

# **PODREĆCZNIK PŁYWANIA NA WODACH OTWARTYCH**

**FINA**

Edycja 2017

WARSZAWA, SIERPIEŃ 2019

Niniejsze tłumaczenie zostało przygotowane w związku z organizacją szkolenia dla sędziów pływania na wodach otwartych pod nazwą *FINA Open Water Swimming Certification School for Officials*, które odbyło się w Poznaniu w dniach 23–24 marca 2019.

Opracowanie i koordynacja tłumaczenia: Jakub Krzywda, Członek PKS PZP ds. Szkoleniowych

Tłumaczenie: Łukasz Jędraś, Wojciech Kosiedowski, Jakub Krzywda, Mateusz Kunz, Łukasz Michalski, Anna Świdorska

**BIURO FINA KADENCJI 2017–2021**

<b>PREZYDENT:</b>		Dr Julio C. Maglione (URU)
<b>PIERWSZY VICE PREZYDENT:</b>	(AZJA)	Mr Husain Al Musallam (KUW)
<b>DRUGI VICE PREZYDENT:</b>	(AFRYKA)	Mr Sam Ramsamy (RSA)
<b>SKRABRNIK HONOROWY:</b>		Mr Pipat Paniangvait (THA)
<b>VICE PREZYDENCI:</b>	(AMERYKI)	Mr Dale Neuburger (USA)
	(EUROPA)	Mr Paolo Barelli (ITA)
	(OCEANIA)	Mr Dennis Miller (FIJ)
<b>CZŁONKOWIE:</b>		Mr Khaleel Al-Jabir (QAT)
		Mr Taha Sulaiman Dawood Al Kishry (OMA)
		Mr Algernon Cargill (BAH)
		Mr Errol Clarke (BAR)
		Mr Dimitris Diathesopoulos (GRE)
		Dr Mohamed Diop (SEN)
		Mr Matthew Dunn (AUS)
		Mr Zouheir El Moufti (MAR)
		Mr Mario Fernandes (ANG)
		Mr Tamas Gyarfas (HUN)
		Ms Penny Heyns (RSA)
		Mr Andrey Kryukov (KAZ)
		Dr Margo Mountjoy (CAN)
		Mr Juan Carlos Orihuela Garcete (PAR)
		Dr Donald Rukare (UGA)
		Mr Vladimir Salnikov (RUS)
		Mr Daichi Suzuki (JPN)
		Mr Erik van Heijningen (NED)
		Ms Jihong Zhou (CHN)
<b>PREZYDENT HONOROWY:</b>		Mr Mustapha Larfaoui (ALG)
<b>CZŁONKOWIE HONOROWI:</b>		Mr Gennady Aleshin (RUS)
		Mr Rafael Blanco (ESP)
		Mr Bartolo Consolo (ITA)
		Mr Eldon C. Godfrey (CAN)
		Mr Nory Kruchten (LUX)
		Mr Francis Luyce (FRA)

	Mr Guillermo Martinez (CUB)
	Chief Thomas Olatokunbo (NGR)
	Mr Gunnar Werner (SWE)
<b>DYREKTOR WYKONAWCZY:</b>	Mr Cornel Marculescu

**KOMITET TECHNICZNY PŁYWANIA NA WODACH OTWARTYCH FINA KADENCJ 2017–2021**

<b>ŁĄCZNIK BIURA:</b>	Mr Dennis Miller (FIJ)
<b>PRZEWODNICZĄCY:</b>	Mr Ronnie Wong Man Chiu (HKG)
<b>ZASTĘPCA PRZEWODNICZĄCEGO:</b>	Mr Stephan Cassidy (USA)
<b>SEKRETARZ HONOROWY:</b>	Mr Samuel Greetham (GBR)
<b>PRZEDSTAWICIEL ZAWODNIKÓW:</b>	Britta Kamrau (GER)
<b>CZŁONKOWIE:</b>	Mr Abdulmonem Al Alawi (OMA)
	Mr Mubarak Abdulla Al Zahmi (UAE)
	Mr Luis Baptista (POR)
	Mr Jorge Delgado Panchana (ECU)
	Mr Bill Ford (AUS)
	Mr Avelino Montiero (SEN)
	Mr Jean Paul Narce (FRA)
	Mr Fernando Terrilli (ARG)
	Mr Samuel Ufitimana (RWA)
	Mr John West (NZL)
<b>PODKOMISJA ZAWODÓW:</b>	Mr Yew Siang Soh (MAS)
	Mr Morgan Toro Martinez (PUR)
	Mr Noam Zwi (ISR)

## SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA .....	6
WSTĘP .....	8
PRZEBIEG ZAWODÓW .....	10
ORGANIZACJA ZAWODÓW NA WODACH OTWARTYCH .....	35
KWESTIE MEDYCZNE .....	43
PLAN DZIAŁANIA MEDYCZNEGO .....	48
WSKAZÓWKI DLA PŁYWAKÓW .....	49
ORGANIZACJA ZAWODÓW FINA .....	56
WYJAŚNIENIE ODNOŚNIE SĘDZIOWANIA NA ZAWODACH MISTRZOWSKICH .....	62
ZAKOŃCZENIE .....	63

## PRZEDMOWA

Ten materiał ma pomóc w szkoleniu i rozwoju umiejętności sędziów w prowadzeniu zawodów pływackich na wodach otwartych w celu zapewnienia spójnej interpretacji i stosowania Przepisów i procedur, aby wspierać rozumienie sposobu prowadzenia i sędziowania zawodów pływania na wodach otwartych FINA na całym świecie. Jest to również przydatny przewodnik dla komitetów organizacyjnych federacji gospodarzy w udanym przeprowadzeniu imprez FINA w pływaniu na wodach otwartych.

Każde zawody pływania na wodach otwartych będą miały specyficzne wyzwania w zależności od miejsca, rodzaju zbiornika wodnego, miejsca startu i zakończenia wyścigu oraz względów bezpieczeństwa. Omawiając powyższe kwestie w sposób ogólny, każdy komitet organizacyjny powinien wyznaczyć lokalnych specjalistów, aby przyjęli wytyczne dostosowane do ich konkretnych potrzeb, przestrzegając przy tym Przepisów, regulaminów i zasad wymaganych do przeprowadzenia zawodów FINA w pływaniu na wodach otwartych lub lokalnych zawodów prowadzonych zgodnie z przepisami FINA.

Zawody pływackie na wodach otwartych stały się niezwykle popularne. Niezależnie od tego, czy jest to wyścig na jeziorze na 1600 metrów, czy na oceanie na dystansie 25 km, atmosfera typowa dla festynu przeważa na zawodach pływania na wodach otwartych, pomimo żmudnych wymagań stawianych pływakom. Pływacy, którzy pokonają wszelkie wyzwania związane z pływaniem na wodach otwartych cieszą się wielkim szacunkiem. Ci, którzy organizują wsparcie techniczne i zapewniają bezpieczeństwo tych sportowców, również muszą być docenieni za swoje wysiłki.

Przez wiele lat większość zawodów na wodach otwartych była zarezerwowana dla tych nielicznych, którzy specjalizowali się w specyficznych treningach, aby przezwyciężyć szczególne wyzwania, przed którymi stanęli. Jednak w ciągu ostatnich dwóch dekad dosłownie miliony pływaków na każdym poziomie umiejętności zapanowało w świat pływania na wodach otwartych. Wraz z rosnącą popularnością triathlonu i tysięcy zarówno rekreacyjnych jak i profesjonalnych zawodów na wodach otwartych oferowanych obecnie na całym świecie, liczba ta nadal szybko rośnie. Wielu z tych niewtajemniczonych pływaków nie ma pojęcia, w co się pakują, a ryzyko i potencjał kłopotów lub tragedii uległy wielokrotnieniu. Potrzeba skutecznego organizowania bezpiecznych zawodów pływackich była zawsze koniecznością, a dzisiaj ten imperatyw jest tym ważniejszy.

FINA z pewnością znajduje się w czołówce tego rosnącego zjawiska i w 1991 roku włączyła zawody pływania na wodach otwartych do programu swoich Mistrzostw Świata. Dodaliśmy nowe dystanse, sztafety i zachęciliśmy zarówno krajowe jak i kontynentalne federacje do organizowania mistrzostw. Ponadto zorganizowaliśmy liczne kliniki i szkoły nt. pływania na wodach otwartych na całym świecie, w celu rozwoju dyscypliny.

Dzięki włączeniu 10-kilometrowego maratonu dla mężczyzn i kobiet do programu sportów wodnych Igrzysk Olimpijskich od 2008 roku, FINA przyczyniła się do wzrostu zainteresowania i wsparcia pływania na wodach otwartych na całym świecie.

Niniejszy przewodnik stanowi cenny zasób dla wszystkich, którzy planują przyłączyć się do nas w prowadzeniu i sędziowaniu fantastycznych wodnych przedsięwzięć, które znamy jako "pływanie na wodach otwartych". Jest on przeznaczony dla sędziów i organizatorów na wszystkich poziomach. Nieuchronnie, prędzej czy później dojdzie do nieoczekiwanej sytuacji, a to, co często decyduje o sukcesie, to znajomość Przepisów, regulaminów i procedur, ich

stosowania, dobrej oceny i zrozumienia wszystkich ról oraz tego, co jest konieczne, aby naprawić sytuację. Pływacy i Zespoły mają szacunek dla sędziów, którzy zachowują spokój pod presją, uczciwie i konsekwentnie stosują Przepisy, regulaminy i procesy.

Mimo, że podczas przygotowywania i zestawiania tych informacji jako wskazówki dołożono wszelkich starań, FINA nie ponosi odpowiedzialności za jakiegokolwiek nieścisłości, ani za jakiegokolwiek straty lub zaniedbania wynikające z ich użytkowania.

FINA potwierdza wkład British Swimming, Australian Swimming, New South Wales Swimming i poprzednich składów Komitetu Technicznego Pływania na Wodach Otwartych w przygotowaniu tego przewodnika. FINA chętnie zapozna się z Twoją opinią i rozważy wszelkie sugestie dotyczące włączenia do przyszłych wydań. Napisz na adres [openwater@fina.org](mailto:openwater@fina.org).

## WSTĘP

### PRZEPISY PŁYWANIA NA WODACH OTWARTYCH FINA

Przepisy dotyczące prowadzenia zawodów pływania na wodach otwartych są zawarte w wielu dokumentach, a przed zawodami należy sprawdzić stronę internetową FINA, aby upewnić się, że odwołuje się do aktualnych wersji wszystkich Przepisów i Regulaminów.

#### ZBIÓR PRZEPISÓW FINA

- Konstytucja—określa strukturę i zarządzanie FINA
- Zasady Ogólne—stosują się do wszystkich dyscyplin w ramach FINA
- Przepisy Techniczne—obejmują techniczne elementy konkurencji związane z określoną dyscypliną, w tym pływania na wodach otwartych (Przepisy OWS) i przepisy dotyczące zawodów pływania na wodach otwartych w kategorii Masters
- Przepisy Medyczne—obejmujące prawa i zdrowie sportowców oraz ogólne zasady etyki lekarskiej

**PRZEPISY WYKONAWCZE**—szczegółowe zasady określające wdrażanie poszczególnych przepisów i procedur przyjętych przez FINA.

**REGULAMINY**—Szczegółowe zasady i procedury operacyjne odnoszące się do konkretnego formatu zawodów (seria Maratonów na Wodach Otwartych FINA i Grand Prix FINA) oraz bezpieczeństwo zawodów w pływaniu na wodach otwartych FINA.

Przepisy są zatwierdzane przez Kongresy Generalne i Techniczne FINA, w których uczestniczą wszystkie federacje. Przepisy wykonawcze i regulaminy są zatwierdzane przez Biuro FINA.

#### PRZEPISY TECHNICZNE

FINA definiuje pływanie na wodach otwartych przepisami OWS 1.1–1.2.

Jest tyle rodzajów zawodów w pływaniu na wodach otwartych, ile fal w oceanie. Zawody w pływaniu na wodach otwartych organizowane są w zbiornikach wodnych, takich jak morza i oceany, jeziora lub rzeki, chociaż wykorzystywane są również sztuczne zbiorniki, zalewy, tory wioślarskie, zbiorniki retencyjne i podobne.

Wszystkie trasy wykorzystywane do pływania na wodach otwartych muszą zapewniać bezpieczne środowisko dla przebiegu zawodów, z łatwym dostępem do brzegu w częstych punktach trasy, tak aby zawodnicy w przypadku zagrożenia mogli być szybko podjęci z wody i mogła być im udzielona pomoc.

