiones: 5 (1 snorkeling, 4 inmersiones),
Días: fines de semana,
Lugar: Chichiriviche de la costa, los roques, Mochima o morrocoy.
Horas totales de curso: de 20 a 32 h

Más información e Inscripciones: Teléfono: 0058-212-2675085 / e-mail: sportsub@sportalsub.net

MarRojo En Español

SCUBA SCHOOLS INTERNATIONAL
serious diving. serious fun.

INSTRUCTOR TRAINING FACILITY

" RUTA NORTE "

El Día Sábado anterior a Carnavales se realizara el vuelo Desde Maiquetía – Madrid donde nos trasladaremos al hotel Para pasar la primera noche. El domingo en la mañana después del desayuno nos trasladaremos hacia el Aeropuerto Madrid para volar al Cairo donde daremos inicio a nuestra aventura

Domingo : Madrid - El Cairo

Presentación en el aeropuerto, al menos dos horas antes de la salida del avión. Vuelo línea regular Egyptair Madrid - El Cairo Tramites de aduana en el aeropuerto de El Cairo y traslado al Hotel. Alojamiento.

Lunes : El Cairo- Sharm El Sheikh

Traslado al aeropuerto. Vuelo El Cairo - Sharm El Sheikh Embarque en el South Moon o Golden Emperor. Presentación del barco y tripulación. Distribución de camarotes. Comienzo del crucero RUTA NORTE y de las inmersiones. 5 días de buceo intenso con hasta 4 inmersiones diarias.

Martes a Viernes : Crucero de Buceo "RUTA NORTE"

Crucero de Buceo en régimen de pensión completa. Buceo en la zona del Parque Nacional de Ras Mohammed, el Estrecho de Gubal, el Estrecho de Tiran y pecios como el Thistlegorm entre otros.

Sábado : Sharm el Sheikh

Día de descanso para eliminar el Nitrógeno residual después de las inmersiones. Pensión completa en el barco, fondeo en el puerto para el que quiera pueda pasar la tarde en Sharm El Sheikh y Naama Bay comprando recuerdos o recorriendo el desierto en quads.

Domingo : Sharm el Sheikh - El Cairo - Madrid

Traslado al aeropuerto. Vuelo Sharm el Sheikh - El Cairo. Vuelo El Cairo – Madrid

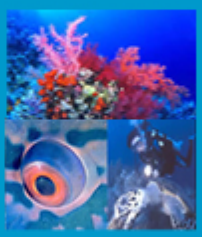
PRECIOS POR PERSONA (Carnavales 2005)

Salidas 5 de Febrero al 14 de Febrero 2005: 1.642USD
Boleto Aéreo Caracas Madrid Caracas: 560 USD

Tasas de aeropuerto y visado 60 €

Reserva Tu cupo con anticipación no te quedes sin bucear en Mar Rojo. Cancela tu paquete con tu tarjeta de credito utilizando tu cupo de USD y Te ahorraras un 30 %

Total Paquete 2.202 USD



CONSULTAR LAS CONDICIONES GENERALES, COBERTURA DEL SEGURO Y CONDICIONES DE CANCELACIÓN EN:

www.ecochallenge.ws e-mail: info@ecochallenge.ws

Campeonato Mundial de Pesca Submarina 2004

Del 10 al 14 de Noviembre de 2004, se estuvo llevando a cabo el XXIV Campeonato Mundial de Pesca Submarina CMAS en la localidad de Iquique, Chile, con la participación de 66 pescadores de 22 países. Los atletas locales conquistaron el Campeonato por Equipos, mientras que Italia se coronó a nivel individual. La Selección Venezolana obtuvo el puesto número 12.

Foto: José Martín

Chile Campeón por Equipos

Gracias a una segunda jornada brillante, el seleccionado nacional de Pesca Submarina Chileno se coronó Campeón por Equipos del Mundial de Pesca Submarina Iquique 2004. La escuadra dirigida por el Técnico Erwin Tapia y los Sub Capitanes Carlos Concha y Luis Rodríguez aseguró el triunfo al acumular 185.560 puntos en las dos pruebas. En el segundo puesto se ubicó el combinado de Italia con 181.020 puntos y tercero España con 135.980 unidades.

Italia Campeón Individual con Stefano Bellani

En la serie individual el representante italiano Stefano Bellani logró el título al sumar 76.320 puntos. En la primera jornada acumuló 38.520 y en la segunda 37.800. Un premio a la regularidad y a la adaptación a las condiciones del mar durante el torneo internacional. El segundo lugar fue para el chileno Ludwin Duarte (Arica) con un total de 67.420 unidades. El tercer puesto de la prueba individual de pesca submarina se la adjudicó el nacional Franco Bósquez (Los Vilos), al promediar 62.580 puntos.

El Equipo Venezolano de Pesca Submarina

Por: Manuel Fuentes, Capitán de la Selección Venezolana

Quisiera darles las gracias a todos aquellos que estuvieron atentos a nuestra actuación en el pasado Campeonato Mundial de Pesca submarina en IQUIQUE-CHILE. Así como a quienes a través de sus páginas WEB hicieron llegar la mayor información que tuvieron a su alcance. También a nuestro principal patrocinante, el Instituto Nacional de Deportes (IND), que a través del Departamento de Deportes para Todos y del Profesor MANUEL CASTILLO, quien puso su confianza en la selección y el nuevo proyecto he hizo realidad la asistencia a este evento mundial.

Decirles a través de este medio los detalles del evento mundialista, sería un poco extenso y tedioso de leer, así que les hago un pequeño resumen.

Todos los miembros de nuestra selección hicieron un trabajo muy a la altura de aquellas selecciones que toman este deporte muy, pero muy en serio. Estas selecciones se anticipan al evento con bastante tiempo, manejan recursos humanos y económicos que le permiten estudiar la zona de competencia tan bien, que llegan a tener un desempeño en la zona igual o mejor que los locales, nuestro equipo estuvo a ese nivel en todos los aspectos:

Estudio de la Zona, nuestro conocimiento del mar nos permitió realizar una adaptación bastante rápida en cuanto al conocimiento y comportamiento de las nuevas especies y su habitat así como tener en cuenta los otros factores que influyen en el comportamiento de los peces, corrientes, temperatura (entre 13º y 16º), afluencia de pescadores (75 participantes), visibilidad (entre ½ mt y 3 mt), etc. y todo esto se pudo constatar los días del evento en si, ya que las zonas que escogimos como buenas, regulares, pobres y malas, fueron las mismas que las escogidas por los mejores equipos, lo extenso de cada zona (8 km. para la zona 1 por unos 200 mts. de ancho, 9 km. La zona 2, por unos 70 mts de ancho, la zona de reserva 6 km con bajos lejos de la orilla), hizo que estos 23 km nos demandaran una inversión de tiempo considerable ya que para un evento de esta magnitud no se puede dejar nada sin revisar. Lo lento de las embarcaciones también tuvo su peso en las estrategias, estas eran de 4-5 y 6 mts de eslora y entre 1.20 y 1.60 de manga algunas con menos de esas medidas e incluso con 60 cm de popa todas de madera con motores pequeños 10 Hp, 15 Hp, 20 Hp y motores de gasoil estas características los hacen muy lentos paras las dimensiones de la zona (me tomo 48 min recorrer de un extremo a otro la zona en busca de un atleta para saber como iba, y tomar la decisión de moverlo o no, tardé igual tiempo en regresar)

En cuanto a la condición física, también se mantuvo a nivel, lo exigente del revisar y competir en agua turbia hace que la cantidad de repeticiones sea elevada, durante las salidas de revisión este promedio fue de 160 repeticiones en 41/2 horas de promedio en el agua, en una profundidad que va de 2 mts hasta 25 mts este numero fue mayor durante la competencia 200 y 215 en las 6 horas durante la competencia nuestros atleta mantuvieron el mismo ritmo que el de los atletas mas fuertes .Esto se pudo ver cuando convergían en un mismo punto 10 o 15 competidores.

En el aspecto técnico también se logro cubrir mucho campo. Se realizaron 6 salidas de pesca entre, ellas una con carácter de competencia de selección para definir quienes de los 5 atletas iría al agua, cada salida al mar, bien fuera a revisar o a pescar tenia varios objetivos a lograr tanto en lo individual como el trabajo en equipo y todo fue acordado durante reuniones para tal fin, los equipos a utilizar fueron también objeto de análisis en conjunto y todos probaron diferentes métodos de pesca para adaptarlo a la zona y a las especies.

Así que como podrán notar por estos detalles el trabajo realizado fue bastante fuerte y planificado para rendir al máximo el esfuerzo y los recursos económicos.

Los logros obtenidos son un equipo que esta en el lugar 12º del Mundo, un atleta en el puesto 17º del Campeonato Mundial, y el logro mas importante para mí es haber adquirido una nueva conciencia de nuestra Selección Nacional. Este equipo que regreso de este mundial se comporto diferente, mas unido con objetivos y metas diarias que realizar, mostraron un respeto al trabajo y hacia mi persona que paga en demasía todo el esfuerzo que ha significado para mi llevar este proyecto adelante, regresamos contentos de nuestros logros tanto personales como por equipo.

No quiero con esto menospreciar las selecciones nacionales pasadas, al contrario es gracias a esta basta experiencia que hemos acumulado en todos esos años de asistencia a eventos de este estilo, lo que nos permitieron hacer los planes y fijar nuevos objetivos de manera segura Gracias a uds. miembros de las selecciones nacionales pasadas, a los campeones nacionales de los diferentes años, a los atletas de 1º categoría, 2º categoría, 3º categoría que conforman nuestro equipo nacional por ese apoyo a nuestra vino tinto de la Pesca Submarina.

Campeonato Mundial CMAS 2004
Pesca Submarina

Iquique, Chile, 10 al 14 de Noviembre de 2004
Resultados Oficiales

:: CLASIFICACIÓN POR EQUIPOS:

1º	Chile	185.560
2º	Italia	181.020
3º	España	135.980
4º	Portugal	113.400
5º	Croacia	90.440
6º	Francia	81.580
7º	EEUU	70.280
8º	Tahití	67.420
9º	Perú	63.320
10º	Grecia	51.700
11º	Brasil	50.140
12º	Venezuela	47.460
13º	Ucrania	46.100
14º	Sudáfrica	37.200
15º	Dinamarca	28.780
16º	Eslovenia	28.060
17º	Nueva Zelanda	26.400
18º	Rusia	26.180
19º	Finlandia	24.660
20º	Argentina	23.560
21º	Inglaterra	20.905
22º	Australia	10.200

Foto: FFESSM/M.Debatty

:: CLASIFICACIÓN INDIVIDUAL

1º	Stefano Bellani	Ita	76.320	23º	Elexandre Viana	Bra	24.290	45º	Mienkov Segiy	Ucr	8.380
2º	Ludwin Duarte	Chi	67.420	24º	Dennis Hausler	USA	23.780	46º	Juan Carlos Morales	Per	8.000
3º	Franco Bósquez	Chi	62.580	25º	Niel Banard	Sud	23.660	47º	Dokuchaev Vladimir	Rus	7.860
4º	Bruno Di Silvestri	Ita	62.120	26º	Robert Humphrey	USA	23.480	48º	Jarrad Erickson	Aus	7.440
5º	José Viña	Esp	54.160	27º	Mike Mc Guire	USA	23.020	49º	Pat Swanzon	Nzl	7.240
6º	Antonio Da Silva	Por	44.200	28º	Fernando Thomi	Bra	21.770	50º	David Ocallaghan	Ing	6.985
7º	Pedro Lay	Chi	43.780	29º	Robert Podgorsek	Esl	21.440	51º	Lee Payaman	Aus	6.760
8º	Santiago Lopez	Esp	42.580	30º	Ioannis Degaitas	Gre	20.600	52º	Soren Assersen	Din	6.520
9º	Mauricio Ramaciotti	Ita	42.580	31º	Hector Estremadoyro	Per	19.160	53º	Johan Wedel Nielsen	Din	6.240
10º	Pedro Carbonell	Esp	39.240	32º	Dimitiros Tsentas	Gre	17.540	54º	Tero Salin	Fin	6.220
11º	Antonio Sousa	Por	39.020	33º	Mislav Ealo	Cro	17.240	55º	Jens Larsen	Din	6.120
12º	Frank Tsiou Folic	Tah	38.700	34º	Kutnetsov Mikhail	Rus	16.700	56º	Robert Baldan	Ven	5.940
13º	Marinov Dario	Cro	38.040	35º	German Perez	Arg	14.880	57º	James Lawson-Smith	Sud	4.900
14º	Lagutin Andrii	Ucr	37.720	36º	Shane FitzMaurice	Nzl	14.880	58º	Jukka Levonen	Fin	4.500
15º	Erick Hanschke	Per	36.160	37º	Matti Pyykko	Fin	13.940	59º	Joel Drollet	Tah	4.320
16º	Gospic Daniel	Cro	36.160	38º	Aggelos Aggelopoulous	Gre	13.560	60º	Collin Smith	Nzl	4.320
17º	Ernesto Jarque	Ven	32.940	39º	Michael Veale	Ingl	13.300	61º	Georges Martens	Bra	4.080
18º	Rui Torres	Por	30.180	40º	Luis Muñoz	Chi	11.780	62º	Alejo Irigoyen	Arg	2.180
19º	Gregory Ortiz	Fra	29.700	41º	Ole Nielsen	Din	9.900	63º	Utkin Alexander	Rus	1.620
20º	Gerard Segura	Fra	26.160	42º	John Girzda	Sud	8.640	64º	Mariano Cuesta	Arg	1.111
21º	Enrico Eric	Fra	25.720	43º	Moreno Matisajic	Esl	8.620	65º	Dario Diaz	Arg	820
22º	Amatahlapo Lailau	Tah	24.400	44º	Yoni Ortega	Ven	8.580	66º	David Thomasson	Ing	620

