



**CMAAS**

CONFÉDÉRATION MONDIALE  
DES ACTIVITÉS SUBAQUATIQUES

---

WORLD UNDERWATER FEDERATION

---

**STATISCHE APNOE  
ÜBERSETZUNG DES INTERNATIONALEN  
REGELWERKES**

VERSION 2017/02

CA - 195

## INHALTSVERZEICHNIS

<b>1.</b>	<b>ABSCHNITT I</b> .....	<b>3</b>
<b>1.1</b>	<b>DEFINITIONEN</b> .....	<b>3</b>
1.1.1	Apnoe .....	3
1.1.2	Wettkampfveranstaltung, Wettbewerb und Versuch .....	3
1.1.3	Statische Apnoe .....	3
1.1.4	Verlust des Bewusstseins – Blackout.....	3
1.1.5	Verwendung des männlichen Pronomens.....	3
1.1.6	Regelverletzungen .....	3
1.1.7	Wettkampfveranstaltungen und Abnahme von Rekorden .....	3
<b>2.</b>	<b>ABSCHNITT II</b> .....	<b>4</b>
<b>2.1</b>	<b>ALLGEMEINE TECHNISCHE REGELN</b> .....	<b>4</b>
2.1.1	Kategorien, Material und Ausrüstung der Athleten .....	4
2.1.2	Aufbau der Competition Area (Wettkampfbereich).....	4
2.1.3	Warm-up Area (Aufwärbereich).....	5
2.1.4	Verlust des Bewusstseins, Blackout - Verlust der motorischen Kontrolle (“Loss of motor control” LMC) .....	5
2.1.5	Assistent der Athleten (Coach) .....	5
<b>2.2</b>	<b>KAMPFRICHTERGREMIUM (PANEL OF JUDGES) UND ASSISTENTEN (STAFF)</b> .....	<b>5</b>
2.2.1	Allgemeines .....	5
2.2.2	Technical Delegate .....	6
2.2.3	Competition Area Judge (Kampfrichter des Wettkampfbereichs) .....	7
2.2.4	Surface Judge (Kampfrichter an der Bahn).....	7
2.2.5	Warm-up Judge (Kampfrichter des Aufwärbereichs) .....	7
2.2.6	Starter (Startrichter) .....	8
2.2.7	Timekeeper (Zeitnehmer).....	8
2.2.8	Technical und Safety Judge (Judge zuständig für techn. Ablauf und Sicherheit) ..	8
2.2.9	Starting Judge (Startrichter) .....	9
2.2.10	Competition Secretary (Wettkampfsekretär).....	9
2.2.11	Medical Assistance (Medizinische Betreuung) .....	9
2.2.12	Weitere Assistenten .....	10
<b>3.</b>	<b>ABSCHNITT III</b> .....	<b>10</b>
<b>3.1</b>	<b>AUSTRAGUNG DER WETTBEWERBE</b> .....	<b>10</b>
3.1.1	Start .....	10
3.1.2	Apnoe .....	11
3.1.3	Auftauchen .....	11
3.1.4	Durchführung des Wettbewerbes .....	12

## 1. ABSCHNITT I

### 1.1 DEFINITIONEN

#### 1.1.1 Apnoe

---

Der Begriff „Apnoe“ bezeichnet eine Sportart, bei der der Athlet seinen Atem anhält und gleichzeitig die Atemwege unter der Wasseroberfläche hält.

#### 1.1.2 Wettkampfveranstaltung, Wettbewerb und Versuch

---

Der Begriff „Wettkampfveranstaltung“ wird für Apnoeveranstaltungen verwendet, die verschiedene Disziplinen umfassen können.

Der Begriff „Wettbewerb“ verweist auf jeden Durchgang einer Disziplin, der innerhalb eines Wettkampfs ausgetragen wird.

Der Begriff „Versuch“ kennzeichnet die Einzelaktion des Athleten.

Die „Leistung“ ist das in Distanz oder Zeit messbare Ergebnis aus dem Versuch des Athleten.

#### 1.1.3 Statische Apnoe

---

Statische Apnoe ist die Disziplin, bei der der Athlet eine maximale Dauer der Apnoe erzielen möchte, die mindestens über eine zuvor angegebene Zeit gehen soll und wenn möglich über diese Zeit hinaus.