#### PŁYWANIE NA MORZACH I OCEANACH

Wyścigi na morzach i oceanach stały się bardziej popularne. Niektóre wyścigi morskie i oceaniczne mogą zaczynać się startem masowym na plaży z krótkim biegiem do wody. Trasa następnie:

- biegnie równoległe do plaży; lub
- wychodzi w morze do lub na około ustalonego miejsca, takiego jak molo lub wyspa; lub
- okrąża zamkniętą trasę oznaczoną bojami; lub
- podąża trasą, który jest kombinacją któregoś z powyższych.



Niektóre wyścigi kończą się finałowym biegiem na plażę do mety. Wszystkie zawody FINA muszą rozpoczynać się skokiem z umocowanej platformy lub w wodzie i kończyć się w wodzie (przepisy FINA nie mają zastosowania do startów i finiszy na plaży/lądzie). Większość wyścigów oceanicznych odbywa się na dystansie od 2,5 do 8 kilometrów. Wiele tradycyjnych mistrzostw krajowych to wyścigi na pięć, dziesięć, piętnaście i dwadzieścia pięć kilometrów.

Określając rodzaj trasy na zawody, środowisko wyścigu powinno być brane pod uwagę. Jeśli wzdłuż plaży płynie silny prąd, najlepiej pływać szeroko.

Jeśli nie ma dostępu do znaczników bojowych, zamknięty kurs może być niewykonalny. Bez względu na to, jaki kurs zostanie wybrany, wymagane będą odpowiednie łodzie i personel potrzebny do patrolowania wyznaczonej trasy poza linią brzegową i zapewnienia niezbędnego wsparcia w zakresie bezpieczeństwa. Trasa z punktu do punktu może wymagać większej liczby łodzi, aby zapewnić niezbędny poziom wsparcia, podczas gdy zawodnicy rozdzielą się podczas wyścigu, podczas gdy krótka zamknięta trasa wymaga większej liczby okrążeń, ale można ją lepiej kontrolować w zamkniętym obszarze.

Należy pamiętać, że równoległa trasa typu od punktu do punktu zwykle nie kończy się w miejscu, w którym się zaczyna, w przeciwieństwie do większości tras z okrąženiami. Równoległa trasa będzie wymagała większego zaplecza i koordynacji między miejscem startu i miejscem zakończenia wyścigu. Bezpieczeństwo powinno być zawsze najważniejszym czynnikiem przy wyborze trasy zawodów na wodach otwartych.

#### PŁYWANIE NA JEZIORACH I RZEKACH

Te same rodzaje tras, jak w wyścigach morskich lub oceanicznych, występują na jeziorach, rzekach, zbiornikach retencyjnych lub torach wioślarskich:

- Równoległe do brzegu; lub
- Do i wokół mola, skały, wyspy lub innego łatwego do rozpoznania punktu orientacyjnego; lub
- Wokół zamkniętej trasy oznaczonej bojami; lub
- Od punktu do punktu.

Tego typu zawody są zwykle łatwiejsze do zorganizowania niż zawody morskie lub oceaniczne, ponieważ zmienność warunków morskich jest większa. Warunki na jeziorach i rzekach pozostają bardziej stałe. W przypadku zawodów na rzekach, upewnij się, że siła prądu i długość trasy są brane pod uwagę podczas oszacowywania czasu wyścigu.

## PRZEBIEG ZAWODÓW

FINA określiła szereg ról, które są niezbędne do sprawnego przeprowadzenia zawodów pływania na wodach otwartych. Niektóre z tych ról wymagają zaangażowania od samego początku planowania zawodów, podczas gdy inne role operacyjne wymagają zaangażowania przez znacznie krótszy czas—od oprawy technicznej i bezpieczeństwa, aż do momentu, gdy po zakończeniu zawodów Sędzia Główny zwolni daną osobę z obowiązków.

### OSW 2 SĘDZIOWIE

W przypadku zawodów FINA, Sędzia Główny, Kierownik Zabezpieczenia oraz Przedstawiciel Służb Medycznych muszą współpracować z Delegatami FINA ds. technicznych, ds. bezpieczeństwa i ds. medycznych, aby zapewnić, że wszystkie odpowiednie przepisy, regulaminy i inne kryteria zawodów są spełnione.

Konieczność skupienia się na wyścigu i zapewnienie, że zawodnicy są dobrze zarządzani podczas całego wydarzenia, oznacza, że sędziowie nie mogą jednocześnie sprawować więcej niż jednej funkcji. Sędziowie mogą podejmować nowe obowiązki tylko po wypełnieniu wszystkich obowiązków związanych z ich początkową funkcją.

O ile konkretna rola nie wymaga przybycia wcześniej, sędziowie powinni być na miejscu zawodów przynajmniej 90 minut przed rozpoczęciem zawodów. Po przybyciu na miejsce sędziowie muszą zgłosić się do Sędziego Głównego (lub Asystenta Sędziego Głównego wyznaczonego do tego zadania) i otrzymać zaktualizowaną listę startową oraz wszelkie specjalne instrukcje dotyczące ich obowiązków i zadań.

Wyścigi w pływaniu na wodach otwartych odbywają się w środowisku naturalnym i z udziałem żywiołów, więc planowanie musi obejmować przygotowania do wszystkich warunków pogodowych, które mogą wystąpić podczas zawodów:

- Odpowiednia odzież zapewniająca ochronę przed żywiołami. Należy uwzględnić ochronę przed słońcem, wiatrem, temperaturą i deszczem
- Krem przeciwsłoneczny i kapelusz, okulary przeciwsłoneczne
- Przekąski—woda i jedzenie, jeśli nie zostały zapewnione przez organizatora
- Kamizelka ratunkowa—jeśli nie jest zapewniona przez organizatora
- Plastikowe torebki z uszczelką—do zabezpieczenia przed wodą dokumentów, telefonu, itp.

Jeśli jesteś przypisany do łodzi, pamiętaj, że wiele jednostek niekoniecznie jest wyposażonych w toalety, więc dobrze jest skorzystać z toalety przed wyjściem na wodę.

Dobre przygotowanie jest warte czasu, aby być bardziej komfortowym i lepiej przygotowanym, i móc skupić się na niezbędnych zadaniach przypisanych podczas wyścigu. Jeśli jest Ci zimno, masz poparzenia słoneczne lub jesteś odwodniony, łatwo jest stracić koncentrację na wyścigu, ze względu na sygnały docierające z własnego ciała. W przypadku poważnego zagrożenia zdrowia sędziego, należy zwrócić się o pomoc do łodzi bezpieczeństwa.

### OWS 3 OBOWIĄZKI SĘDZIÓW

#### OWS 3.1–3.8 SĘDZIA GŁÓWNY

Sędzia Główny ma całkowity nadzór nad przebiegiem zawodów, więc jego/jej obowiązki są szerokie. Nadrzędnym obowiązkiem jest zapewnienie uczciwego i zgodnego z przepisami przebiegu zawodów. Oznacza to, że Sędzia Główny musi od samego początku uczestniczyć

w planowaniu zawodów, aby zapewnić przestrzeganie wszystkich aspektów Przepisów (w tym wszelkich regulaminów). Jest to szczególnie istotne, gdy nie ma powołanego Komitetu Zarządzającego (patrz GR 9.4.2 i BL 11.1.2). Konieczna jest ścisła współpraca z Kierownikiem Zabezpieczenia, Przedstawicielem Służb Medycznych i Sędzią Trasy, aby zapewnić, że bezpieczne warunki przeprowadzenia zawodów są zaplanowane i odpowiednio przygotowane.

Sędzia Główny musi bardzo dobrze znać przepisy i powinien mieć dostępny przy sobie ich aktualny egzemplarz. Niezależnie od tego, jak wysoko oceniasz własną znajomość przepisów, zawsze dobrze jest odwołać się do pisemnej wersji przepisów, aby zapewnić ich prawidłowe stosowanie. Aktualną wersję przepisów można znaleźć na stronie internetowej FINA ([www.fina.org](http://www.fina.org)). Sędzia Główny jest decydem w każdej sprawie, dlatego ważne jest, aby wszelkie decyzje podejmowane były uczciwie i bezstronnie, z wyważoną oceną, znajomością przepisów i poszanowaniem zasad fair-play. Przepisy nie obejmują wszystkich możliwych okoliczności, dlatego decyzja Sędziego Głównego jest w tych kwestiach rozstrzygająca.

Sędzia Główny jest odpowiedzialny za zatwierdzanie wszystkich nominacji sędziów oraz zapewnienie, że są oni obecni w odpowiednich miejscach w celu wykonywania swoich obowiązków, lub dokonywania zastępstw, lub ponownego przydzielania obowiązków, zgodnie z wymogami Przepisów.

Przydzielając Asystentom Sędziego Głównego obowiązki na trasie, Sędzia Główny musi zapewnić, że:

- jest dostępna wystarczająca liczba sędziów, którzy będą w stanie obserwować wszystkich zawodników podczas całego wyścigu.
- Asystent Sędziego Głównego jest obecny w celu obserwacji podejścia do mety jak i samego zakończenia wyścigu
- Wystarczająca liczba sędziów pozostaje na trasie, aby sędziować wyścig, aż do jego zakończenia, gdy wszyscy pływacy ukończą wyścig lub zostaną usunięci z wody w ramach OWS 6.16.1.

Tam, gdzie wyścigi mężczyzn i kobiet odbywają się jednocześnie na trasie, powinien być wyznaczony Sędzia Główny Mężczyzn i Sędzia Główny Kobiet oraz powinny być wyznaczone dwie grupy Asystentów Sędziego Głównego oddzielnie dla konkurencji mężczyzn i kobiet (OWS 4.10).

Po zamknięciu zgłoszeń Sędzia Główny powinien uzyskać od organizatora kopię listy startowej dla każdej konkurencji i potwierdzenie, że spełnione zostały wszystkie warunki zgłoszenia, w tym informacja trenera/opiekuna i zaświadczenie medyczne, jeżeli są wymagane. Im wcześniej wykryte zostaną jakiegokolwiek braki, tym więcej czasu pozostaje, aby skorygować je przed rozpoczęciem zawodów. Ze względu na te wymagania dotyczące zgłoszeń nie zaleca się przyjmowania późnych zgłoszeń. W przypadku zawodów FINA wszystkie zgłoszenia muszą zostać zatwierdzone przez FINA i podpisane przez Federację pływaków, która dokonuje zgłoszenia.

Sędzia Główny powinien przybyć na miejsce co najmniej dwie i pół godziny przed planowanym rozpoczęciem zawodów, aby zapewnić, że wszystkie przygotowania przed wyścigiem są w porządku.

Przepis przewiduje, że temperatura wody zostanie zmierzona w połowie trasy na dwie godziny przed rozpoczęciem wyścigu przez komisję składającą się z Sędziego Głównego lub jego asystenta, trenera i przedstawiciela organizatora (OWS 5.5). Sędzia Główny nie musi

wykonywać tego zadania osobiście i należy rozważyć przekazanie tej odpowiedzialności Asystentowi Sędziego Głównego, aby Sędzia Główny mógł pozostać na brzegu, aby być dostępnym i koordynować niezbędne czynności przed wyścigiem.

Gdy wszyscy pływacy zgłoszą się na start i zostaną sprawdzeni i policzeni, Sędzia Główny powinien otrzymać raport od Naczelnika Zawodów potwierdzający ostateczną listę startową zawodników biorących udział w konkurencji i upewnić się, że ta informacja jest przekazywana wszystkim sędziom, w tym Kierownikowi Zabezpieczenia i Przedstawicielowi Służb Medycznych.

Przed zaproszeniem pływaków na start, Sędzia Główny powinien potwierdzić z Kierownikiem Zabezpieczenia i Przedstawicielem Służb Medycznych, że trasa jest bezpieczna, a następnie poinformować pływaków i sędziów o wszelkich specjalnych aspektach wyścigu, w tym przewidywanych warunkach pogodowych, zmianach od czasu odprawy technicznej, w tym wszelkie zagrożenia na trasie, temperatura wody zarejestrowana zgodnie z OWS 5.5, i ponownie potwierdzić sygnał awaryjnego przerwania wyścigu. Dobrze zorganizowane zawody będą miały przygotowaną ocenę ryzyka i plan awaryjny, który powinien być dostępny dla Sędziego Głównego na żądanie. Jeśli nie są przygotowane, Sędzia Główny może zdecydować o opracowaniu oceny ryzyka i planu awaryjnego, którego kopie mogą być udostępnione organizatorom w celach edukacyjnych.