Fuente: www.cmas2000.org

EL ASPECTO PSICOLÓGICO DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA.

Por: Prof. Juan José Maldonado Ortega

Les entrego aquí, un resumen bastante abordable para toda la comunidad subacuática, respecto de la importancia que debemos otorgarle a la preparación mental o más bien a un equilibrio mente cuerpo, en el entrenamiento de las diversas especialidades que desarrollamos en nuestros centros, para poder lograr el máximo rendimiento deportivo.

El logro de buenos resultados depende de manera fundamental, de una adecuada actitud mental libre de conflictos, pues comúnmente muchos de los errores cometidos por los deportistas a la hora de rendir y alcanzar los logros propuestos están atados con problemas profundos de la personalidad que deben ser atendidos con seriedad, por esta razón debemos entender que el entrenamiento juicioso y constante permite lograr un mejor desempeño y constituye una fuente de satisfacción por medio del cual se alcanzan algunos ideales y aumenta el sentido de autoestima.

Ganar una carrera en el mar, un campeonato de buceo, romper un récord en profundidad apnea, lograr la mejor recolección, entre otras situaciones, constituyen momentos especiales en las vidas de los deportistas del agua y para poder lograrlos no se necesita solamente de una buena condición física, sino también de un apropiado balance de la actividad mental, pues sabemos que existe una fuerte conexión entre lo corporal y lo mental, para cada cosa que se piensa el cuerpo tiene una reacción, sin importar si se trata de algo real o fantaseado.

Por esta razón necesitamos tomar en cuenta que un adecuado entrenamiento mental permite a los deportistas y a las personas en general, superar las barreras que evitan el logro del máximo desempeño, dándoles control sobre el propio rendimiento.

Aunque el entrenamiento físico sea nuestra meta primordial, no pensemos que solo esto sea suficiente para conseguir el éxito. El entrenamiento mental es necesario y debe ser tan fuerte como el otro.

El punto máximo en rendimiento físico es todo con lo que los competidores y los equipos sueñan. Se trata de ese sentimiento especial de participar de tal forma que nada pueda salir mal, situación en la cual la persona esta concentrada en la obtención de su meta y el solo hecho de alcanzarla constituye un fuerte aspecto motivador para practicar deportes y poder superar metas y expectativas que muchas veces ni se pensaron posibles.

Existen algunas características básicas que describen los estados mentales necesarios que deben interactuar y que debemos lograr obtener para fomentar el máximo desempeño durante las actividades físicas y donde debemos hacer énfasis para que el logro del mayor rendimiento se garantice.

Tomaremos en cuenta entonces como características relevantes y globales:

El **Relajamiento**; pues en ausencia de este, el estrés supera nuestra preparación y disminuye nuestro rendimiento.

La **Confianza**; que solo logramos cuando tenemos una preparación adecuada y sabemos que contamos con las capacidades para lograr nuestro objetivo.

Concentración; debido a que debemos centrar nuestro pensamiento solo en la actividad que estamos realizando para optimizar nuestros esfuerzos.

Facilidad; la cual se presenta cuando logramos un dominio de la actividad y que se obtiene por un entrenamiento constante y sistemático.

Automatismo; entendido como la integración de los movimientos especializados que nos permiten disminuir el trabajo mental consciente con respecto a la actividad, llevándonos a la facilitación de nuestra tarea.

Diversión; por el gusto a lo que hacemos y que nos lleva a esforzarnos más y de manera constante para lograr un mejor desempeño y que más aun, nos satisface, pues le otorgamos un sentido más significativo para nosotros mismos, y finalmente.

Control; este último lo logramos con la suma de los aspectos anteriores y que sumados al entrenamiento adecuado nos lleva a entender acabadamente la actividad y lograr un dominio consciente e inconsciente para realizarla con mayor perfección.

Juan José Maldonado Ortega

Prof. Educación Física
Magíster (c) en Entrenamiento Deportivo
Entrenador Rama de Deportes Submarinos Universidad de Chile

"La disciplina es la madre del éxito."
Esquilo.

GUANGDONG FINSWIMMING TEAM

Marcando la pauta en la Natación con Aletas Mundial

Originado en Europa hace más de 30 años, la Natación con Aletas se ha convertido en uno de los deportes subacuáticos más practicados en todo el mundo. Una de las potencias mundiales en este deporte ha sido China, el llamado Gigante Asiático ha sido conjuntamente con Rusia, el país que ha acaparado el mayor número de medallas en las competiciones internacionales y campeonatos mundiales. Uno de los clubes deportivos más destacados, no solo en China sino en todo el mundo, por el número de nadadores de alto nivel es el Club Guangdong de Natación con Aletas, ubicado en la provincia del mismo nombre al sur del país asiático.

El Club Guangdong fue fundado en 1.978, su cuerpo técnico posee en la actualidad dos entrenadores principales, tres entrenadores asistentes y un médico, además de contar con un gran número de atletas en varias categorías. La filosofía del club se basa en los principios de trabajo duro, disciplina y entrenamiento guiado y planificado, lo que se ha traducido en resultados y logros sorprendentes a lo largo de la historia. Los Nadadores del Club Guangdong han sido 67 veces campeones mundiales, 16 de sus atletas han establecido 47 récords mundiales y en la actualidad, poseen 11 récords mundiales.