Diese Disziplin wird in einem Schwimmbecken durchgeführt.

#### 1.1.4 Verlust des Bewusstseins – Blackout

---

Der Begriff „Blackout“ bezeichnet den Verlust des Bewusstseins.

Der Verlust des Bewusstseins muss unterschieden werden vom Begriff „Samba“, der für den Verlust der motorischen Kontrolle steht.

#### 1.1.5 Verwendung des männlichen Pronomens

---

Im Folgenden wird durchgehend das männliche Pronomen verwendet, um unklare Formulierungen zu vermeiden. Es versteht sich von selbst, dass alle am Wettkampf teilnehmenden Personen - egal in welcher Rolle - beiderlei Geschlechts sein können.

#### 1.1.6 Regelverletzungen

---

Regelverletzungen führen zur Disqualifikation, außer es ist in den entsprechenden Artikeln anders angegeben.

#### 1.1.7 Wettkampfveranstaltungen und Abnahme von Rekorden

---

Wettkampfveranstaltungen und die Abnahme von Rekorden sind in den neuesten Versionen der „*Procedures of Championship*“ und „*Contract for Record Attempts*“ geregelt.

## 2. ABSCHNITT II

### 2.1 ALLGEMEINE TECHNISCHE REGELN

#### 2.1.1 Kategorien, Material und Ausrüstung der Athleten

---

##### 2.1.1.1 Kategorien:

- 2.1.1.1.1 Die offiziellen Wettkampfveranstaltungen werden für Herren und/oder Damen ausgerichtet.

##### 2.1.1.2 Erlaubtes Material:

- 2.1.1.2.1 Masken oder Schwimmbrillen. Maske oder Schwimmbrille muss transparent sein, sodass die Judges die Augen sehen können.
- 2.1.1.2.2 Nasenklammer.

##### 2.1.1.3 Zusätzliche Ausrüstung:

- 2.1.1.3.1 Die Verwendung von Neopren- oder Tauchanzügen ist gestattet.
- 2.1.1.3.2 Die Athleten dürfen ihr eigenes Blei verwenden. Die Athleten dürfen das Blei während des Versuchs oder Oberflächenprotokolls abwerfen.
- 2.1.1.3.3 Für alle Wettkampfveranstaltungen und internationale Meisterschaften ist das Anbringen von Werbung auf der Maske ohne Einschränkung erlaubt.
- 2.1.1.3.4 Werbung ist auch auf der Kleidung gestattet. Bei Zeremonien im Rahmen von internationalen Meisterschaften sind Athleten jedoch verpflichtet sich in der offiziellen Bekleidung des Nationalteams zu präsentieren.
- 2.1.1.3.5 Die Verwendung von Sauerstoff ist strengstens verboten. Ein Athlet, der aufgrund der Verwendung von Sauerstoff oder einer mit Sauerstoff angereicherten Mischung schuldig befunden worden ist, wird umgehend disqualifiziert und für einen vom Verband festgelegten Zeitraum von der Teilnahme an CMAS-Wettbewerben und Meisterschaften ausgeschlossen

#### 2.1.2 Aufbau der Competition Area (Wettkampfbereich)

---

- 2.1.2.1 Wettbewerbe in statischer Apnoe müssen in einem Schwimmbecken durchgeführt werden.
- 2.1.2.2 Das Schwimmbecken muss vom CMAS Technical Delegate überprüft und für regelkonform erklärt werden.
- 2.1.2.3 Der Starting Judge muss ein Mikrofon/Megaphon für die mündlichen Ansagen zur Verfügung haben.
- 2.1.2.4 Von zwei Bahnen wird die randnahe für den Wettbewerb genutzt, während die verbleibenden Bahnen für die Safeties reserviert sind, die für die Sicherheit sorgen.
- 2.1.2.5 Werden mehrere Bahnen benutzt, wird per Losentscheid bestimmt, welcher Athlet auf welcher Bahn startet. Nicht-Athleten dürfen sich nur außerhalb des Wettkampfbereichs aufhalten.
- 2.1.2.6 Um die Judges bei ihren Entscheidungen zu unterstützen, sollten offizielle Videoaufnahmen eines jeden Versuchs von der Oberfläche aus erstellt werden.