#### OWS 3.9–3.10 SĘDZIOWIE ASYSTENCI SĘDZIEGO GŁÓWNEGO

Asystenci Sędziego Głównego są odpowiedzialni za przestrzeganie przepisów na całej trasie podczas trwania wyścigu. Sędzia Główny wyznacza pozycję na trasie lub grupę zawodników, za którą odpowiedzialny jest dany Sędzia Asystent zapewniając, że wszyscy zawodnicy są obserwowani z jednakową uwagą. Sędziowie Asystenci powinni kontrolować cały odcinek trasy, do którego zostali przypisani, spędzając czas na obserwowaniu każdego zawodnika (lub grupy zawodników), przed przejściem do następnego zawodnika (lub grupy zawodników), itd., przez cały odcinek trasy za który są odpowiedzialni. Jeżeli Sędzia Asystent musi opuścić trasę z jakiegokolwiek powodu (np. aby zatankować paliwo lub z powodu awarii), powinien poinformować Sędziego Głównego, który dostosuje podział trasy na odcinki, aby zapewnić, że wszyscy zawodnicy na trasie będą kontrolowani przez Sędziów Asystentów obserwujących wyścig.

Sędziowie Asystenci powinni oszczędnie używać gwizdka, aby pływacy i trenerzy/opiekunowie zwracali na niego uwagę, gdy jest używany. Wszelkie zaobserwowane naruszenia powinny być przekazane Sędziemu Głównemu i innym Sędziom Asystentom tak szybko, jak to możliwe, aby zapewnić dokładny rejestr naruszeń przez cały czas, a jeżeli drugie naruszenie wystąpi u tego samego pływaka, zostanie podjęta prawidłowa decyzja odnośnie kary.

#### OWS 3.11 STARTER

Obowiązki startera zwykle kończą się w ciągu kilku minut po rozpoczęciu wyścigu, chyba że start zaplanowany jest falami lub jest wiele konkurencji zaplanowanych w ciągu dnia.

Po potwierdzeniu powołania Starter powinien skontaktować się z Organizatorem lub Sędzią Głównym i potwierdzić typ używanego urządzenia startowego (np. pistolet, syrena—a nawet armata!) oraz czy Organizatorzy zapewnią urządzenie startowe lub Starter musi przynieść własne. Przepisy dotyczące startu wymagają również, aby Starter wizualnie wskazywał moment startu (OWS 4.7), zwykle poprzez obniżenie flagi, więc Starter powinien również

sprawdzić, czy flaga jest dostępna. Jeśli Starter nie jest zaznajomiony z działaniem urządzenia startowego, należy zapewnić niezbędny czas na naukę obsługi sprzętu.

W razie potrzeby gwizdek może być użyty jako sygnał startowy, ale nie jest to zalecane i powinno być traktowane jako rozwiązanie zapasowe.

Jeżeli start jest przeprowadzany falowo ze względu na liczbę uczestników, Starter powinien skonsultować się z Sędzią Głównym, Sekretarzem i Kierownikiem Sędziów Mierzących Czas, aby potwierdzić opóźnienie, które należy zastosować pomiędzy każdą falą startową, i kto będzie wskazywał Starterowi czas zapewniający zgodne z ustaleniami rozpoczęcia wyścigu dla każdej fali zawodników.

Jeśli jest tylko jedna ekipa Sędziów Mierzących Czas, a wyścigi mężczyzn i kobiet startują osobno, ta sama metoda może być użyta do rozpoczęcia obu wyścigów.

Po przybyciu na miejsce zawodów, Starter powinien sprawdzić miejsce startu i urządzenie startowe, potwierdzić, czy wyścig będzie rozpoczynał się pojedynczym startem lub falami i być obecny podczas odprawy przed wyścigiem, aby potwierdzić procedurę startu i odpowiedzieć na wszelkie ewentualne pytania.

Naczelnik Zawodów informuje zawodników o czasie pozostałym do startu wyścigu i we właściwym czasie informuje zawodników i zaprasza ich do zajęcia miejsca startowego, albo na platformie startowej, albo w wodzie za linią startową. Linią startu w wodzie może być lina pomiędzy dwoma punktami, o której trzymanie poproszono pływaków, lub linia między dwoma punktami, za którą zawodnicy muszą pozostać, dopóki nie zostanie podany sygnał startu.

Na sygnał Sędziego Głównego, Starter powinien podnieść flagę nad głowę w tym samym momencie, w którym wydaje komendę "na miejsca". Po upewnieniu się, że pływacy są gotowi do startu, Starter powinien opuścić flagę jednocześnie podając dźwiękowy sygnał startowy.

Jeśli w opinii Sędziego Głównego na starcie wystąpi nieuczciwa przewaga, zawodnicy mogą zostać zatrzymani, a konkurencja wystartowana ponownie. Jeśli pływacy nie przestrzegają przepisów, należy je wyegzekwować. Jeśli pływak lub pływacy podążają w złym kierunku, o ile instrukcje podczas odprawy zostały jasno podane, nie ma potrzeby przerywania wyścigu.

Wszystkie łodzie eskortujące i bezpieczeństwa powinny znajdować się w bezpiecznej odległości od miejsca startu, aby nie przeszkadzać zawodnikom. Tam, gdzie są używane, łodzie eskortujące muszą nawigować w taki sposób, aby podchodząc do pływaka nie przeszkadzały innym zawodnikom w wyścigu.

Po rozpoczęciu wyścigu przez ostatnią falę startujących pływaków Starter może wykonywać dowolne inne obowiązki po upewnieniu się, że urządzenie startowe zostało odpowiednio zabezpieczone.

### OVS 3.12–3.15 KIEROWNIK SĘDZIÓW MIERZĄCYCH CZAS

Obowiązki Sędziego Kierownika Pomiaru Czasu są podobne do obowiązków na pływalni, ponieważ jest on odpowiedzialny za nadzór wyznaczonych Sędziów Mierzących Czas i składanie raportów Sędziemu Głównemu na temat ich pracy, w tym zaleceń dotyczących zastępstw lub dodatkowego wymaganego personelu.

OVS 3.12 wymaga 3 Sędziów Mierzących Czas, a wymóg ten obejmuje Sędziego Kierownika Pomiaru Czasu, jak określono w OVS 2.

Sędzia Kierownik Pomiaru Czasu musi współpracować z Sędzią Głównym, Sekretarzem i Starterem, aby ustalić sygnał/sygnały startowe, które będą podane, czas opóźnienia dla każdego kolejnego startu oraz metodę, która będzie używana do poinformowania Startera o właściwym momencie do podania sygnału startowego, gdy są zależne od czasu. W przypadku, gdy pojedynczy zestaw czasomierzy jest używany do konkurencji z wielokrotnym startem, Sędzia Kierownik Pomiaru Czasu powinien również odnotować faktyczny czas kolejnych startów, tak aby można było dokonać dokładnego odjęcia czasu, aby obliczyć prawidłowy czas dla zawodników w każdej fali startowej.

Sędzia Kierownik Pomiaru Czasu powinien zadbać o to, by czasomierze ręczne miały wystarczającą pojemność, aby móc zmierzyć czas wszystkim zawodnikom w konkurencji. Dwa dodatkowe czasomierze są uruchamiane z głównym sygnałem startu, więc zegarki te mogą być używane, gdy czasomierz ulegnie awarii lub zostanie przypadkowo zatrzymany.

### OVS 3.16–3.18 SĘDZIOWIE MIERZĄCY CZAS

Miejscem zakończenia wyścigu może być pionowa płyta, lina zawieszona nad wodą lub wirtualna linia między dwoma punktami/bojami. Sędziowie Mierzący Czas mierzą czas wszystkich pływaków w wyścigu, wykorzystując funkcję czasomierza do pomiaru międzyczasów. Przycisk powinien być wciśnięty dla każdego pływaka w wyścigu, nawet gdy przybywają jako grupa, więc liczba pomiarów odpowiada liczbie i względnej kolejności zakończenia wyścigu. Tam, gdzie używane są czasomierze z drukarką, warto zapisać numer pływaka obok odpowiadającego mu czasu tak często, aby pomóc w dopasowaniu właściwego czasu do właściwych pływaków.

Sędziowie Mierzący Czas nie mogą w żadnym wypadku działać jako sędziowie finiszu. Czasomierze muszą mieć wystarczającą pojemność pamięci, aby móc zarejestrować czasy dla wszystkich zawodników biorących udział w wyścigu—jeśli liczba pływaków przekracza pojemność dostępnych czasomierzy, należy rozważyć dwa zestawy sędziów mierzących czas i odpowiednio podzielić zawodników (np. osobne ekipy dla mężczyzn i kobiet).

W przypadku korzystania z automatycznego pomiaru czasu, przepis OWS 7.2.1 stosuje się do określania oficjalnego czasu i miejsca pływaka. Z tego powodu zawodnicy lub ich przedstawiciele nie otrzymują czasu, dopóki Sekretarze nie skompletują wyników, które następnie zostają sprawdzone i zatwierdzone przez Sędziego Głównego.

Szkic arkusza zestawienia Sędziów Mierzących Czas jest zawarty w dokumentacji wyścigu na końcu tego przewodnika.

Sędziowie Mierzący Czas muszą upewnić się, że mają możliwość przedostania się do strefy zakończenia wyścigu, jeśli jest ona w innej lokalizacji niż miejsce startu.

### OSW 3.19–3.24 SĘDZIA KIEROWNIK FINISZU

Sędzia Kierownik Finiszu jest odpowiedzialny za nadzorowanie wyznaczonych Sędziów Finiszu i składa raport Sędziemu Głównemu na temat ich pracy, w tym zalecenia dotyczące wszelkich zastępstw lub dodatkowego wymaganego personelu.

Obszar zakończenia wyścigu musi być sprawdzony, aby zapewnić dobrą i niezakłóconą widoczność linii zakończenia wyścigu dla Sędziów Finiszu. Konieczne może być negocjowanie z Sędziami Mierzącymi Czas i mediami, aby to osiągnąć. Sędzia Kierownik Finiszu musi również polecić Sędziom Finiszu, aby zapisali wszystkie miejsca, jakie mogą i pozostawili luki tam, gdzie miejsca zostały pominięte.



Sędzia Kierownik Finiszu powinien współpracować z Naczelnikiem Zawodów i Sekretarzem, aby odnotować wszelkie wycofania z wyścigu, aby zapewnić poprawną liczbę zawodników, tak aby liczba pływaków wychodzących z wody była zgodna z liczbą rozpoczynających wyścig.

Sędzia Kierownik Finiszu otrzymuje podpisane arkusze kolejności od Sędziów Finiszu i na tej podstawie ustala kolejność końcową, którą po ukończeniu przekazuje Sekretarzowi. Pewien osąd może być wymagany, w sytuacji, gdy Sędziowie Finiszu nie byli w stanie ustalić kolejności końcowej wszystkich pływaków. Konieczne jest nie tylko spojrzenie na liczbę sędziów, którzy umieścili zawodnika X na określonym miejscu, ale także na liczbę razy, gdy zawodnik X został umieszczony przed zawodnikiem Y.

Sędzia Kierownik Finiszu poinformuje Sędziów Wyścigu o ich zadaniach. Instrukcje Sędziego Głównego i/lub Sędziego Kierownika Finiszu będą obejmować między innymi:

- Przepisy i ich stosowanie
- Trasę
- Bezpieczeństwo
- Protokół
- Specjalne instrukcje.

#### OVS 3.25–3.26 SĘDZIOWIE FINISZU (TRZEJ)

W przypadku, gdy tor jest pętlą, a miejsce zakończenia wyścigu stanowi jeden z punktów nawrotowych trasy, Sędziowie Finiszu mogą pełnić również rolę Sędziów Kierunku, pod warunkiem, że nie będzie to przeszkadzać w pełnieniu ich obowiązków sędziowania zakończenia wyścigu. Jeżeli prawdopodobnym jest, że te obowiązki będą się pokrywać, należy wyznaczyć oddzielnych sędziów dla każdej roli.

Sędziowie Finiszu muszą ustalić swoje oceny kolejności zakończenia wyścigu niezależnie od siebie. Jeżeli nie można ustalić kolejności wszystkich pływaków przybywających w grupie, należy zanotować te, które można zidentyfikować, i pozostawić lukę na arkuszu, aby wskazać brakujące miejsca, a następnie umieścić następnego zawodnika/zawodników, których można zidentyfikować, dopóki wszyscy zawodnicy ukończyli wyścig lub opuścili wodę. Zapisując kolejność zakończenia wyścigu przez pływaków, Sędzia Finiszu nie powinien mówić pod nosem ani wymawiać numerów na głos, ponieważ może to rozpraszać lub wpływać na innych Sędziów Finiszu.

Po ukończeniu, Sędziowie Finiszu podpisują kolejność zapisaną na arkuszach końcowych, a następnie wręczają ją Sędziemu Kierownikowi Finiszu, aby ustalić wyniki.

Tam, gdzie można skonsultować się ze wszystkimi Sędziami Finiszu, Sędzia Kierownik Finiszu może od czasu do czasu poprosić o częściowe wyniki, tak aby ustalanie miejsc mogło rozpocząć się w przerwach między kończącymi pływakami jeszcze w trakcie wyścigu, aby kolejność została szybciej ustalona po zakończeniu wyścigu.