<< Qiu Yadi (Entrenador)

El Señor Qiu Yadi posee Postgrado del Colegio Deportivo de Yuhan. Es el entrenador principal del club Guangdong y del equipo estatal de Natación con Aletas. Qiu fue también un destacado atleta, fue el primer nadador chino en romper un récord mundial en natación con aletas, logrando esta hazaña en tres ocasiones. Desde 1990 Qiu ha sido entrenador del Club Guangdong. Durante ese período ha entrenado a un gran número de atletas, campeones mundiales y poseedores de récords mundiales en las diferentes categorías y pruebas de este deporte. Con su amplia experiencia en métodos de entrenamiento, conocimiento de las ciencias del deporte y la aplicación de estos conocimientos y técnicas a las rutinas de sus atletas, Qiu Yadi se ha convertido en uno de los entrenadores de natación con aletas más reconocidos y respetados en todo el mundo.

<< Chen Bin

Chen Bin nació en 1980 en Huadu, Guangzhou. Se inició en la Natación con Aletas en la Escuela Deportiva de Guangzhou a la edad de 11 años. En 1992, empezó a entrenar con el equipo de Guangzhou a cargo de Li Suping y luego de 2 años ganó el Campeonato Nacional Juvenil en Media y Larga Distancia. En Abril de 1997 el entrenador Qiu Yadi se percató del talento de este joven nadador chino y lo llevó a entrenar en el Club Guangdong. Desde ese entonces, Bien ha formado parte del equipo de Natación con Aletas de Guangdong y ha participado en el Equipo Nacional de China, representado a su club y a su país en muchas competencias, ganando en 4 Campeonatos Mundiales desde la Categoría Juvenil. Ha implantado en 3 ocasiones Récords Mundiales en las modalidades de 400 mts y 800 mts inmersión, lo que le valió el reconocimiento como uno de los atletas más destacados por el Instituto de Deportes de la Provincia de Guangdong.

<< Liu Qiurong

Entre 1990 y 1996 fue ganador por cuatro Campeonatos Mundiales consecutivos en las modalidades de 50 metros apnea y 100 metros inmersión implantando en varias ocasiones los récords mundiales en ambas pruebas.

Liu Qi >>

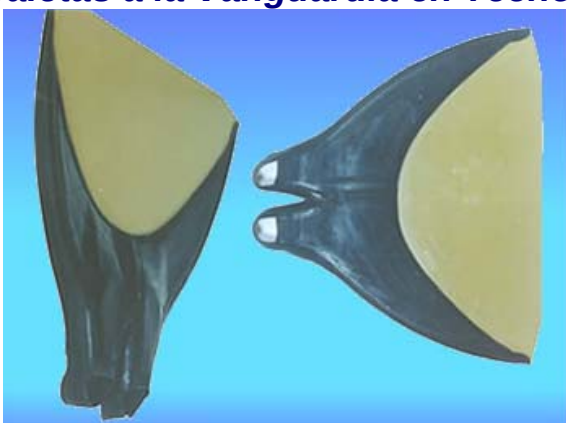
Ha sido Campeona Mundial de los 50m, 100m, 200m, 400m superficie, 50m apnea y 100m inmersión, actual poseedora del Récord Mundial en 200 y 4x200m superficie. Desde 1994 ha ganado 27 medallas de oro en Campeonatos Mundiales siendo reconocida como la Mejor Nadadora con Aletas por parte de la CMAS

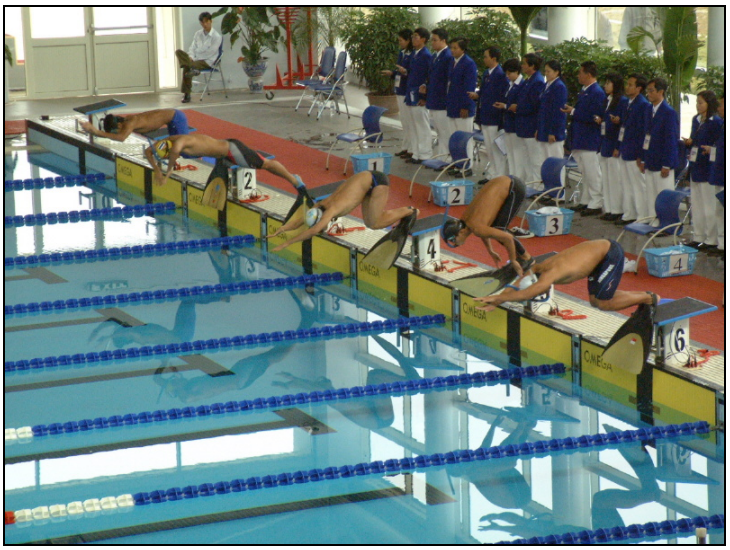
<< Li Shazhen
Fue Campeona Mundial de 50m superficie, 50m apnea y 100m inmersión y poseedora del Récord Mundial en 50 m apnea, 4x100m y 4x200m superficie.

<< Wu Xiaohui
Fue Campeona Mundial en 100m y 200m, superficie, así como en 400m y 800m inmersión y poseedora del Récord Mundial en 200m, 4x100m y 4x 200m superficie.

<< Zhu Bao Zhen
Campeona Mundial y actual poseedora de los Récords Absolutos del Mundo en 100m superficie 50m apnea, 100m y. 400m inmersión.

Monoaletas a la Vanguardia en Tecnología





Para la Natación con Aletas, el desarrollo de la Monoaleta es una parte fundamental para obtener Buenos resultados deportivos. En el 10mo Campeonato Mundial realizado en España, por primera vez los nadadores rusos ganaron 10 medallas de oro, debido al desarrollo de un Nuevo modelo de monoaletas. El Equipo Chino ganó solo 9 medallas en esa ocasión y fue la primera vez que el equipo Ruso superó al chino en 10 años de competencias mundiales. En el 2001 los Atletas rusos ganaron 8 medallas de oro en 10 eventos en los Juegos Mundiales Realizados en Japón. El Equipo Chino ganó solo una medalla de oro, su peor resultado en toda la historia de este deporte.
Para poder cambiar esta situación y volver al sitial de honor en la Natación con Aletas Mundial, China comenzó a desarrollar sus nuevos modelos de monoaletas a finales de 2002. Haciendo estudios a profundidad del diseño de la monoaleta, el rendimiento de la patada en el agua, la distribución de la fuerza, así como el movimiento de la aleta longitudinal y lateralmente, empezaron a desarrollar su nuevo tipo de monoaletas en el 2002, luego de estos estudios y numerosas pruebas y experimentos.
El nuevo tipo de monoaletas difería en el diseño anterior, ya que a pesar de poseer la bota en una sola pieza, esta se distribuía por los extremos de la monoaleta y hacia el centro dándole una apariencia tridimensional vista desde diferentes ángulos.
Los Nuevos materiales y el diseño de la monoaleta, proporcionaron una nueva y mejor flexibilidad en la pala de la aleta, hecha de combinaciones de plástico y fibra de vidrio. Esto incrementó de gran forma la frecuencia del movimiento y el rendimiento de la monoaleta. Con el uso de estas nuevas aletas, los nadadores rompieron 3 nuevos récords nacionales en los Campeonatos Chinos de 2002. En el 11er Campeonato Mundial de Natación con Aletas, realizado en China, en Septiembre de 2004, el Equipo Chino ganó 13 medallas de oro, 8 medallas de plata y 4 de bronce, en 24ª eventos, además de romper 1 récord mundial y 11 récords del campeonato. De esta forma China retomó el liderato en la Natación con Aletas Mundial.