Dabei soll der gesamte Versuch des Athleten aufgenommen werden, inklusive Einstieg und Oberflächenprotokoll nach dem Auftauchen.

### **2.1.3 Warm-up Area (Aufwärbereich)**

---

- 2.1.3.1 Die Warm-up Area für Athleten kann in einem Nebenbecken zur Verfügung gestellt werden. Wenn dies nicht möglich ist, kann die Warm-up Area am anderen Ende des Pools gegenüber des Wettkampfbereichs eingerichtet werden.
- 2.1.3.2 Die Warm-up Area ist für Athleten reserviert, die sich unter den Anweisungen des Warm-up Judges auf den Wettkampf vorbereiten.

### **2.1.4 Verlust des Bewusstseins, Blackout - Verlust der motorischen Kontrolle ("Loss of motor control" LMC)**

---

- 2.1.4.1 Der Verlust der motorischen Kontrolle führt zur Disqualifikation, wenn der Athlet das OK-Protokoll nicht erfüllt.
- 2.1.4.2 Im Fall von Bewusstseinsverlust/Blackout, gibt der verantwortliche Judge dem Safety-Taucher die Anweisung, den Athleten an der Oberfläche zu halten (zumindest dessen Atemwege), sofern er entscheidet, dass der Athlet Hilfe benötigt. Dies führt zu einer Disqualifikation des Athleten und zu dessen Ausschluss vom laufenden Wettbewerb sowie den restlichen Wettbewerben der Wettkampferveranstaltung.

### **2.1.5 Assistent der Athleten (Coach)**

---

- 2.1.5.1 Der Athlet darf nur einen Assistenten (Coach) im oder am Rand des Beckens haben, um ihm während des Tauchversuchs zu helfen.
- 2.1.5.2 Der Coach kann mit dem Athleten in der Competition Area im Becken bleiben, darf aber während des OK-Protokolls nicht zurufen, reden, berühren oder gestikulieren, um dem Athleten zu helfen.
- 2.1.5.3 Nur der Technical Delegate kann einem Teammitglied gestatten, bei technischen Problemen einzugreifen.

## **2.2 KAMPFRICHTERGREMIUM (PANEL OF JUDGES) UND ASSISTENTEN (STAFF)**

### **2.2.1 Allgemeines**

---

- 2.2.1.1 Judges und Staff müssen ihre Entscheidungen selbstständig und unabhängig voneinander treffen, außer es ist in den Regeln anders festgelegt.
- 2.2.1.2 Judges und Staff sind für die Vorbereitung und Durchführung des Wettbewerbes verantwortlich.
- 2.2.1.3 Zusammensetzung des Kampfrichtergremiums sowie dessen Assistenten:
- Technical Delegate, für CMAS-Meisterschaften von der CMAS ernannt
  - für die Competition Area verantwortlicher Judge
  - Surface Judge
  - Warm-up Judge

- Technical and Safety Judge
  - Starting Judge (Starter, Startrichter)
  - Competition Secretary (Wettkampfsekretär)
  - medizinische Betreuung
  - weitere Assistenten
- 2.2.1.4 Für Welt- und kontinentale Meisterschaften müssen der Technical Delegate und der Surface Judge unterschiedlichen Nationalitäten angehören. Der Technical Delegate muss eine andere Nationalität haben als das Organisationskomitee.
- 2.2.1.5 Das Gremium aus Judges und Assistenten, mit Ausnahme des Technical Delegate, werden vom Veranstalter gestellt. Das Gremium ist für die Vorbereitung und die Durchführung des Wettkampfes uneingeschränkt verantwortlich.