Sędzia Kierownik Finiszu i Sędziowie Finiszu muszą obserwować, aby zawodnicy dotykali Pionowej Ściany na mecie (w miejscach, gdzie ściana jest używana jako meta wyścigu) zgodnie z wymaganiami OVS 7.2.3. Sędzia Kierownik Finiszu powinien zgłosić wszelkie naruszenia Sędziemu Głównemu.

#### OVS 3.27–3.30 SĘDZIOWIE WYŚCIGU

Sędziowie Wyścigu obserwują pływaków/trenerów/opiekunów, których przydzielono im w celu zapewnienia przestrzegania przepisów. W przypadku wyścigów dłuższych niż 10 km,

Sędziowie Wyścigu są zwykle przydzielani do łodzi eskortującej towarzyszącej każdemu pływakowi.

Sędziowie Wyścigu zostaną przydzieleni do łodzi eskortujących przez losowanie bezpośrednio przed wypłynięciem jednostki. Po przydzieleniu, Sędzia Wyścigu natychmiast załaduje i zaokrętuje wyznaczoną jednostkę. Przed wejściem na pokład nie powinien mieć miejsca żaden kontakt z pływakiem ani przedstawicielem pływaka.

Sędzia Wyścigu powstrzyma się od udzielania porad dotyczących najlepszych tras, którymi należy się kierować, ale zapewnia (z wyjątkiem, gdyby zagrażało to bezpieczeństwu), aby załoga łodzi postępowała zgodnie z zaleceniami przedstawiciela pływaka.

Zaleca się, aby Sędzia Wyścigu prowadził rejestr wszystkich spraw związanych z płynięciem zawodnika. Ten rejestr powinien zawierać wszelkie naruszenia przepisów, a także może obejmować tempo płynięcia (liczba cykli), informacje o czasie/dystansie, czas karmienia i wszelkie inne zdarzenia. Informacje te powinny być zapisywane w jasny sposób, aby umożliwić kontrolę przez Przedstawiciela Służb Medycznych, jeśli zdolność pływaka do kontynuowania jest wątpliwa lub przez Kierownika Sędziów Finiszu, jeśli jest to wymagane.

W małej łodzi przez około osiem godzin lub więcej ważne jest, aby ustanowić i utrzymywać serdeczne relacje oraz aby pływacy mieli możliwość pływania na trasie najlepiej jak potrafią.

Przez cały czas, od startu aż do momentu, dopóki wyznaczony pływak nie opuści wody, Sędzia Wyścigu musi zapewnić ścisłą obserwację pływaka. Z oczywistymi problemami, które pojawiają się podczas bycia na małej łodzi przez tak długi czas, należy zadbać o to, aby Sędzia Wyścigu był w pełni przygotowany dla osobistego komfortu i wyżywienia.

Przepisy dotyczące naruszenia przepisów (OWS 6.3.1): zauważ, że te zasady mają zastosowanie do trenera/opiekuna i łodzi eskortującej pływaków, tak jak i bezpośrednio do zawodnika. Sędziowie Wyścigu muszą więc obserwować pływaka i jego trenera/opiekuna, aby zapewnić, że pływak nie otrzymuje żadnych niesprawiedliwych korzyści i nie jest mu udzielana intencjonalna pomoc w trakcie wyścigu (za wyjątkiem interwencji medycznych lub interwencji bezpieczeństwa—OWS 6.7.1).

W razie konieczności interwencji w celu zapewnienia przestrzegania przepisów, sprawa powinna zostać spisana wraz z czasem i rezultatem interwencji, a następnie należy poinformować Sędziego Głównego lub Kierownika Sędziów Finiszu przy najbliższej możliwej okazji.

Sędziowie Wyścigu muszą zawsze pamiętać, że są reprezentantem Sędziego Głównego, a ich podstawową rolą jest zapewnienie przestrzegania przepisów zawodów i zapewnienie, że zawodnik i przedstawiciel pływaka rywalizują w duchu sportu.

#### OWS 3.31–3.33 SĘDZIOWIE KIERUNKU

Musi być wystarczająca liczba Sędziów Kierunku, aby każda zmiana kierunku trasy była oceniana na podstawie ścisłej obserwacji, aby upewnić się, że wszyscy zawodnicy okrążyli znak (boję) zgodnie z planem trasy i informacją podaną podczas odprawy przed wyścigiem.

Sędziowie Kierunku muszą uważnie obserwować, czy zawodnicy wykonują każdą zmianę kierunku trasy i robią to zgodnie z instrukcjami, które otrzymali. Oznacza to obserwowanie w celu upewnienia się, że zawodnicy pływali wokół znaku trasy w prawidłowym kierunku i bez przeszkadzania lub w inny sposób przeszkadzali innym pływakom w wyścigu. Powinien zostać udokumentowany zapis numerów startowych pływaków (lub jeśli jest to zbyt trudne—liczba



zawodników), gdy okrążają znak (boję). Najlepiej byłoby, gdyby numer startowy każdego zawodnika był zapisany, gdy mijają znak, jednak nie zawsze jest to możliwe, dlatego zapis liczby zawodników, którzy minęli znak (boję), jest wymagany jako niezbędne minimum. W przypadku zaobserwowania naruszenia należy je odnotować, w tym numer zawodnika i czas, i natychmiast zgłosić to Sędziemu Głównemu.

Wielu Sędziów Kierunku będzie w jednostkach pływających, chyba że punkt nawrotowy znajduje się bardzo blisko brzegu lub jest zapewniona stała platforma. Należy zadbać o to, aby jednostka był ustawiona ostrożnie, tak aby wszyscy okrążający znak zawodnicy byli widoczni. Należy wziąć pod uwagę wiatr, pływy, prąd i inne czynniki, aby pozostać blisko, ale nie na kursie pływania zawodników.

### OVS 3.34–3.38 KIEROWNIK ZABEZPIECZENIA

Zarządzanie ryzykiem i bezpieczeństwo zawsze były ważnymi wymogami, jednak dziś w wielu krajach występuje większe skupienie i większa odpowiedzialność prawna. Kierownik Zabezpieczenia jest prawdopodobnie najważniejszym ogniwem w grupie kluczowych sędziów. W idealnej sytuacji Kierownik Zabezpieczenia powinien być wykwalifikowanym urzędnikiem bezpieczeństwa publicznego, takim jak starszy ratownik, oficer straży przybrzeżnej lub straży pożarnej, który jest zaznajomiony z zarządzaniem ryzykiem związanym z prowadzeniem imprezy na otwartym akwenie. Osoba wyznaczona do pełnienia funkcji Kierownika Zabezpieczenia powinna posiadać następujące cechy:

- Specjalistyczne umiejętności rozpoznawania zagrożeń i potencjalnych zagrożeń
- Potrafi wdrożyć procedury mające na celu odizolowanie, wyeliminowanie lub zminimalizowanie zidentyfikowanych czynników ryzyka
- Koordynacja połączonych doświadczeń innych osób w jedną spójną całość, aby zapewnić kompleksowy plan bezpieczeństwa
- Posiada dobrą postawę i podejście oraz właściwy osąd we wdrażaniu planu bezpieczeństwa

Kierownik Zabezpieczenia będzie musiał zaangażować się w organizację na bardzo wczesnym etapie. Organizatorzy muszą wziąć pod uwagę wkład Kierownika Zabezpieczenia w zakresie przebiegu trasy i oceny jego przydatności do użytku w zawodach.

Oprócz zadań wynikających bezpośrednio z Przepisów, Kierownik zabezpieczenia:

- Współpracuje z Sędzią Trasy we wszystkich aspektach dotyczących trasy. Sprawdza warunki pływowe/szybkości przepływu wody i upewnia się, że trasa jest bezpieczna do przeprowadzenia zawodów.
- Koordynuje kwestie medyczne i podejście do rozwiązania problemów z Przedstawicielem Służb Medycznych.
- Sprawdza z Sędzią Trasy, czy odpowiednie ostrzeżenia o zawodach zostały przekazane wszystkim pozostałym jednostkom wykorzystującym lub prawdopodobnie wykorzystującym dowolną część trasy.
- Odprawia pływaków, ich opiekunów, Sędziów Wyścigu i załogi łodzi na temat bezpieczeństwa, w tym wszystkich potencjalnych zagrożeń i działań, które należy podjąć, jeśli coś się wydarzy.
- Sprawdza, przed rozpoczęciem wyścigu, procedury ewakuacyjne i miejsca zespołów medycznych.

- 15 minut przed startem potwierdza Sędziemu Głównemu, że, jego zdaniem, wszelkie wymagania bezpieczeństwa zostały spełnione.
- Sprawdza czy zabezpieczenie i jednostki eskortujące pływaków są odpowiednie do zamierzonego celu. W zależności od warunków odnoszących się do konkretnej trasy, rodzaj używanej łodzi będzie różny. Ogólnie rzecz biorąc powinny obowiązywać następujące kryteria.
  - Łódź powinna mieć wystarczającą wielkość, aby pomieścić załogę, Sędziego Trasy i przedstawiciela pływaka.
  - Podczas każdego 25-kilometrowych zawodów, zawodnik będzie musiał regularnie otrzymywać odżywianie. Dlatego istotne jest, aby Przedstawiciel Pływaka mógł zbliżyć się wystarczająco blisko, aby przenieść wymagane odżywianie bez ingerencji lub opóźnienia pływaka.
  - Jeśli napęd łodzi eskortującej jest ręczny, należy pamiętać, że pływacy będą płynąć z prędkością do 4 km/h, a jeśli podczas zawodów/mistrzostw pojawi się silny wiatr, nadążenie za pływakiem może być bardzo trudne.
  - Gdy używana jest łódź eskortująca z napędem mechanicznym, należy wziąć pod uwagę następujące punkty:
    - Spaliny. Pionowe lub wewnętrzne wydechy stanowią niewielki problem; jednak wydechy w linii wodnej mogą powodować poważne problemy dla pływaka.
    - Przy prędkościach powierzchniowych 3 węzłów lub mniejszej, standardowy silnik zewnętrzny lub wewnętrzny będzie "ciekły" ("puszczał olej") i będzie wymagać okresów wysokich obrotów, aby utrzymać silnik w czystości. Te powinny zawsze być prowadzone przy silniku w położeniu neutralnym.
    - Gdy używany jest duży silnik i występuje problem z przebywaniem obok pływaka, można użyć dryfkotwy. Jeden lub dwa wiadra połączone bezpiecznymi linami mogą być ciągnięte za łodzią, aby zapewnić dodatkowy opór. Należy uważać, aby linie nie mogły zaplątać się w śrubę lub spowodować zakłóceń dla jakiegokolwiek innego pływaka lub eskortującej go jednostki bezpieczeństwa.
    - Toalety. Należy wziąć pod uwagę osobiste wymagania osób, które mogą przebywać w łodzi do ośmiu lub dziewięciu godzin.
- Mierzy i rejestruje temperaturę wody w regularnych odstępach czasu podczas wyścigu zgodnie z przepisami bezpieczeństwa.

Kierownik Zabezpieczenia będzie musiał zbadać trasę z Sędzią Trasy i określić możliwe zagrożenia, które mogą wystąpić na proponowanej trasie.

Przyptyw i odpływ powinny być zamieszczane w informacji o wyścigu i skierowanie dla pływaków.

- Wysoki przyptyw/stan wody: czas, kiedy morze lub rzeka osiąga najwyższy poziom i jest najdalej na plaży.
- Niski przyptyw/stan wody: czas, kiedy woda osiągnęła najniższy poziom.

Kierownik zabezpieczenia musi upewnić się, że wszystkie właściwe organy publiczne są poinformowane o odbywających się zawodach i wyraziły zgodę zgodnie z wymaganiami BL 13.2.

### **BL 13.2 Sprawdzenie miejsca (miejsc) zawodów**

*Miejsce (miejsca), w których zawody mają się odbywać, muszą zostać zatwierdzone w tym celu przez właściwe organy.*

Pierwszym krokiem w zarządzaniu bezpieczeństwem jest przeprowadzenie oceny ryzyka. Bez dostosowania strategii do konkretnych warunków lokalizacyjnych w odniesieniu do potencjalnych zagrożeń i innych czynników wpływających na bezpieczeństwo pływaków, bezpieczeństwo nie będzie skutecznie zarządzane. Celem jest wyeliminowanie ryzyka lub ograniczenie ryzyka do minimum. Kierownik Zabezpieczenia, w porozumieniu z innymi oficerami/służbami wymienionymi w BL 13.4.1, opracowuje kompleksowy plan zarządzania bezpieczeństwem i ryzykiem w celu uwzględnienia aspektów bezpieczeństwa zawodów. Po uzgodnieniu, plany te będą szeroko rozpowszechnione w zakresie funkcji niezbędnych do zapewnienia skutecznego wdrożenia.