Fotos: CMAS ASIA

Récords Mundiales Natación con Aletas CMAS. Hasta Diciembre 2004.

HOMBRES

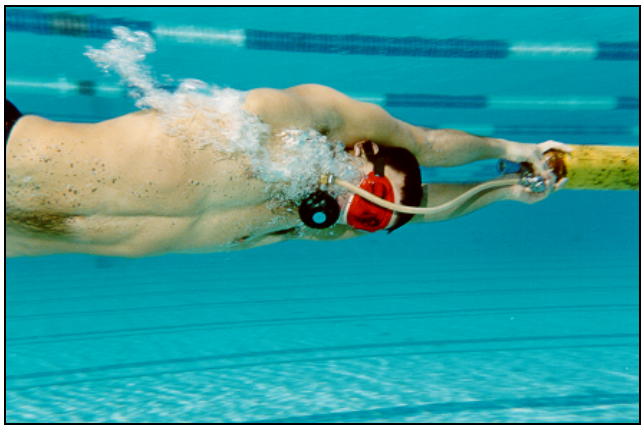
SUPERFICIE					
50M	15”68	SKORZHENKO EVGENIJ	RUS	2004/10/27	Shang Hai
100M	35”59	SKORZHENKO EVGENIJ	RUS	2002/09/12	Patra
200M	1’23”21	REZNIKOV NIKOLAJ	RUS	2004/10/27	Shang Hai
400M	3’20”84	KABANOV PAVEL	RUS	2002/07	
800M	6’25”61	JUHOS GERGELY	HUN	2004/10/28	Shang Hai
1500M	12’29”58	REZNIKOV NIKOLAJ	RUS	2004/10/25	Shang Hai
INMERSIÓN					
50M	14”18	SKORZHENKO EVGENIJ	RUS	2004/10/23	Shang Hai
100M	31”52	SKORZHENKO EVGENIJ	RUS	2002/09/09	Patra
400M	2’46”65	SAPRIKIN IGOR	RUS	2003/06	
800M	5’53”49	CHEREVKO SERGEI	RUS	2004/10/26	Shang Hai
RELEVOS					
4X100M	2’24”42	KARMANOV AEXANDER ACHAPOV SERCEY ANIOUTIN ALEXANDER BOURAKOV ANDREY	RUS	2004/10/28	Shang Hai
4X200M	5’36”96	KABANOV PAVEL CHEREKO SERGEY BAEV SERGEY REZNIKOV NIKOLAYj	RUS	2004/10/24	Shang Hai

MUJERES

SUPERFICIE					
50M	17”76	YANG YU QIONG	CHN	2004/10/24	Shang Hai
100M	39”73	ZHU BAO ZHEN	CHN	2004/10/26	Shang Hai
200M	1’32”24	LIU QI	CHN	2004/10/23	Shang Hai
400M	3’17”78	CHEN XIAO PING	CHN	2004/10/27	Shang Hai
800M	6’57”82	CHEN XIAO PING	CHN	2004/10/24	Shang Hai
1500M	13’26”18	ZHAO XIAO LIAN	CHN	1994/10/26	Dong Guan
INMERSIÓN					
50M	16”06	ZHU BAO ZHEN	CHN	2004/10/28	Shang Hai
100M	35”21	ZHU BAO ZHEN	CHN	2004/10/23	Shang Hai
400M	3’00”01	ZHU BAO ZHEN	CHN	2004/10/24	Shang Hai
800M	6’29”04	WANG JING JING	CHN	2002/06/02	Mian Yang
RELEVOS					
4x100M	2’44”02	KRAVCHUK VASILISA GLOUKHIKH ANASTASSIA ARTEMEVA VALENTINA DEDYUCH SVETLANA	RUS	2004/10/28	Shang Hai
4x200M	6’13”52	CHEN XIAO PING ZHONG JIE XIA WANG JIE LIU QI	CHN	2004/10/25	Shang Hai

Descubre el mundo de la Natación Subacuática

con Sportsub y la Federación Venezolana de Actividades Subacuáticas



La Natación con Aletas o Natación Subacuática es una actividad deportiva que puede practicarse con fines competitivos. A nivel nacional e Internacional se realizan competencias de las diferentes modalidades en que se practica; sin embargo, es una actividad que tiene un alcance mucho mayor, puesto que además de ser un deporte por sí mismo, es una actividad que puede servir de gran utilidad para otros deportes subacuáticos como la Apnea, Pesca Submarina, Rugby Subacuático y Hockey Subacuático si es incorporado dentro de las rutinas de entrenamiento.

Además de esto, el nado con aletas o monoaletas y ciertas técnicas e implementos utilizados en este deporte son cada vez más empleados en los entrenamientos y preparación de atletas de natación clásica. Sportsub & Sportalsub te ofrece la oportunidad de realizar el único taller dedicado a esta actividad deportiva en el país, con los más calificados instructores y el aval de la Federación Venezolana de Actividades Subacuáticas (FVAS). Este taller tiene como finalidad el poder llevar el deporte de la natación con aletas o natación subacuática a la mayor cantidad de personas, contribuyendo de esta forma con el proceso de masificación deportiva que Sportsub & Sportalsub viene desarrollando conjuntamente con la Federación Venezolana de Actividades Subacuáticas, orientado y dirigido por especialistas en el área y bajo las más estrictas normas de calidad y seguridad.

Igualmente, este taller está orientado a atletas, entrenadores y clubes de natación clásica que deseen incorporar elementos de la natación subacuática a sus entrenamientos y de esta forma mejorar el rendimiento deportivo.

FVAS

Para más información sobre nuestros talleres en Venezuela:

Teléfonos: 0416-8053412 / 0412-7218620 / 0414-3899968

e-mail: sportsub@sportalsub.net

VII Interligas de Rugby Subacuático

Logros más allá de los resultados y los goles.