## 2.2.2 Technical Delegate

---

- 2.2.2.1 Für CMAS-Meisterschaften wird der Technical Delegate von der Apnea Kommission vorgeschlagen und vom CMAS Executive Bureau ernannt.
- 2.2.2.2 Er ist der Hauptkampfrichter und hat die Oberaufsicht und das Weisungsrecht gegenüber allen Offiziellen. Er muss deren Position bestätigen und erteilt ihnen Instruktionen was die besonderen Regeln des Wettkampfes anbelangt.
- 2.2.2.3 Seine Aufgaben sind:
- Inspektion der Wettkampfanlage
  - Kontrolle und Abnahme der Teilnehmerunterlagen, die die Eignung der Teilnehmer belegen, am Wettkampf teilzunehmen.
  - Kontrolle und Abnahme der Anmeldeformulare und Festlegung der Startreihenfolge.
  - Abnahme und Unterschrift der Ergebnisse vor Veröffentlichung der Ergebnislisten.
- 2.2.2.4 Er muss sicherstellen, dass alle Regelungen und Entscheidungen der CMAS befolgt werden und muss alle anfallenden Fragen betreffend der Wettkampforganisation lösen, für die das Regelwerk keine Lösung anbietet.
- 2.2.2.5 Er muss sicherstellen, dass alle Offiziellen für eine ordnungsgemäße Organisation des Wettkampfes an ihren entsprechenden Positionen sind. Er kann Ersatz für abwesende Judges nominieren, die ihre Aufgabe nicht erfüllen können. Er kann zusätzliche Offizielle bestellen, wenn er dies für notwendig erachtet.
- 2.2.2.6 Er autorisiert den Starting Judge das Startsignal zu geben, sobald er sich davon überzeugt hat, dass alle Mitglieder des Kampfrichtergremiums auf ihren Plätzen und bereit sind.
- 2.2.2.7 Er kann über Fehlstart entscheiden und einen Neustart veranlassen.
- 2.2.2.8 Der Technical Delegate hat das Recht, Wettbewerbe aufgrund höherer Gewalt, wie z. B. ungünstiger Wetterbedingungen (Outdoor Schwimmanlage oder Open Water) abzusagen oder zu verschieben. Dieses Recht gilt auch, falls der Austragungsort nicht mehr mit den Anforderungen des Regelwerkes übereinstimmt.
- 2.2.2.9 Der Technical Delegate kann jeden Athleten für einen etwaigen Regelverstoß disqualifizieren, den er selbst wahrnimmt oder der ihm von anderen Offiziellen gemeldet wird.

### **2.2.3 Competition Area Judge (Kampfrichter des Wettkampfbereichs)**

---

- 2.2.3.1 ist der für den Wettkampfbereich zuständige Judge, er muss sich am Rand des Schwimmbeckens aufhalten.
- 2.2.3.2 Es ist seine Aufgabe, die Aktivitäten der anderen Judges im Wettkampfbereich zu organisieren. Er ist für den Austausch von Judges und Assistenten in seinem Bereich verantwortlich.
- 2.2.3.3 Er genehmigt den Start des Versuchs der einzelnen Athleten und überwacht die Abfolge der Versuche.
- 2.2.3.4 Er erhält von den anderen Judges Mitteilung zu Regelverstößen, die diese beobachtet haben, sowie zu möglichen Sanktionen oder Disqualifikationen und entscheidet darüber.
- 2.2.3.5 Er nimmt die Proteste der Mannschaftsführer der teilnehmenden Teams entgegen.
- 2.2.3.6 Am Ende der Wettbewerbe soll er:
  - 2.2.3.6.1 die Meinung des Technical Delegate und der betroffenen Area Judges zur Bewertung der Proteste einfordern,
  - 2.2.3.6.2 die vom Technical Delegate getroffenen Entscheidungen hinsichtlich der Proteste umsetzen,
  - 2.2.3.6.3 die endgültigen Wertungen für seine Competition Area aufstellen,
  - 2.2.3.6.4 eine Kopie der endgültigen Wertungen an den Technical Delegate weitergeben.

### **2.2.4 Surface Judge (Kampfrichter an der Bahn)**

---

- 2.2.4.1 Der Surface Judge überwacht den Athleten während des Versuchs und der darauffolgenden 30 (dreißig) Sekunden. In dieser Zeit muss der Athlet erfolgreich das Oberflächenprotokoll durchführen.
- 2.2.4.2 Er kontrolliert die Messung der Zeit und gibt diese über einen Assistenten an den verantwortlichen Judge seiner Competition Area weiter.
- 2.2.4.3 Er muss sicherstellen, dass der Athlet während des gesamten Versuchs in guter Verfassung ist und keine Hilfestellung benötigt. Er meldet dem Technical Delegate mögliche Verstöße.
- 2.2.4.4 Er übt seine Funktion im Becken aus.
- 2.2.4.6 Der Surface Judge muss ein gelbes T-Shirt tragen.