Kierownik Zabezpieczenia jest również odpowiedzialny za wyznaczanie i nadzorowanie odpowiednio wykwalifikowanego dodatkowego personelu odpowiedzialnego za bezpieczeństwo, które uważa się za konieczne do wdrożenia i zarządzania planami zarządzania ryzykiem i bezpieczeństwa. Po zatwierdzeniu trasy należy zidentyfikować i zapewnić odpowiednią liczbę personelu zabezpieczającego oraz łodzi zabezpieczających. Kierownik Zabezpieczenia musi zapewnić wystarczającą liczbę personelu bezpieczeństwa i łodzi zabezpieczających wraz z załogami, tak szybko, jak to możliwe. Należy określić wystarczającą liczbę jednostek bezpieczeństwa, aby upewnić się, że wyznaczone są jednostki z napędem do:

- Odpowiedniego zapewnienia ścisłego wsparcia w celu pokrycia całego akwenu przez cały czas trwania wyścigu, szczególnie w przypadku wyścigów, w których nie ma łodzi eskortujących każdego pływaka.
- Zapewnienia pierwszej pomocy medycznej, wyposażonej w odpowiedni sprzęt pierwszej pomocy medycznej, aby pomóc w leczeniu i transporcie pływaków lub innych osób wymagających pomocy do bardziej kompleksowego wsparcia medycznego na lądzie. W przypadku korzystania z łodzi ratowniczej powinna być obsadzona co najmniej dwoma osobami, sternikiem i ratownikiem. Jeśli skutery wodne są używane dla bezpieczeństwa, powinny być wyposażone w sprzęt ratunkowy i deskę ratunkową za skuterem. Ratownicy powinni nosić kamizelki ratunkowe. W przypadku korzystania ze skutera wodnego należy obsadzić go jednym sternikiem i jednym ratownikiem.
- Dodatkowe jednostki do zastąpienia łodzi, które mogą ulec uszkodzeniu lub w inny sposób być niezdolne do użytku.

Jednostki pomocnicze, takie jak deski do wiosłowania na stojąco, kajaki i canoe, mogą być użyte do zapewnienia dodatkowej osłony bezpieczeństwa, ale nie mogą być używane do zastępowania odpowiednich jednostek. Kierownik Zabezpieczenia musi przeprowadzić inspekcję jednostek bezpieczeństwa, aby upewnić się, że są one odpowiednie do zamierzonego celu. Do wszystkich zmotoryzowanych jednostek bezpieczeństwa należy zamontować osłony zabezpieczające śrubę/-y. Pontony oferują wysoką manewrowość i mogą zbliżyć się do akwenu przy zmniejszając ochłapanie sędziów i za ich pomocą łatwiej wydobyć pływaków z wody. Jednostki pontonowe mogą mieć jednak trudności z utrzymaniem na torze przy wietrznej pogodzie i wiosłowaniu, jeśli silnik się zepsuje.

Tam, gdzie jednostki bezpieczeństwa są umiejscowione w stacjonarnych miejscach wzdłuż/wokół trasy, powinny one zachować swoją pozycję względem trasy, ale nie powinny

być zakotwiczone—tak, aby mogły od razu poruszać się w celu wsparcia każdego znajdującego się w niebezpieczeństwie. Przepisy FINA dotyczące bezpieczeństwa preferują jednostki wsparcia z bliska, które podążają za pływakami poruszającymi się po trasie, zamiast utrzymywać stacjonarną jednostkę monitorującą "sektor" trasy, ponieważ ta metoda nie najlepiej wykorzystuje jednostki bezpieczeństwa, gdy zawodnicy znajdują się tylko w określonej części trasy.

Kierownik Zabezpieczenia jest odpowiedzialny za sporządzenie planu bezpieczeństwa, dokumentu określającego procedury bezpieczeństwa, które będą miały zastosowanie do zawodów i który może być używany jako dokument referencyjny dla wszystkich odpowiednich stron i zespołów/trenerów w planowaniu i przeprowadzaniu zawodów.

Ważne jest, aby zadbać i zidentyfikować personel odpowiedzialny za bezpieczeństwo, który będzie chętny do pomocy w następnych latach lub na kolejnych zawodach. Obejmuje to wyżywienie, darowizny na rzecz ich klubów itp.

Upewnij się, że personel bezpieczeństwa ma odpowiednie doświadczenie/predyspozycje do wykonania wymaganej funkcji. Opowiedz im dokładnie o obowiązkach i odpowiedzialności tak wcześniej przed zawodami, jak to możliwe, i upewnij się, że każda osoba zna dokładnie swoje miejsce i zakres odpowiedzialności. Można to zrobić za pomocą map lub wizyty na miejscu. Każdemu członkowi ekipy zabezpieczenia należy podać szczegółowe informacje o wyścigu, dane dotyczące wody, szczegóły procedur awaryjnych, numery radiowe i kontaktowe oraz nazwiska Kierownika Zabezpieczenia (w tym znak wywoławczy) i Sędziach Wyścigu. Przy dłuższych zawodach należy dostarczyć napoje i/lub powinien być zapewniony personel zastępujący.

Niezmiernie ważne jest, aby organizator przewidział możliwość nieobecności personelu pomocniczego, w szczególności ekipy zabezpieczenia. Powinna zostać sporządzona lista priorytetowych ról, a personel ponownie przydzielony z niższych ról priorytetowych zgodnie z wymaganiami. W żadnym wypadku nie należy prosić personelu o narażenie się na niebezpieczeństwo.

W przypadku, gdy wyścig jest zależny od oddzielnej organizacji zapewniającej bezpieczeństwo, konieczne jest, aby zostali poinformowani o procedurach bezpieczeństwa i ocenienie zgodności dwóch odmiennych procedur.

Należy zidentyfikować i wprowadzić komunikację pierwszą (1) i drugą (2), aby zapewnić komunikację w celu koordynacji wyścigu (1) i komunikacji w zakresie bezpieczeństwa (2). W przypadku tych dwóch kanałów komunikacji należy rozważyć oddzielne kanały radiowe, aby zapewnić niezależność przepływu informacji w celach bezpieczeństwa.

Cały personel pomocniczy powinien otrzymać sprzęt ochronny i odzież, w tym ochronę przed warunkami atmosferycznymi i kamizelki ratunkowe.

#### OVS 3.39–3.41 PRZEDSTAWICIEL SŁUŻB MEDYCZNYCH

Oprócz Przepisów:

Przedstawiciel Służb Medycznych musi być odpowiednio przygotowany do pełnienia tej roli i jest odpowiedzialny przed Komitetem Organizacyjnym za zapewnienie odpowiedniego zabezpieczenia medycznego, aby zapewnić dobry stan wszystkich pływaków i zapewnić takie udogodnienia, jakie są wymagane zgodnie z przepisami i zaleceniami FINA. Podczas zawodów

Przedstawiciel Służb Medycznych odpowiada przed Sędzią Głównym, a także będzie działał w porozumieniu i współpracy z Kierownikiem Zabezpieczenia.

Do obowiązków Przedstawiciela Służb Medycznych należy:

- Sprawdzanie czy jakość wody dla wyznaczonej trasy jest bezpieczna i odpowiednia do przeprowadzenia zawodów i potwierdzenie, że nie ma innych czynników (takich jak rekin, krokodyl czy meduza), które mogłyby uczynić miejsce zawodów nieodpowiednim.
- Zebranie takich danych na temat statusu zawodników, o które może poprosić Komitet Medycyny Sportowej FINA.
- Zapewnienie Sędziom, załogom łodzi i przedstawicielom pływaków wyjaśnienie planu medycznego wyścigu. Plan ten powinien obejmować procedury ratownictwa pływaka/ewakuacji poszkodowanych.
- Udostępnienie zespołom lekarskim, ekipom pierwszej pomocy i ratownikom medycznym szczegółowych objaśnień planu medycznego wraz z odpowiednimi procedurami niezbędnymi do jego wdrożenia.
- Upewnienie, że wszyscy pływacy, w momencie zakończenia lub w przypadku wycofania, w strefie finiszu nie wymagają dalszego nadzoru lekarskiego.
- Udzielanie porad i pomocy w zakresie odpowiedniego odżywiania lub pożywienia, aby wspomóc w regeneracji po zawodach.
- Przygotowanie szczegółowego raportu na temat wszystkich aspektów medycznych mistrzostw wraz z zaleceniami dotyczącymi planowania i realizacji planów medycznych podczas przyszłych wydarzeń.

Przedstawiciel Służb Medycznych powinien wizualnie sprawdzić certyfikat jakości wody i w porozumieniu z Kierownikiem Zabezpieczenia potwierdzić Sędziemu Głównemu, że warunki są dopuszczalne dla przebiegu zawodów, w tym sprawdzić czynniki, takie jak fauna wodna (np. rekiny, krokodyle, meduzy), prądy oraz temperatura lub inne warunki, które mogą stwarzać zagrożenie.

Przedstawiciel Służb Medycznych jest odpowiedzialny za nadzór nad wszystkimi aspektami medycznymi zawodów. Oprócz przepisów pływania, procedury i regulaminy dotyczące wydarzeń FINA również określają obowiązki medyczne, których należy przestrzegać w organizacji zawodów pływania na wodach otwartych.

### **BL 12.14 Pierwsza pomoc**

*Miejsce/-a zawodów musi posiadać odpowiednie i w pełni wyposażone zaplecze do pierwszej pomocy dla zawodników i sędziów oraz publiczności. Obiekty te wraz z liczbą i kwalifikacjami asystentów, którzy będą udzielać pomocy, muszą być zatwierdzone przez odpowiednie władze lokalne. Pogotowie (karetki) będzie stacjonować na miejscu podczas całych mistrzostw/zawodów.*

## **9. Wsparcie medyczne**

**M9.1** W każdej dyscyplinie sportowej należy ustalić wytyczne dotyczące niezbędnego wsparcia medycznego w zależności od charakteru zajęć sportowych i poziomu zawodów.

Wytyczne te powinny odnosić się, ale nie ograniczać do następujących punktów:

- ochrona medyczna miejsc treningu i zawodów oraz sposób ich organizacji;
- niezbędne zasoby (dostawy/sprzęt, lokale, pojazdy itp.);

- procedury na wypadek sytuacji awaryjnych;
- system komunikacji między służbami pomocy medycznej, organizatorami i właściwymi organami służby zdrowia.

**M9.2** W przypadku poważnego incydentu występującego podczas treningu lub zawodów, powinny istnieć procedury zapewniające niezbędne wsparcie poszkodowanym, poprzez ewakuację do właściwych służb medycznych w razie potrzeby. Zawodnicy, trenerzy i osoby związane z działalnością sportową powinny zostać poinformowane o tych procedurach i przejść odpowiednie szkolenie w celu ich wdrożenia.

**M9.3** Aby wzmocnić bezpieczeństwo w uprawianiu sportu, powinien istnieć mechanizm umożliwiający zbieranie danych dotyczących obrażeń odniesionych podczas treningu lub zawodów. Tam, gdzie jest to możliwe do zidentyfikowania, dane takie powinny być gromadzone za zgodą zainteresowanych osób i traktowane jako poufne oraz zgodnie z uznanymi zasadami etycznymi w zakresie badań.

Przedstawiciel Służb Medycznych musi opracować pełny Plan Działań Medycznych w odniesieniu do zawodów zawierający następujące punkty:

- Pierwsza pomoc na miejscu (zarówno na wodzie, jak i na lądzie)
- Poziom wyposażenia, który ma być dostępny na miejscu
  - na miejscu zawodów
  - w/na akwenie wodnym
- Lekarz/-e dyżurni lub urządzenia medyczne dostępne dla drużyn i sędziów
- Szpitale, w których pływacy/sędziowie/personel drużyn zostaną wysłani na wstępne leczenie i/lub poważniejszą opiekę
- Stabilny transport z wody na ląd i z lądu do bardziej zaawansowanych placówek medycznych i szpitali, gdy zostanie to uznane za konieczne. Pojazdy transportowe muszą umożliwiać ciągłe leczenie lub reanimację.
- Plan transportu w sytuacjach, w których wymagane jest skierowanie do szpitala
- Metodologia i sprzęt do koordynacji i komunikacji medycznej
- Strategia, metoda i odpowiedzialność działań w nagłych wypadkach
- Koordynacja kontaktów ze służbami porządkowymi i innymi służbami ratowniczymi

Szczegółowy plan medyczny dla danych zawodów/mistrzostw będzie wyjątkowy, gdy uwzględni się szeroki zakres zmiennych, w szczególności wahania temperatury i warunków klimatycznych. Całość musi współgrać z planem bezpieczeństwa obejmującym bezpieczeństwo w miejscu i na trasie, z planem medycznym określającym działania i procedury, które zostaną wdrożone, gdy pływacy, sędziowie, trenerzy lub inne osoby zostaną ewakuowane na brzeg.