Por: Miguel A. Cedeño O. / miguel@sportalsub.net
Capitán de la Selección de Rugby Subacuático de Distrito Capital – Venezuela

Durante el mes de Diciembre de 2004, por primera vez un equipo de Rugby Subacuático venezolano participaba en un Campeonato de esta disciplina deportiva fuera de nuestro país, la experiencia, en lo deportivo y en lo personal fue muy enriquecedora, pues sentó las bases para un futuro y rápido desarrollo de esta actividad deportiva en Venezuela.

Selección Distrital de Rugby Subacuático - Venezuela, 2004

Luego de casi 4 años practicando el Rugby Subacuático en Venezuela, la asistencia de la Selección de Distrito Capital de Venezuela al VII Campeonato Interligas realizado en Colombia, fue para nosotros, como pioneros del Rugby Subacuático en nuestro país, un gran logro, puesto que no ha sido fácil concretar el desarrollo definitivo de este nuevo deporte subacuático en Venezuela.

A pesar de ello, esta participación nos abre muchas puertas en búsqueda de integrar a muchas más personas en la práctica de este apasionante deporte, ya que gracias a esta experiencia nos vemos comprometidos en la difusión de esta actividad en otros clubes y entidades en nuestro país.

Compromiso que, aunado a las ganas e interés por parte de nuestros jugadores en seguir mejorando en los aspectos organizativos y deportivos nos motivan a seguir en este camino para lograr el reconocimiento definitivo de esta actividad que día a día va ganando más espacio y renombre en Venezuela.

Varias participaciones en espacios radiales (inclusive una en vivo desde el Complejo de piscinas de Popayán a través de una emisora local); menciones en diversos medios impresos y hasta cuatro participaciones y entrevistas en Programas de Televisión Nacional son otro de los logros derivados de nuestra participación en este evento, ya que de cierta forma nos permitió dar a conocer a través de estos medios de comunicación masivos de que se trata nuestro deporte, como se practica y adonde tienen que acudir las personas que quieran incursionar en este deporte subacuático en Venezuela.

No contar con todo el apoyo, en lo económico y en lo organizativo, no fue impedimento para que este grupo de deportistas tomáramos la decisión de acudir a este evento; sin embargo debemos agradecer nuevamente a las empresas, personas y organizaciones que nos apoyaron.

AVIANCA, Hermandad Gallega de Venezuela, Centro de Actividades Subacuáticas de la Universidad de Venezuela, Federación Venezolana de Actividades Subacuáticas, Elinsubca, Sportsub & Sportalsub, Campeones Amateur, Entrevistas con el Deporte, Kuerpo Activo FM, Asociación Venezolana de Exploración Subacuática y Carril 4, entre otros.

También hay que mencionar que para el 2005 el Rugby Subacuático ha sido tomado en cuenta por primera vez, por la Federación Venezolana de Actividades Subacuáticas, máximo ente rector del deporte subacuático en nuestro país para formar parte del cronograma oficial para este nuevo año.

Estos son apenas los primeros pasos de lo que será la consolidación definitiva de esta disciplina deportiva en Venezuela durante los próximos años.

VII Campeonato Interligas de Rugby Subacuático de Colombia

Primera participación de un equipo venezolano.
Popayán, Colombia del 3 al 5 de Diciembre de 2004.

(Sportalsub-Especial. 8 de Diciembre 2004)

Durante el fin de semana del 4 y 5 de Diciembre los integrantes de la Selección de Rugby Subacuático del Distrito Capital de Venezuela estuvieron participando en el VII Campeonato Interligas, realizado en la ciudad de Popayán, Departamento del Cauca de nuestro país vecino.

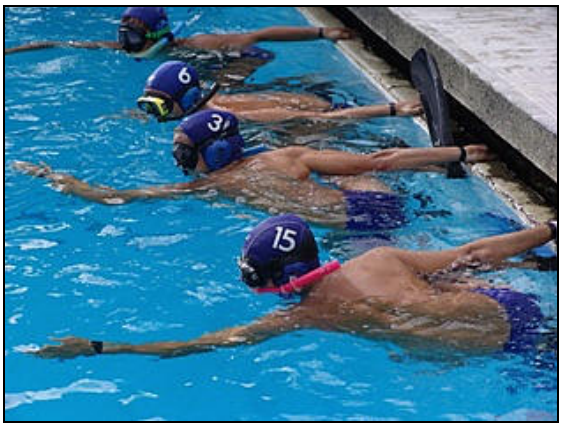
La experiencia a nivel deportivo no fue la mejor que se esperaba, en términos de los resultados obtenidos, ya que de los 5 encuentros disputados el equipo venezolano, ni siquiera pudimos vencer la portería contraria de los equipos adversarios. Y es que el nivel del torneo más importante de la especialidad en un país que tiene más de 15 años en la práctica organizada de este deporte superó cualquier expectativa de resultados positivos, pero dejó un gran aprendizaje para seguir con la evolución y desarrollo del Rugby Subacuático en Venezuela.

Valle Campeón en Masculino

Al final, el equipo ganador del torneo en la rama masculina fue el de la Selección del Valle, que en una apretada final venció al equipo de Antioquia por 2-1. El tercer lugar lo ocupó el equipo de Bogotá, el cuarto fue para el equipo local del Cauca, mientras que el quinto y sexto puesto fueron para el equipo de Risaralda y Distrito Capital de Venezuela, respectivamente.

Antioquia gana en Femenino

En la categoría femenina, el triunfo fue para las jugadoras de Antioquia, quienes vencieron al equipo del Valle, en una definición por penales. El tercer lugar lo ocupó Risaralda, mientras que el cuarto puesto fue para Bogotá.



Entrevistas

Sergio René Elena Romero

Edad: 30 años
Club: Hermandad Gallega (Caracas, Venezuela)
Posición: Guarda Portería
Tiempo Jugando Rugby Subacuático: 4 meses

¿Cómo estuvo el nivel del VII Campeonato Interligas de Rugby Subacuático jugado en Popayán?

El nivel del campeonato fue de alta competitividad, claro está era una campeonato Interligas, campeonato cómo este es de donde se escoge el equipo base de la selección para el campeonato mundial (realizado cada 4 años), siendo Colombia un equipo que alcanzó un puesto respetable en el mundial del 2003.

¿Cuál fue el partido más difícil de jugar y por qué?