### **2.2.5 Warm-up Judge (Kampfrichter des Aufwämbereichs)**

---

- 2.2.5.1 Der Warm-up Judge befindet sich im Warm-up Bereich des Schwimmbeckens.
- 2.2.5.2 Er ist für die Athleten verantwortlich, ruft diese auf und übergibt sie der Startreihenfolge entsprechend an den Starting Judge.
- 2.2.5.3 Er überprüft die Ausrüstung der Athleten: Maske, etc.

## 2.2.6 Starter (Startrichter)

---

- 2.2.6.1 Er hat die volle Autorität über den Athleten ab dem Zeitpunkt, an dem ihm der Technical Delegate die Kontrolle über den Wettbewerb übertragen hat.
- 2.2.6.2 Der Starting Judge muss dem Technical Delegate jene Athleten melden, welche die Befolgung einer Anordnung verweigern oder sich während des Startvorgangs nicht korrekt verhalten haben.
- 2.2.6.3 Er hat das Recht zu entscheiden, ob der Start korrekt durchgeführt wurde oder nicht. Wenn er denkt, dass der Start nicht ordnungsgemäß war, kann er den Versuch des Athleten unterbrechen.
- 2.2.6.4 Der Starting Judge muss bei Erteilung des Startsignals an der Seite des Beckens stehen. Die Zeitnehmer und der Teilnehmer muss ihn klar und deutlich hören können.
- 2.2.6.5 Er koordiniert die Räumung des Beckens am Ende eines jeden Wettbewerbs.

## 2.2.7 Timekeeper (Zeitnehmer)

---

- 2.2.7.1 Die Zeitnehmer zeichnen die Zeiten der Athleten auf, für die sie zuständig sind. Es werden Stoppuhren verwendet, die vom leitenden Zeitnehmer (Main Timekeeper) oder dem Technical Delegate genehmigt wurden.
- 2.2.7.2 Die Zeitnehmer starten die Stoppuhren, sobald der Athlet seine Atemwege unter Wasser taucht und stoppen sie, sobald der Athlet auftaucht. Unmittelbar nach dem Wettbewerb müssen sie die Zeit, die auf den Stoppuhren angezeigt wird, auf dem Zeitformular (Timing Card) eintragen und dem Main Timekeeper übergeben. Gleichzeitig zeigen sie die Stoppuhren zur Kontrolle vor.
- 2.2.7.3 Sie dürfen die Stoppuhren erst dann auf Null stellen, wenn der Main Timekeeper oder der Technical Delegate das Kommando „Stoppuhren auf Null“ gibt.
- 2.2.7.4 Der leitende Timekeeper teilt den Zeitnehmern die Competition Area zu. Pro Bahn müssen ein (1) bis drei (3) Zeitnehmer zur Verfügung stehen.
- 2.2.7.5 Der leitende Timekeeper nimmt von allen Zeitnehmern das Zeitformular (Timing Cards) entgegen und kontrolliert die Einträge und Stoppuhren, falls nötig. Er vermerkt und überprüft für jeden Athleten die offizielle Zeit auf der Timing Card.
- 2.2.7.6 Er übergibt die aufgezeichneten Zeiten jedes Athleten an den Wettkampfsekretär.

## 2.2.8 Technical und Safety Judge (Judge zuständig für techn. Ablauf und Sicherheit)

---

- 2.2.8.1 Er ist verantwortlich für die Überwachung der Sicherheitsbestimmungen und bei technischen Schwierigkeiten während des Wettkampfes.
- 2.2.8.2 Er untersteht dem Technical Delegate.
- 2.2.8.3 Er muss sich um das gesamte notwendige Material und die Geräte für den Ablauf der Veranstaltung kümmern.
- 2.2.8.4 Er ist verantwortlich für den Aufbau entsprechend dem Regelwerk.
- 2.2.8.5 Er kann vom Organisationskomitee verlangen, dass eine ausreichende Anzahl an Assistenten bereitgestellt wird, damit er seine Aufgabe ohne Probleme erfüllen kann.