Plan Działań Medycznych musi być szeroko rozpowszechniony, aby wszyscy uczestnicy wydarzenia znali niezbędne informacje na temat tego, jakie leczenie jest dostępne w miejscu i czy należy kogoś zabrać do szpitala lub innego ośrodka leczenia medycznego, i kogo.

Karetki pogotowia stacjonujące na miejscu muszą być wszechstronnie wyposażone i obsadzone odpowiednio wykwalifikowanym personelem paramedycznym, aby móc leczyć wszelkie problemy medyczne występujące na miejscu, w tym zaawansowaną resuscytację serca.

Tam, gdzie wymagają tego warunki wyścigu, Przedstawiciel Służb Medycznych powinien zapewnić końcowe badanie fizyczne zawodników przed dniem zawodów i doradzić Sędziemu Głównemu i organizatorom, którzy w opinii lekarza nie są w stanie wziąć udziału w zawodach.

Przedstawiciel Służb Medycznych powinien zapewnić dostępność odpowiednio wykwalifikowanego personelu medycznego i nadzorować badanie pływaków opuszczających wodę, albo przy wycofaniu, albo po zakończeniu wyścigu zgodnie z zasadami OWS 7.4–7.7. Nawet gdy temperatura wody i warunki klimatyczne są dobre, wskazane jest posiadanie dodatkowych środków przy wyjściu pływackim. Hipotermia może wystąpić w stosunkowo ciepłej wodzie.

#### OWS 3.42–3.46 SĘDZIA TRASY

Jednym z najważniejszych czynników jest planowanie trasy, więc Sędzia Trasy jest kolejnym wyznaczonym członkiem komisji, który musi być zaangażowany od samego początku. Istnieje wiele czynników i wytycznych, których należy przestrzegać i wszystkie wymagają starannego rozważenia pod kątem bezpieczeństwa i przydatności. Obejmują one:

- Dane klimatyczne—pogoda, temperatura wody i powietrza, przeważające wiatry (historyczne dla proponowanego terminu)
- Dane o jakości wody (historyczne dla proponowanego terminu wydarzenia)
- Przewidywane informacje pływowe/prąd
- Gotowy dostęp do ewakuacji medycznej wokół/wzdłuż trasy
- Dostęp do odpowiednich obiektów dla sędziów i organizatorów wyścigów w celu wykonywania ich oficjalnych funkcji, a także do udogodnień, takich jak łazienki
- Odpowiednie uprawnienia do korzystania z proponowanej trasy
- Informacje na temat koryta cieku wodnego (zagrożenia, mocowania boi)

Ważne jest, aby trasa była ustalana zgodnie z lokalnymi zaleceniami i oceną danych historycznych i mierzona z dużym wyprzedzeniem. Jakość wody i informacje o prądach należy uzyskać od odpowiednich władz na stosowną porę roku, na wczesnym etapie planowania, aby ocenić przydatność danej trasy do przeprowadzenia zawodów pływania na wodach otwartych. Ma to na celu zapewnienie, że zmiany trasy mogą być dokonywane w przypadku pogorszenia pogody lub pogorszenia warunków morskich/wodnych. Należy rozważyć zaplanowanie alternatywnej trasy, którą można wprowadzić w krótkim czasie.

Trasę należy starannie wyznaczyć, ponieważ podstawową troską dla wszystkich zawodów w pływaniu na wodach otwartych powinno być bezpieczeństwo uczestników.

Miejsce zawodów będzie pod kontrolą jednego lub większej liczby przedstawicieli władz lokalnych, a uzyskanie niezbędnych uprawnień może zająć trochę czasu, więc pozyskanie tych osób i wspieranie wydarzenia jest niezbędnym elementem wczesnego planowania. Komercyjni użytkownicy dowolnego obiektu zawsze będą mieli dostęp do niego w pierwszej kolejności, dlatego ważne jest, aby w pierwszej kolejności uzyskać ich zgodę i współpracę.

W przypadku startów ze skoku z grodzi nadbrzeżnej (z brzegu), pomostu lub platformy pływającej, należy się upewnić, że głębokość wody została zbadana i że głębokość jest zgodna z wymaganymi minimum (1,4 m). Kontrola fizyczna obszaru startowego powinna odbyć się na długo przed zawodami, aby upewnić się, że w wodzie nie ma niewidocznych płytkich przeszkód wodnych.

Po uzgodnieniach należy przygotować plan trasy zawierający:

- Strefa/strefy startu i finiszu oraz odległość od brzegu
- Odległość między bojami nawrotowymi a punktami odżywiania, tam, gdzie jest potrzeba
- Medyczne punkty ewakuacyjne na trasie
- Biuro zawodów
- Strefa zbiórki zawodników

Ten dokument ma kluczowe znaczenie, ponieważ będzie stanowił podstawę do planowania wielu aspektów zawodów, w tym przygotowania zawodników, planowania bezpieczeństwa i zarządzania ryzykiem oraz planu działań medycznych.

Kilka dodatkowych punktów:

- Przed pierwszym spotkaniem informacyjnym należy upewnić się, że wszystkie aspekty trasy są zgodne z początkową oceną bezpieczeństwa otrzymaną przy zgłoszeniu zawodów.
- Przed pierwszym spotkaniem informacyjnym upewnij się, że nie ma żadnych przeszkód na trasie innych niż te, które zostały już zidentyfikowane.
- Kontaktuj się i upewnij, aby Kierownik Zabezpieczenia był w pełni poinformowany.
- Podczas spotkania informacyjnego upewnij się, że mapy są szczegółowe (w odpowiednio dużej skali), wyraźnie pokazujące start, finisz i wszystkie punkty nawrotowe oraz że są dostępne dla przedstawicieli zawodników, sędziów, wszystkich osób funkcyjnych i mediów.
- Potwierdź wszystkich Sędziów Kierunku i przydziel transport do ich pozycji, zapewniając wystarczające znaczniki (boje) i flagi.
- Sprawdź, czy dostępny jest wystarczający transport, aby upewnić się, że Sędziowie Kierunku będą na miejscu na czas, aby mogli wykonywać swoje obowiązki i że zostały podjęte wystarczające środki w celu zapewnienia ich powrotu po przepłynięciu ostatniego zawodnika.

Sędzia Trasy prawdopodobnie musi być pierwszą osobą na trasie w dniu zawodów. Jeśli nie było możliwości zorganizowania trasy dzień wcześniej, jest wiele do zrobienia, zanim zawodnicy i sędziowie przyjadą na zawody i zaledwie 90 minut przed startem prawdopodobnie nie będzie wystarczającą ilością czasu na zrobienie wszystkiego, co należy zrobić. Nawet tam, gdzie wszystko zostało przygotowane dzień wcześniej, konieczne jest ponowne sprawdzenie wszystkiego, aby upewnić się, że nic się nie zmieniło lub nie zniknęło w ciągu nocy. Właśnie wtedy, gdy najmniej się tego spodziewasz, coś niewątpliwie nie pójdzie niezgodnie z planem i będzie wymagało dodatkowego czasu na poprawienie.

Sprawdź, czy obszar początkowy (obszar startu) i końcowy (obszar mety) są poprawnie zorganizowane i prawidłowo oznaczone, czy sprzęt jest zainstalowany i czy działa prawidłowo.

Upewnij się, że wszystkie punkty nawrotowe są prawidłowo ustawione i oznaczone (boje, markery lub inne zacumowane jednostki, które są używane do definiowania punktów zwrotnych lub zmian kierunku na trasie). Global Positioning System (GPS) jest dobrym narzędziem do szybkiego sprawdzania pozycji, jeśli masz dostępne to narzędzie.

W towarzystwie Sędziego Głównego lub jego Asystenta i Kierownika Zabezpieczenia sprawdź przebieg i oznaczenia trasy przed rozpoczęciem zawodów.



Sprawdź, czy Sędziowie Kierunku są na swoich właściwych pozycjach przed rozpoczęciem wyścigu i potwierdź to Sędziemu Głównemu. Jest to szczególnie ważne, ponieważ to właśnie obowiązkiem Sędziego Trasy jest upewnienie się, że wszyscy są na miejscu, aby mogli właściwie wykonywać swoje obowiązki.

Sędzia Trasy prawdopodobnie będzie ostatnią osobą, która zejdzie z wody po zakończeniu zawodów, ponieważ wszystko, co zostało zainstalowane na potrzeby zawodów, musi zostać sprzątnięte, a akwen musi powrócić do pierwotnego stanu. Upewnij się z Sędzią Głównym zanim jakiś sprzęt zostanie usunięty z trasy—nie ma nic bardziej zawstydzającego niż stwierdzenie, że część trasy została już usunięta, a na trasie wciąż są pływacy, którzy chcą płynąć wokół podniesionych boi!

#### OVS 3.47–3.52 NACZELNIK ZAWODÓW

Naczelnik Zawodów jest odpowiedzialny za odprawę, opisywanie numerami i zarządzanie zawodnikami przed rozpoczęciem wyścigu, w celu zapewnienia, że ich odzież i sprzęt są pod opieką, na bieżąco weryfikuje liczbę pływaków w wodzie w trakcie wyścigu oraz opiekuje się nimi pod koniec wyścigu, aż ich trenerzy/opiekunowie przejmą opiekę nad nimi.

W zależności od liczby zawodników, prawdopodobnie konieczne będzie wyznaczenie więcej niż jednego Naczelnika Zawodów, aby zapewnić, że wszystkie funkcje przed wyścigiem są przydzielone. Sędziowie Mierzący Czas i Sędziowie Finiszu mogą być w stanie pomóc w przygotowaniach pływaków przed zawodami do wyścigu. W strefie startu, Naczelnik Zawodów musi:

- Zarejestrować zawodników (i ich trenerów/opiekunów oraz osoby wspomagające żywienie na trasie; jeśli dotyczy) i
- Sprawdzić, czy strój startowy, który ma być noszony, znajduje się na liście FINA i czy nie więcej niż jeden jest noszony przez zawodnika lub gdy pianki są w użyciu, czy spełniają wytyczne FINA
- Sprawdzić/wydać czepki zgodnie z kryteriami wyścigu
- Sprawdź wszystkie stroje startowe (czepki, stroje i okulary) zgodne z przepisami FINA odnośnie reklamy (jeśli dotyczy)
- Sprawdź czy paznokcie u rąk i nóg pływaka są przycięte i cała biżuteria została zdjęta (w tym w jamie ustnej, pępku lub w zakresie innej biżuterii do przekłuwania ciała)
- Numeruje/opisuje numerami pływaków na obu ramionach, barkach i na zewnętrznej stronie dłoni
- Wydaje transpondery/chipy dla wyścigów, w których są one używane i zbiera je z powrotem ponownie po zakończeniu wyścigu
- Regularnie informuje, ile czasu pozostało do rozpoczęcia wyścigu

Naczelnicy muszą być na miejscu na długo przed rozpoczęciem rejestracji, aby byli dobrze przygotowani do przyjęcia pływaków i mogli wykonywać swoje obowiązki szybko i sprawnie przed wyścigiem.

Należy przygotować kopie listy startowej wszystkich zawodników, zwłaszcza gdy numery startowe zostały wcześniej przydzielone, aby można je było wykorzystać jako dokumenty referencyjne do opisywania numerami i przydzielania transponderów zawodnikom.

Od początku procesu sprawdzenia i rejestracji zawodników, Naczelnicy i Informator muszą informować pływaków, trenerów i sędziów o czasie pozostałym do startu. Powiadomienia te należy sporządzać w odpowiednich odstępach czasu, aby dotrzymać terminów, które prowadzą do startu (zakończenie rejestracji/opisywanie numerami, końcowa odprawa przed wyścigiem, wprowadzenie, start). W ciągu ostatnich pięciu minut przed rozpoczęciem wyścigu ogłoszenia powinny być komunikowane co minutę. Koordynuj z Informatorem i Sędzią Głównym, aby uzgodnić prawidłową godzinę i ustal z Informatorem przedziały czasowe, które mają być ogłoszone przed startem, i monitoruj, czy są one wykonane we właściwym czasie. Potwierdź również z Sędzią Głównym czas i miejsce odprawy przed wyścigiem.

Ustawienie strefy rejestracji jest ważne, aby zapewnić dobry przepływ zawodników przez proces odprawy i opisywania numerami, więc ważne jest dobre oznaczenie tej strefy. Zorganizowanie przestrzeni wieloma "stanowiskami", z których każda sprawdza jeden z powyższych aspektów, jest dobrym sposobem szybkiego i skutecznego sprawdzania pływaków i utrzymywania przepływu w miarę postępu procesu.

Wejście na obszar rejestracji/zbiórki zawodników powinno być ograniczone wyłącznie do osób niezbędnych, aby uniknąć tłoku i umożliwić pływakom przygotowanie się do wyścigu bez zakłócania spokoju.