El partido de mayor dificultad me resultó ser el último contra Bogotá. Teníamos la expectativa de que podíamos mantener un resultado sin llegar al *nock out* ya que contábamos con mayor experiencia lograda de los partidos anteriores, incluso de haber jugado tan bien contra Risaralda justo antes (resultado 7 a 0), sin embargo nos encontrábamos fatigados, con excesivo frío, varios jugadores indispuestos y en consecuencia no logramos mantener en todo momento una buena defensa.

¿Qué le pareció la participación y el nivel de la Selección de Distrito Capital - Venezuela en el torneo?

A mi parecer, contábamos con buenas condiciones físicas (aún enormemente mejorables) pero nos faltaba mayor técnica de juego, como defender, los cambios, la portería, defensa del balón. Muchas cosas tuvimos que terminar de aprenderlas allá en la marcha, todo esto producto de que por primera vez un equipo venezolano se medía en competencia fuera de Venezuela, y aún más con los mejores equipos de Colombia.
La participación fue excelente ya que supimos sacarle el máximo provecho a esta experiencia, de aprender en equipo y mejorar nuestro juego partido a partido, definitivamente ahora no somos los mismos.

¿Qué recomendaciones les darías a todas aquellas personas que deseen practicar esta actividad deportiva?

Que no esperen más para acercarse y aprender a jugar Rugby Subacuático, sabemos que cuando lo prueben se quedarán pegados. Tenemos grandes ventajas en nuestro país, una buena infraestructura de piscinas, buenos atletas de otras disciplinas acuáticas y no-acuáticas que podrían conseguir buen rendimiento en este deporte y la oportunidad de medirnos con atletas vecinos de gran nivel que nos ayudaría a alcanzar con relativa rapidez una participación en un próximo mundial. Además una gran ventaja es que el equipo requerido para practicarlo es económico, sólo necesitas: máscara, aletas y tubo respirador (todos éstos de bajos costos en la gama de los equipos del submarinismo).

No desaprovechemos la experiencia y el empuje que traemos, la selección de Rugby Subacuático, ya que es éste el momento de masificar este fascinante deporte y hacer que la práctica de las actividades subacuáticas esté al alcance de todos.

Mónica Miamián López

Edad: 26 años
Club: Univalle (Cali, Colombia)
Posición: Roba balones
Tiempo Jugando Rugby Subacuático: 6 años

¿Cómo estuvo el nivel del VII Campeonato Interligas de Rugby Subacuático jugado en Popayán?

Creo que de manera general el nivel ha descendido en el rugby y pienso que se debe en primer lugar, para el caso de este último Interligas, a la sede elegida para llevarlo a cabo, por la distancia a otras ciudades. Pude observar que muchos equipos tanto de hombres como de mujeres no asistieron con los jugadores completos, como sí lo hacen para otros campeonatos. Además, otro factor, que me parece que ha influido es que hay muy poca gente nueva y los equipos no se están renovando como se esperaría. Sin embargo también hubo equipos que sin tener su gente completa, dieron todo en los partidos y eso es importante reconocerlo.

¿Cuál fue el partido más difícil de jugar y por qué?

Bueno, siempre el partido mas tensionante es el partido final porque el compromiso es muy grande y porque ambos equipos tienen el único objetivo de ganar el torneo

¿Como te pareció la participación y el nivel de la Selección de Distrito Capital - Venezuela en el torneo?

En cuanto a la participación me parece genial que hayan asistido como equipo porque se gana experiencia, pero me parece también que falta mucha práctica con equipos de mayor nivel porque eso los conduce a exigirse más y el nivel obviamente mejorará.

¿Qué recomendaciones les darías a todas aquellas personas que deseen practicar esta actividad deportiva?

Mucha disciplina, y sacrificio en un partido. Es fundamental siempre pensar en el equipo. El rugby sub es apasionante y una vez lo conoces es muy difícil dejar de jugarlo.

Aprende a Jugar

Rugby Subacuático

Sportsub & Sportalsub te ofrece la oportunidad de realizar el único taller dedicado a esta actividad deportiva en el país, con los más calificados instructores y el aval de la Federación Venezolana de Actividades Subacuáticas

CONTENIDO

PARTE TEÓRICA:
- Historia del Rugby Subacuático
- Descripción del Juego
- Introducción a los Reglamentos
- Técnicas y tácticas de juego
- Aspectos de Seguridad
- Equipo específico
- Entrenamientos
- Fotos y videos

PARTE PRÁCTICA:
- Uso y manejo del equipo
- Maniobras de descenso
- Posiciones en el agua
- Técnicas de defensa y ataque
- Simulación de juego
- Actividad recreativa

FVAS

Para más información sobre nuestros talleres en Venezuela:
Teléfono: 0212-2675085
e-mail: sportsub@sportalsub.net

A I D A

AIDA international

Curso de Apnea en Venezuela

"El cuerpo se desvanece mientras el alma se apodera de la vida". Así se han descrito las sensaciones que un apneista siente al descender al azul profundo, dominando su cuerpo y concentración más allá de los límites. La apnea encierra hoy, más que nunca, la aventura el dominio y la pasión por el mar. Si eres de los que quieres progresar y descubrir la apnea podrás hacerlo de la mano de los mejores. Sportsub & Sportalsub.net te invita a realizar este Curso de Apnea, único en Venezuela con el Aval de la Asociación Internacional para el Desarrollo de la Apnea.

Más información:
Teléfono: 0058-212-2675085 / e-mail: sportsub@sportalsub.net

RUTH FLORES, POSEIDÓN SE RENDIRÍA A SUS PIES

Por Baudy Dávila
bdavila74@yahoo.com

La primera vez que tuve la oportunidad de ver a Ruth Flores, fue hace ya casi tres años atrás, y nunca imaginé que tenía ante mí a una de las atletas con mayor espíritu y disposición mental para triunfar en la vida deportiva. En aquella ocasión coincidimos en la realización de un curso de mercadeo deportivo efectuado en las instalaciones del Hotel Best Western del CCCT, y en las pocas oportunidades que intercambié palabras con ella, sin saber que era una apneísta, me pareció una chica muy inteligente y enérgica. Y es que a pesar de su diminuta apariencia, poca estatura y muy delgada, su personalidad es tan fuerte, más aún dentro de su ambiente subacuático, que él mismo Poseidón se rendiría a sus pies.