## 2.2.9 Starting Judge (Startrichter)

---

- 2.2.9.1 Er informiert den Athleten, dass er in den Startbereich gehen muss.
- 2.2.9.2 Er ist verantwortlich für den Countdown und die Kontrolle, dass der Athlet innerhalb des genehmigten Zeitfensters startet.

## 2.2.10 Competition Secretary (Wettkampfsekretär)

---

- 2.2.10.1 Er ist für die Überprüfung der Ergebnisse verantwortlich, die er vom Technical Delegate nach jedem Wettbewerb erhält.
- 2.2.10.2 Er nominiert die Assistenz-Sekretäre und leitet deren Arbeit.
- 2.2.10.3 Er bereitet alle Materialien vor, die für das Wettkampfbüro und die Dokumentation der Wettbewerbe notwendig sind.
- 2.2.10.4 Er verifiziert die Ergebnisse, zeichnet sie ab und stellt sie in die offiziellen Ergebnislisten und Berichte.
- 2.2.10.5 Er stellt sicher, dass die Entscheidungen des Technical Delegates im offiziellen Bericht stehen.
- 2.2.10.6 Er übermittelt die Ergebnisse für die Podiumsplätze.
- 2.2.10.7 Die Ergebnisse und Berichte dürfen durch den Wettkampfsekretär erst nach Genehmigung durch den Technical Delegate zur Verteilung weitergegeben werden.
- 2.2.10.8 Er erstellt den Abschlussbericht des Wettkampfes.
- 2.2.10.9 Ist eine Presseabteilung vorhanden, stellt der Wettkampfsekretär nach Genehmigung durch den Technical Delegate alle Informationen zum Wettbewerb für die Medien zusammen.

## 2.2.11 Medical Assistance (Medizinische Betreuung)

---

- 2.2.11.1 Die medizinische Betreuung muss sicherstellen, dass Erste-Hilfe-Leistung für Verunfallte garantiert ist, indem sie die erforderliche Hilfe leistet, und zwar von unmittelbar nach dem Unfall bis zur Übergabe an eine nahegelegene medizinische Einrichtung. Die medizinische Betreuung muss dem Arzt dieser Einrichtung die Gründe und Umstände des Unfalles des Athleten kommunizieren.
- 2.2.11.2 Die medizinischen Betreuer werden vom Organisationskomitee ernannt und sind gemäß ihrer (medizinischen) Kompetenz für die Kontrolle der Veranstaltung aus medizinischer Sicht verantwortlich. Das medizinische Team setzt sich zusammen aus:
  - einem Arzt, der erfahren und fähig sein muss, kardiopulmonale Reanimation durchzuführen und Erste Hilfe zu leisten und dafür ausgerüstet ist; er ist verantwortlich für die Veranstaltung und immer in der Competition Area anwesend,
  - einem Rettungswagen mit einem Arzt an Bord, der für den Wettkampf reserviert ist und in der Nähe eines Krankenhauses an Land postiert ist,
  - einem Krankenhaus, das mit dem Rettungswagen leicht erreichbar ist.
  - Die Möglichkeit von Rettungsflügen mittels Hubschrauber ist ratsam.

Die Ersthelfer sind ausgestattet mit:

- kleinen Masken für Mund-zu-Mund-Beatmung
- Ambu-Beutel
- Sauerstoffflasche mit Regler
- Wasser und zuckerhaltigen Getränken
- andere Ausrüstung nach Vorgabe des Arztes.

## 2.2.12 Weitere Assistenten

---

2.2.12.1 Weitere Assistenten für den Wettkampf werden vom Organisationskomitee berufen und unterstützen die für sie zuständige Person, die wiederum gemeinsam mit dem Technical Delegate die verschiedenen Aufgaben an die Assistenten zuweist.