Poza szerokimi pisakami lub naklejkami/stemplami do numerowania, upewnij się, że są dostępne chusteczki dla niemowląt lub podobne, aby usunąć wszelkie błędy, które mogą być wykonane, a także białe pisaki, aby ponumerować pływaków o ciemniejszej skórze. Dobrym pomysłem jest zabranie ze sobą zestawu do manicure lub nożyczek/cążków do paznokci i pilnika, aby w razie potrzeby można było przyciąć i wygładzić paznokcie. Rozwiązanie sterylizujące jest również dobrym pomysłem do czyszczenia/dezynfekcji tych narzędzi między użyciem. Gdy pianki są w użyciu, kredki pastelowe są najlepsze do numerowania pianek.

Numery nakładane są na ramiona, barki i dłonie. Numery powinny być na tyle duże, aby Sędziowie Główni i ich Asystenci, Sędziowie Wyścigu i Sędziowie Finisu oraz personel pomocniczy mogli z łatwością je odczytać. Czytelne numery są bardzo ważne, ponieważ są one środkiem identyfikacji każdego pływaka podczas wyścigu.

#### **BL 9.3.7.2 Numerowanie zawodników**

*Zawodników opisuje się numerami na ramionach, górnej części pleców (bark) i zewnętrznej stronie dłoni zawodników. Na ramionach liczby powinny być rozmieszczone pionowo. Na górnej części pleców i dłoniach numeracja jest poziomo. Numerację ramion i pleców wykonuje się tuszem za pomocą szablonu o wysokości 100 mm i szerokości 60 mm. Dozwolone jest opisywanie numerami rąk zawodników pisakiem. Dla sportowców o ciemniejszej wymagany jest biały pisak.*

#### **BL 9.3.7.3 Identyfikacja**

*Na wszystkich zawodach w pływaniu na wodach otwartych obowiązkowe jest, aby na głowie lub czepku po każdej stronie widoczny był "trzyliterowy kod krajowy" i może zawierać flagę narodową pływaka. Kod kraju musi mieć co najmniej 8 cm wysokości. Czepki zgodne ze specyfikacją zawartą w BL 7.1.3 nie są dozwolone, za wyjątkiem, że dopuszcza się jedno (1) logo producenta o maksymalnych wymiarach 20 cm<sup>2</sup> na przodzie.*

Gdy pływacy są już opisani numerami, należy sprawdzić ich strój pływacki, aby upewnić się, że znajduje się on na zatwierdzonej liście opublikowanej przez FINA. Dobrym pomysłem jest posiadanie aktualnej listy strojów pływackich zatwierdzonej przez FINA (pobieranie ze strony

internetowej FINA) dostępnej w celach referencyjnych w strefie rejestracji, aby wszelkie wątpliwości można było szybko rozwiązać, odwołując się do oficjalnej listy.

## **BL 8 STRÓJ PŁYWACKI**

### **BL 8.1–7**

Gdy wszyscy pływacy zarejestrują się i zostaną opisani numerami, mogą nasmarować się filtrem przeciwsłonecznym, lanoliną, itp. przed prezentacją przed wyścigiem. Sędzia Główny i Sekretarz powinni być w tym czasie poinformowani o wszystkich zawodnikach, którzy nie zarejestrowali się, aby ostateczna liczba zawodników biorących udział w wyścigu mogła zostać przekazana do wszystkim sędziom.

Sekretarze obsługują wszystkie rezygnacje zawodników, więc każdy, kto chce się wycofać, powinien zostać skierowany do Sekretarza. Naczelnik Zawodów i Sekretarz muszą zatem ściśle ze sobą współpracować, aby zapewnić, że prawidłowa liczba pływaków jest znana.

Ostatnia odprawa przed wyścigiem zazwyczaj odbywa się w strefie rejestracji/zbiórki zawodników.

Naczelnicy są również odpowiedzialni za zapewnienie, że wszystkie ubrania i sprzęt pływacki są zabezpieczone w strefie startowej i zostaną przeniesione do strefy mety, aby były dostępne dla pływaków po wyjściu z wody. Worek na śmieci z numerem pływaka na zewnątrz, to szybki i skuteczny sposób na osiągnięcie tego. Upewnij się, że ktoś jest zawsze w pobliżu sprzętu pływaków, jeśli miejsce nie jest zabezpieczone.

Naczelnicy są odpowiedzialni za dobre samopoczucie pływaków na mecie co również częściowo leży w obowiązkach Przedstawiciela Służb Medycznych. Upewnij się, że są dostępne krzesła, na których mogą odpocząć, gdy wyjdą z wody, gdzie mogą zostać sprawdzeni przez pomocniczy personel medyczny, a także napoje, w tym napoje elektrolitowe, zarówno po wyjściu z wody, jak i w strefie regeneracji. Strefa regeneracji powinna być traktowana jako strefa zamknięta, z dostępem tylko dla pływaków, trenerów i niezbędnych osób obsługi. Pod wieloma względami jest podobna do szatni—to nie jest miejsce dla członków rodziny, przyjaciół i mediów.

### **OVS 3.53–3.54 SEKRETARZ**

Sekretarze są integralną częścią komisji sędziowskiej. Sekretarz współpracuje z Sędzią Głównym oraz Komitetem Organizacyjnym przed wyścigiem celem ustalenia:

- Metody opracowania wyników, która ma być stosowana (może to być forma elektroniczna lub papierowa w zależności od dostępnych urządzeń);
- Przewidywana liczba pływaków (zarówno mężczyzn, jak i kobiet); i
- Metoda losowania (ręczna lub elektroniczna) numerów startowych i/lub pozycji startowych.
- Oprogramowanie, które będzie używane i nawiązanie kontaktu z osobą, która będzie je obsługiwać. Najpopularniejsi dostawcy programów do zarządzania zawodami oferują funkcjonalność obsługi zawodów pływania na wodach otwartych.

Zdecydowanie zaleca się, aby **unikalny kolejny numer pływaka** był przypisany do nazwiska każdego pływaka. Należy to zrobić w porozumieniu z Naczelnikiem Zawodów, w momencie, gdy każdy pływak osobiście rejestruje się na swój wyścig, jeśli przydzielenie numerów nie zostało dokonane przed rejestracją.

W przypadku zgłoszeń zarówno wstępnych, jak i w dniu wyścigu—Komitet Organizacyjny powinien zapewnić listę numerów rozpoczynającą się od numeru następującego po ostatnim numerze z wstępnych zapisów, tzn. na liście zgłoszeń wstępnych znajduje się 186 zawodników, więc lista numerów powinna zaczynać się od numeru 187 dla zgłoszeń w dniu wyścigu. Zaleca się jednak, aby nie przyjmować zgłoszeń po czasie, o ile nie wprowadzono odpowiednich systemów do ich obsługi i uwzględniono wystarczającą liczbę jednostek zabezpieczenia.

Jeśli liczba pływaków jest dość mała (mniej niż 100), a zawody przeprowadzane są z wcześniejszymi zgłoszeniami, należy rozważyć przypisanie numerów dla każdej z płci w bloku liczb. Przykładowo zapisało się 45 kobiet i 40 mężczyzn. Przypisz kobietom numery od 1 do 45, natomiast mężczyznom przypisz numery od 50 do 90. Takie grupowanie pomoże Sędziemu Głównemu oraz Sędziom Finiszu podczas zawodów. Może również pomóc w opracowaniu wyników po zawodach.

W porozumieniu z Naczelnikiem Zawodów wydaj i zanotuj **unikalny kolejny numer** dla każdego pływaka podczas rejestracji. Rejestracja jest taka sama jak zgłoszenie się na miejsce zbiórki podczas zawodów na pływalni i odnotowanie twojej obecności w trakcie przygotowań do wyścigu.

Nie można nie docenić znaczenia **unikalnego sekwencyjnego numerowania**. Przed rozpoczęciem wyścigu Sędzia Główny poprosi o dokładną liczbę zawodników, którzy się zarejestrowali. Tą informacją podzielili się z Sędziami Asystentami, pozostałymi sędziami, opiekunami pływaków i personelem medycznym. Jeżeli dwóch pływaków otrzyma ten sam numer startowy dla wyścigów odbywających się równocześnie, podczas wyścigu i na mecie Sekretarze nie będą mieli możliwości określenia, czyje czasy zostały zarejestrowane. Jeśli ktoś nie ukończy wyścigu i opuści miejsce zawodów bez zgłoszenia się do Sekretarza, nie będzie sposobu, aby się o tym dowiedzieć, dopóki ktoś nie zapyta „Czy widziałeś tego i tego?”. Tego rodzaju sytuacja może doprowadzić do niepotrzebnej akcji poszukiwawczo-ratunkowej, aby znaleźć zaginionego pływaka. Zapewniam, że to nie jest przyjemne zadanie. Również nieprzyjemne są konsekwencje świadomości, że może być "zagubiony pływak".

### **Należy zachować szczególną ostrożność.**

Zdecydowanie zaleca się również, aby w przypadku mężczyzn i kobiet nigdy nie stosować równoległych zestawów identycznych numerów, nawet jeśli płyną osobno. Stosowanie tych samych numerów dla obu grup spowoduje zamieszanie wśród wszystkich Sędziów na pewnym etapie wyścigu.

- Tylko Sekretarze wydają i rejestrują numery zawodników.
- Numery są unikalne i kolejne, chyba że podano inaczej.
- Żaden sędzia nie może opuszczać miejsca zawodów zabierając ze sobą wyniki, ani też nie powinien wychodzić bez zgody funkcyjnego kierownika lub Sędziego Głównego.

Zdarzały się sytuacje, w których zgłaszano protesty, a Komisja Odwoławcza starała się zbadać sprawę tylko po to, aby stwierdzić, że niezbędni Sędziowie już wyszli, w niektórych przypadkach zabierając ze sobą wyniki.

Jedyną sytuacją, w której liczba zarejestrowanych pływaków nie jest równa liczbie pływaków w wodzie na starcie, jest wtedy, gdy ktoś wycofuje się po rejestracji/zgłoszeniu się do odprawy, ale przed startem.. Jeśli tak się stanie należy poinformować o tym cały personel. Są to Sędzia Główny i Sędziowie Asystenci, pozostali Sędziowie i Sekretarz. **Wszyscy zawodnicy muszą być przeliczeni!**

Numery zawodników są zapisywane na karcie zgłoszeniowej pływaka. Z kart zgłoszeniowych są przygotowywane formularze kontrolne/wyniki. Podczas gdy formularze wyników służą przede wszystkim do zapisywania wyników (czasy okrążeń i czasy zakończenia oraz kolejność zakończenia) ich przygotowanie jest dodatkową weryfikacją, że każdemu pływakowi nadano **unikalny kolejny numer**.

Wycofania przed rozpoczęciem oraz podczas zawodów są odnotowywane przez Sekretarzy, którzy przekazują te informacje przed rozpoczęciem do Naczelnika Zawodów, natomiast po rozpoczęciu do Sędziów Głównych, Kierownika Zabezpieczenia i Przedstawiciela Służb Medycznych. Ważne jest, aby w dowolnym momencie zawodów Sekretarze byli w stanie dostarczyć Sędziemu Głównemu aktualnej informacji odnośnie dokładnej liczby pływaków znajdujących się w wodzie w danym momencie—nawet po tym jak część zawodników ukończy zawody.

W zależności od konfiguracji trasy Sekretarze otrzymują czasy okrążeń lub czasy na bojach kierunku (czasy na trasie we wcześniej ustalonym punkcie, tzn. w połowie trasy) w różnych momentach trwania wyścigu. Na zakończenie wyścigu, Sekretarze otrzymują końcowe czasy dla każdego zawodnika. To mogą być wydruki ze stopera z wbudowaną drukarką lub formularze wyników z odnotowanymi czasami i kolejnością pływaków zanotowaną przez Sędziów Finiszu.

Czasy zapisane na formularzu kontrolnym/wyników są odbierane od Sędziego Kierownika Pomiaru Czasu. W zależności od rodzaju stosowanego systemu pomiaru czasu, dokładny format tych formularzy może się różnić.

Gdy pływacy przekraczają linię startu/mety lub okrążają z góry określony punkt, Sędziowie Mierzący Czas zapisują czas każdego pływaka za pomocą funkcji międzyczasu, o ile jest to wymagane przez Sędziego Kierownika Pomiaru Czasu. Sędziowie Finiszu lub Sędziowie Kierunku rejestrują kolejność pływaków według ich numerów. W przypadku stosowania stopera z wbudowaną drukarką, pierwszy numer pływaka jest rejestrowany w odniesieniu do pierwszego wydrukowanego wyniku i tak do ostatniego numeru pływaka w grupie. Dobrze jest zapisać od czasu do czasu numer zawodnika przy zarejestrowanym czasie w celu późniejszego porównania.