Por lo antes expuesto, y otras razones, para mí no fue una sorpresa que esta apneísta Venezolana, implantara un nuevo récord nacional en la modalidad de Peso Constante, al descender a -45 mts de profundidad en el marco del BIOS Freeology Open Classic Chipre 2004, actuación que le valió la admiración de muchos allá, y que fue factor para que su nombre empezará a ser más escuchado en el ambiente deportivo y periodístico de nuestra nación. Quizás, desde ese momento, la joven atleta dejó el anonimato, para convertirse en Ruth Flores “la Aleta Marina de Venezuela”, como algunos conocidos y personas ligadas al mundo marino la empezaron a llamar.

Para finales del 2004, exactamente, para el 16 de noviembre, las destacadas actuaciones de la bella submarinista recibieron su justo reconocimiento, el cual provenía de afuera de nuestras fronteras. La apneísta criolla había sido galardonada con el Trofeo ICARE 2004, que premia a los mejores exponentes de la disciplina de la apnea en el ámbito mundial, para las personas que les tocó otorgar dicho reconocimiento, no había duda que la revelación femenina en el deporte de las profundidades marinas, gracias a su destacada participación en competencias Internacionales, tenía nombre y apellido: Ruth Flores.

A principios de este 2005, le tocará a sus compatriotas reconocerle su corto, pero fructífero transitar por los mares nacionales e internacionales, cuando se otorguen los Premios Víctor Figueras 2004, para el que está nominada, al igual que otros atletas nacionales relacionados con el mundo de los deportes no tradicionales en el país. Es muy probable que los encargados de otorgar dicho reconocimiento nacional sabrán apreciar el valor que Flores representa para los practicantes de las actividades subacuáticas en el país, y por supuesto, para la nación entera, deseosa de ver nuevas esperanzas florecer, para tener muchos motivos de celebración y jubilo en el año que apneas da sus primeros pasos. El futuro de la “Aleta Marina de Venezuela” se pierde de vista, como ella cuando se sumerge en el abismo marino en busca de una nueva marca. El 2005 podría ser de seguro, si ella recibe el debido apoyo gubernamental, así como de la empresa privada, y otras personas ligadas al medio deportivo, el de su consagración definitiva, mérito que ella merece sin lugar a dudas.

Éxitos y suerte Ruth, y sigue siempre con ese espíritu tan grande, el cual se esconde en tu pequeña humanidad, pero que sabe emerger en cada competencia y reto que te toca enfrentar.

APNEA

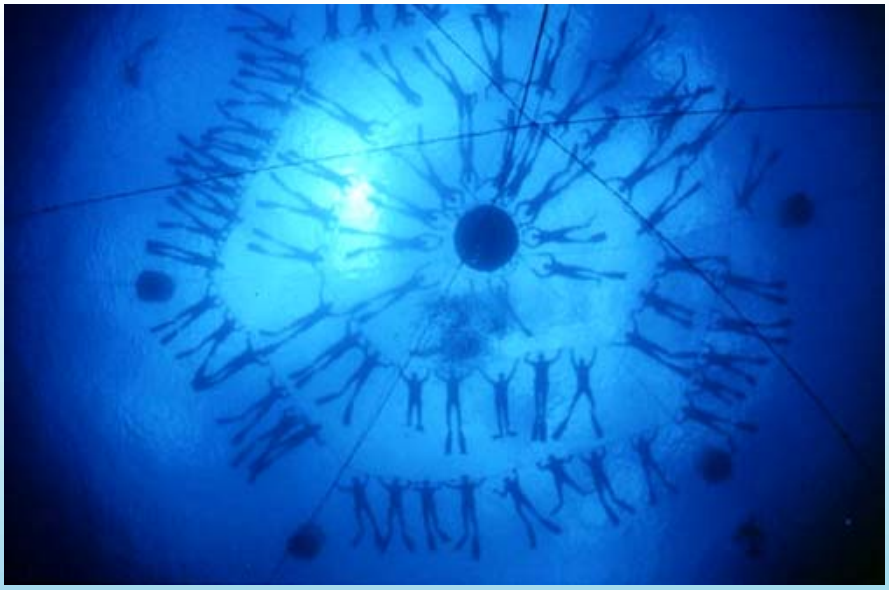
UNA VISION COLECTIVA DE UN DEPORTE INDIVIDUAL

En la localidad de Ustica en Italia, se realizo la inmersión simultánea más grande registrada hasta el momento, con 200 aletas participantes y un nivel de organización de primera lo que le valió el record guiness del 2003.

Comienzo este espacio recordando tan impresionante evento, que quedo registrado no solo en los libros de la historia sino en el corazón de cada uno de los participantes, por la sencilla razón de darle la importancia debida a la participación en colectivo de una actividad individual. La apnea siempre a estado caracterizada por la figuración de un ser o individuo, que ostenta la mejor marca o el record mundial, cosa que no critico dado que en todo deporte debe existir un ganador, pero detrás de ese ganador existen muchos otros posibles plusmarquistas o campeones que están haciendo y cultivando su oportunidad. Por ser un deporte donde el participante tiene que hacer su mayor esfuerzo para ganar el factor seguridad tiene que estar siempre presente y mas en los casos de los atletas apasionados que dejan de un lado el ámbito deportivo y se olvidan que nuestro cuerpo tiene un limite, es allí donde entra la parte colectiva de la actividad.

"Todos están listos en su lugar, - 5.4.3.2.1.... la sirena del gran barco suena, 200 aletas ascienden al cielo con perfecta sincronía, para desaparecer después de pocos segundos....." reina ahora silencio. Palabras de Alberto Balbi, fotógrafo del evento.

Desde la simple rivalidad de superar a mi compañero por ver quien es el primero en llegar a los 30, 40, 50 metros hasta depender de la asistencia de este para retornar consiente a la superficie. El compañero…..mi grupo de entrenamiento….mis amigos que toman parte de esa maravillosa experiencia de bucear en apnea, deben estar presente para compartir los logros, las aventuras, la diversión y las pequeñas frustraciones que podamos llegar a sentir.



APNEA

No es solo tener un vigilante o asistente fuera del agua, no solo es tener la mejor seguridad para la inmersión, es el compartir, es el poder hablar con alguien que entienda de que estas hablando, que vea lo que tu vez.

La energía que envuelve una inmersión en colectivo no se compara a ninguna otra, y más cuando el objetivo es el mismo: disfrutar y compartir el extraordinario silencio de cada uno de nuestros pensamientos al contemplar la majestuosidad de estar sumergido en el medio sub-acuático.

Por:
RONALD LAURENS
Instructor de Apnea y Juez Internacional.

Agradecimientos al fotógrafo Alberto Balbi - Apnea Magazine

No te pierdas nuestro próximo número

Sportalsub Nº 7 Enero-Febrero 2005