## 3. ABSCHNITT III

### 3.1 AUSTRAGUNG DER WETTBEWERBE

#### 3.1.1 Start

---

- 3.1.1.1 Die zum Wettkampf zugelassenen Athleten müssen eine Stunde vor Wettbewerbsbeginn im Wartebereich oder in der Warm-up Area, neben bzw. in der Nähe der Competition Area, anwesend sein.
- 3.1.1.2 Im selben Becken können mehrere Competition Areas eingerichtet sein, sofern der Platz ausreicht und genügend Personal zur Verfügung steht.
- 3.1.1.3 30 (dreißig) Minuten vor ihrem Start (vor Beginn des dreiminütigen Countdowns) müssen sich die Athleten beim Warm-up Judge melden, der dann den Starting Judge informiert.
- 3.1.1.4 Nur innerhalb der letzten 30 (dreißig) Minuten vor dem Start ist es den Athleten gestattet, in das Becken zu gehen.
- 3.1.1.5 In jeder Competition Area starten die Athleten in einem Abstand von mindestens 10 (zehn) Minuten.
- 3.1.1.6 Der Versuch beginnt, wenn der Starting Judge den Athleten informiert, dass dieser in den Startbereich gehen soll.
- 3.1.1.7 Der Athlet hat dann drei Minuten Zeit, um sich auf das Abtauchen vorzubereiten.
- 3.1.1.8 Er wird vom Startrichter wie folgt an die Zeit erinnert:  
die letzten 3 Minuten / 2 Minuten / 1 Minute / 45 Sekunden / 30 Sekunden / 15 Sekunden / 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1 / Official Top / +1, +2, +3, +4, +5, +6, +7, +8, +9, +10, +15, +20, +30.  
Der Athlet darf vom Official Top bis zu +30 Sek. (30 Sekunden-Zeitfenster) abtauchen. Wenn die Atemwege bei der Ansage „+30“ nicht unter Wasser sind, wird er disqualifiziert.
- 3.1.1.9 Bei allen internationalen Wettkämpfen muss der Countdown auf Englisch angesagt werden.

### 3.1.2 Apnoe

---

- 3.1.2.1 Während der Apnoe ist der Athlet unter der Aufsicht des Surface Judges.
- 3.1.2.2 Um die Sicherheit zu gewährleisten (Safety Procedure) kommuniziert der Judge mit dem Athleten mittels Berührung in regelmäßigen Zeitintervallen während der Apnoe.
- 3.1.2.3 Das Signal des Judges und die Antwort des Athleten müssen vor Beginn des Versuchs abgestimmt werden.
- 3.1.2.4 Das erste Signal soll eine Minute und das zweite 30 (dreißig) Sekunden vor der genannten Apnoe-Zeit gegeben werden. Von da an (und auch wenn die Apnoe länger als angegeben gehalten wird) werden die Signale alle 15 (fünfzehn) Sekunden gegeben.
- 3.1.2.5 Wenn die angegebene Apnoe-Zeit nicht ein Vielfaches von halben Minuten ist, erhält man die Zeit für das erste Signal, indem diese Zeit auf die nächstniedrigere halbe Minute reduziert wird. Diese Zeit wird als Basis für das erste Signal genommen. Daran sollte der Athlet vom Assistenzrichter vor dem Versuch erinnert werden.
- 3.1.2.6 Wenn der Athlet auf das Signal des Assistenzrichters nicht mit der angemessenen Antwort reagiert, berührt der Assistenzrichter den Athleten erneut. Wenn der Athlet erneut nicht antwortet, unterbricht der Judge den Wettbewerb, bringt den Athleten an die Oberfläche und disqualifiziert ihn.

### 3.1.3 Auftauchen

---

- 3.1.3.1 Dem Athleten darf vor Beendigung des Versuchs - aus welchem Grund auch immer - nicht geholfen und er darf nicht berührt werden, es sei denn er ist in Schwierigkeiten.
- 3.1.3.2 Der Athlet darf sich an der Abgrenzung oder am Beckenrand festhalten
- 3.1.3.3 Im Falle eines Bewusstseinsverlustes (Blackout) entsprechend 2.14. vor, während oder nach dem Versuch wird der Athlet disqualifiziert.
- 3.1.3.4 Wenn der Coach des Athleten diesen berührt, bevor das Protokoll wie in Absatz 3.1.3.6 beschrieben, beendet ist, wird der Athlet disqualifiziert.
- 3.1.3.5 Im Falle eines versehentlichen Berührens ist es die Entscheidung des Technical Delegates den Versuch zu werten oder für ungültig zu erklären.
- 3.1.3.6 Am Ende des Versuchs muss der Athlet während einer 30 (dreißig) Sekunden dauernden Protokollzeit ein OK-Zeichen geben. Während dieser 30 (dreißig) Sekunden muss er sich über Wasser halten, sich an der Absperrleine oder am Beckenrand festhaltend ohne fremde Hilfe in Anspruch zu nehmen.
- 3.1.3.7 Der Athlet muss während dieser 30 Sekunden seinen Kopf über Wasser halten. Die Atemwege sowie die seitlichen und der hintere Teil des Kopfes auf Höhe der Atemwege müssen über der Wasseroberfläche sein.
- 3.1.3.8 Es ist dem Athleten erlaubt, während des Protokolls zu sprechen.
- 3.1.3.9 Das OK-Zeichen muss in die Richtung des Technical Delegates, der am Beckenrand steht, oder des Surface Judges, der im Wasser sein kann, gemacht werden.
- 3.1.3.10 Für das Oberflächenprotokoll sind zwei Judges (Surface Judge und Technical Delegate) anwesend und die finale Entscheidung über die Leistung wird innerhalb von 3 Minuten nach Beendigung des Versuchs bekannt gegeben.

- 3.1.3.10.1 Nach dem Oberflächenprotokoll und wenn alles ok ist zeigt der Technical Delegate dem Athleten eine weiße Karte ("white card").
- 3.1.3.10.2 Wird eine gelbe Karte ("yellow card") gezeigt, muss der Athlet in der Wettkampfzone warten, solange sich die Judges beraten.
- 3.1.3.10.3 Wird eine rote Karte ("red card") gezeigt, wird die Leistung nicht gewertet (Disqualifikation; "DQ").
- 3.1.3.11 Bei internationalen Meisterschaften sind Video-Entscheidungen vorgeschrieben.
- 3.1.3.12 Coaches und Zuschauer müssen während des Oberflächenprotokolls und der Erholung des Athleten ruhig und leise sein. Bei Missachtung kann der Technical Delegate die Personen / Teammitglieder des Wettkampfbereichs verweisen.

### 3.1.4 Durchführung des Wettbewerbes

---

- 3.1.4.1 Die Startreihenfolge der Athleten für die Versuche ergibt sich aus den angegebenen Zeiten und wird im Rahmen des technischen Meetings vor dem Wettbewerb bekannt gegeben. Der Athlet mit der kürzesten Zeit tritt als erster an, der Athlet mit der längsten Zeit als letzter. Geben mehrere Athleten die gleiche Zeit an, wird deren Startreihenfolge mittels Auslosung durch den Technical Delegate entschieden.
- 3.1.4.2 Alle Wettkämpfer haben einen Versuch. Nachdem jeder seinen Versuch durchgeführt hat, wird die Wertung erstellt und umgehend öffentlich gemacht.
- 3.1.4.3 Die Zeit, welche für die Wertung der Athleten herangezogen wird, ist die tatsächliche Zeit der Apnoe, vorausgesetzt dass diese größer oder gleich der angegebenen Zeit ist. Ist die tatsächliche Zeit kleiner als die angegebene Zeit, wird eine Strafe verhängt. Sie besteht darin, dass von der tatsächlichen Apnoe-Zeit die Zeitdifferenz zwischen angegebener und tatsächlicher Apnoe-Zeit abgezogen wird. Um es klar auszudrücken: wenn der Athlet eine Zeit „t“ beim Wettbewerb erreicht, die kleiner ist als seine angegebene Zeit „T“, wird für die Wertung die Zeit „t-(T-t)“ herangezogen.
- 3.1.4.4 Im Falle eines Gleichstandes ist jener Athlet der Sieger, der näher an der angekündigten Zeit liegt. Bei gleichem Ergebnis werden die Athleten „ex aequo“ gewertet.