Formularz kolejności Sędziów Finiszu oraz formularz czasów Sędziego Kierownika Pomiaru Czasu z ustalonymi czasami są przekazywane do Głównego Sekretarza, którego zespół połączy miejsce z wynikiem i rozwiąże wszelkie rozbieżności.

Po zapisaniu wszystkich czasów okrążeń na głównym formularzu wyników, miejsca określone na podstawie czasu są sprawdzane w porównaniu do miejsc wskazanych przez Sędziów Finiszu. Tam, gdzie miejsca określone przez sędziów i czasy ukończenia wyścigu są zgodne, miejsca są zapisywane w kolumnie miejsca, pamiętając o rozdzieleniu konkurencji mężczyzn i kobiet oraz grup wiekowych, zgodnie z regulaminem zawodów. W przypadku rozbieżności pomiędzy kolejnością ustaloną przez Sędziów Finiszu, a czasem zarejestrowanym przez Sędziów Mierzących Czas, sprawa zostaje przekazana Sędziemu Głównemu w celu podjęcia ostatecznej decyzji.

Powtórki wideo mogą być niezwykle pomocne w rozwiązywaniu rozbieżności. Pływacy, którym pozwolono ukończyć wyścig, ale są poza czasem określonym w OWS 6.17, zostaną uwzględnieni w wynikach na końcu bez czasu i miejsca oraz oznaczeniem "OTL".

Po ustaleniu wyniku przez Sędziego Głównego, Sekretarz wypełnia kolumnę miejsca przed opublikowaniem wyników. Jeśli w komunikacie organizacyjnym jest wskazana punktacja zespołowa lub klasyfikacja w kategoriach wiekowych, zadaniem Sekretarza jest tabelaryczne zestawienie tych wyników i punktów.

#### OVS 3.55 SĘDZIA NA PLATFORMIE ŻYWIENIOWEJ

W przypadku wyścigów o długości 10 km lub krótszych, lub gdy wyścig jest prowadzony na zamkniętym torze w taki sposób, że indywidualne łodzie eskortujące nie są wskazane, Sędziowie Platformy Żywnieniowej będą umieszczeni na platformach żywieniowych w celu nadzorowania działań na platformie i procesu karmienia.

Dostęp do platformy powinien być ograniczony tylko do zatwierdzonych trenerów/opiekunów przydzielonych do tej platformy (za pomocą opaski na rękę lub innego urządzenia dostępowego) oraz wszelkich innych zatwierdzonych osób. W celu zapewnienia łatwego dostępu trenerom prowadzącym karmienie, dostęp innych osób do platformy powinien być ograniczony do tych, którzy są tam niezbędni ze względów bezpieczeństwa lub ze względów operacyjnych. Kamery mediów mogą być dozwolone w ograniczonej liczbie, gdy nie przeszkadzają w działaniu platformy.

Zarządzanie platformą w trakcie zawodów powinno zapewnić sprawiedliwe warunki dla wszystkich członków obsługi karmienia w przygotowywaniu i podawaniu posiłków zawodnikom bez przeszkód. Należy pamiętać, że naruszenia przepisów (OWS 6.3.1) odnoszą się do trenera/opiekuna i eskorty pływaków, tak jakby dotyczyły pływaka bezpośrednio. Sędziowie na Platformie Żywnieniowej muszą zatem obserwować pływaka i jego trenera/opiekuna, aby upewnić się, że pływak nie uzyskuje nieuczciwej przewagi, ani nie jest udzielane mu celowe wsparcie podczas wyścigu (z wyłączeniem interwencji medycznej lub interwencji w zakresie bezpieczeństwa—OWS 6.7.1).

W razie konieczności interwencji w celu zapewnienia przestrzegania przepisów, sprawa powinna zostać spisana wraz z czasem i rezultatem, a następnie należy jak najszybciej poinformować o tym Sędziego Głównego.

#### OVS 4 START

Zawody pływania na wodach otwartych mogą rozpoczynać się z pływakami stojącymi lub kroczącymi w wodzie o głębokości wystarczającej do rozpoczęcia pływania na sygnał startowy. Wyścigi mogą również rozpoczynać się ze stałej platformy—pozycje zawodników są określane przez losowanie, a rozpoczęcie wyścigu odbywa się poprzez skok do wody.

Wszystkie starty wymagają tradycyjnej komendy Startera "Na miejsca", gdy Sędzia Główny daje znak przekazania kontroli poprzez wyciągnięcie ręki i flagi.

Starter powinien potwierdzić z Sędzią Głównym i Sędzią Trasy, że głębokość wody spełnia minimalne wymagania 1.4 m, ponieważ pływacy będą zwracać uwagę wzrokową na bezpieczne wchodzenie do wody. Linie startu mogą się znacznie różnić w zależności od wyścigu. Starty w wodzie można zidentyfikować za pomocą wymaganych linii pomiędzy dwoma punktami lub rzeczywistych lin (z pływakami lub bez) rozciągniętych pomiędzy dwoma bojami lub łodziami w wodzie. Linia rozciągnięta nad wodą może również wyznaczać linię startu. Jeżeli w wodzie znajduje się właściwa linia, zaleca się, aby pływacy ustawiali się w linii prostej po stronie toru, tak aby zminimalizować ryzyko zaplątania się po starcie.

Jeśli całkowita liczba zawodników przekroczy bezpieczną liczbę (która zostanie ustalona przez Sędziego Głównego po konsultacji z Kierownikiem Zabezpieczenia, Sędzią Trasy i Dyrektorem Zawodów), wyścig może rozpocząć się startem falowym (grupami). We wszystkich zawodach rangi krajowych mistrzostw, wyścigi mężczyzn i kobiet rozpoczynają się osobno. Pierwsi startują zawsze mężczyźni. Odpowiedni przedział czasowy pomiędzy startem mężczyzn i startem kobiet będzie zależał od projektu trasy. 5–10 minutowy odstęp zwykle działa dobrze na pętli o długości 2,5 km.

#### OWS 5 MIEJSCE ZAWODÓW

Wybór właściwego miejsca zawodów jest jedną z najważniejszych decyzji w przeprowadzeniu zawodów pływania na wodach otwartych, ponieważ bezpieczeństwo wyścigów jest ściśle powiązane z wybranym miejscem. Należy rozważyć kilka rzeczy:

- Jaki jest kierunek przepływu wody?
- Czy występują pływy lub prądy?
- Jaka jest średnia temperatura wody podczas proponowanego terminu zawodów? Czy inna pora dnia lub roku jest lepsza?
- Jaka jest jakość wody i czy jest zatwierdzona przez lokalne władze jako odpowiednia do pływania?
- Czy trasa jest wolna od zagrożeń związanych z ruchem morskim lub innych niebezpieczeństw? Czy istnieją komercyjni użytkownicy, których również należy wziąć pod uwagę?
- Jaka jest głębokość wody na całej długości trasy? A dno? Czy występują jakieś podwodne zagrożenia?
- Czy jest łatwy dostęp do obszaru startu/mety i reszty trasy zarówno dla ludzi oraz jednostek pływających w razie konieczności ewakuacji?
- Czy istnieje fauna lub flora morska, która może stwarzać zagrożenie?
- Czy obiekty w strefach startu i mety są odpowiednie dla oczekiwanej liczby osób, zarówno pod względem pływaków, członków zespołów oraz organizatorów, a także widzów i publiczności?

Dla każdego z powyższych punktów i wszelkich zidentyfikowanych zagrożeń należy wziąć pod uwagę strategię łagodzenia skutków oraz możliwość jej wdrożenia. Wykonując powyższe zadania w ramach oceny przydatności trasy będziemy mogli szybko określić czy dana trasa może być łatwo wykorzystana do przeprowadzenia zawodów.

Uzyskanie odpowiedniego certyfikatu od lokalnych władz również szybko pozwoli określić przydatność trasy oraz nawiązać wzajemne stosunki z niezbędnymi organami, które mogą zainicjować przychylną konieczną do przeprowadzenia zawodów.

Również dobrym pomysłem jest wyznaczenie alternatywnej trasy, jeśli jest to możliwe, tak aby planowany wyścig można było szybko przenieść na alternatywną trasę, jeśli okaże się to konieczne z jakiegokolwiek powodu.

Minimalna temperatura określona w przepisach to 16°C, a maksymalna temperatura to 31°C mierzona zgodnie z OWS 5.5.

Chociaż procedura oficjalnego pomiaru temperatury wody jest określona w OWS 5.5, dobrym pomysłem jest, aby Kierownik Zabezpieczenia i Sędzia Trasy mierzyli temperaturę w dniach bezpośrednio poprzedzających wyścig—to wskaże prawdopodobne warunki dnia wyścigu i pozwoli na rozważenie ewentualnej zmiany czasu wyścigu.



Platformy żywieniowe/jednostki powinny być strategicznie rozmieszczone wokół trasy, tak aby znajdowały się poza bezpośrednią linią pływania wyścigu, ale w jej pobliżu, tak aby pływacy chcący skorzystać z karmienia nie musieli odpływać zbyt daleko poza linię, żeby to zrobić. Jeśli to możliwe w wyścigach na zamkniętym torze, przynajmniej jedna z platform powinna znajdować się blisko obszaru mety, tak aby trenerzy/opiekunowie mogli obserwować zakończenie wyścigu. Platformy żywieniowe muszą być wystarczająco duże, aby zachować stabilność w fazie karmienia, gdy trenerzy/opiekunowie będą znajdować się po tej samej stronie—należy rozważyć ich wielkość lub w razie potrzeby dodać więcej platform.

Boje zmiany kierunku muszą mieć kolor kontrastujący z otoczeniem i być na tyle duże, aby były dobrze widoczne dla pływaków z pewnej odległości. Tam, gdzie trasa poprowadzona jest tak, że następna boja zmiany kierunku nie jest widoczna z poprzedniej, należy rozważyć zastosowanie boi naprowadzających w innym kolorze niż boje zmiany kierunku. Boje wykorzystywane do triathlonu, żeglarstwa i innych form rekreacji wodnej mają podobne wymagania i możliwe jest wypożyczenie odpowiednich przedmiotów od takich organizacji, które już je posiadają.

Strefa mety musi być również wyraźnie widoczna z dostatecznej odległości, tak aby pływacy mogli wyraźnie zobaczyć ją oraz bramkę mety w postaci pionowej ściany kontaktowej ustawionej w zasięgu ramienia od tafli wody. Flagi mogą być dobrym pomysłem na poprawę widoczności, ale pomyśl również o obciążeniu wiatrem i siłach, które mogą powstać na bramce mety.

## OVS 6 WYŚCIG

Sędziowie Główni i Sędziowie Wyścigu powinni używać swoich gwizdków, aby zareagować na każde zaobserwowane przez nich dyktowanie tempa lub korzystanie ze ślizgu strumieniowego używając sygnałów ręcznych przyjętych przez FINA, aby poinformować pełniących przewinienie pływaków o potrzebie rozsunienia się. W razie potrzeby na tablicy można zapisać numer(-y) zawodników i pokazać go pływakom, aby poinformować przewinieniu.

Tylko Sędziowie Główni i Asystenci mogą zdyskwalifikować każdego zawodnika podczas wyścigu, więc Sędziowie Wyścigu muszą informować Sędziów Głównych o każdym powtarzającym się lub ciągłym przewinieniu, tak aby Sędziowie Główni mogli się tym zająć.

W myśl OVS 6.3 jest jasne, że zasady dotyczące niesportowego zachowania stosuje się w równym stopniu do działań opiekunów/trenerów jak i do pływaków. Zasada ta dotyczy w szczególności czynności wykonywanych przez opiekuna/trenera oraz instrukcji udzielanych sternikowi ich łodzi eskortującej, a także czynności wykonywanych przez opiekuna/trenera na platformach żywieniowych.

Opiekun/trener może instruować pływaka podczas wyścigu jak zezwala na to OVS 6.13, jednak zasada ta nie zezwala innym osobom na wejście na trasę i udzielania instrukcji pływakom podczas wyścigu.

W przypadku awaryjnego przerwania wyścigu zgodnie z OVS 6.18.2, gdzie co najmniej 3 godziny wyścigu zostały zakończone, Sędzia Główny powinien użyć wszelkich dostępnych mu środków w celu szybkiego i skutecznego ustalenia pozycji wszystkich pływaków na trasie, tak aby pływacy mogli zostać podjęci z wody, gdy tylko zostanie ustalona ich kolejność na trasie.

W przypadku, gdy Sędzia Główny skorzysta z prawa umożliwiającego pływakom przekroczenie limitu czasu na ukończenie trasy, w wynikach nie zapisuje się czasu, ale wpisuje się "OTL" (Overtime loss—porażka w doliczonym czasie).



## OWS 7 ZAKOŃCZENIE WYŚCIGU

Transpondery powinny być wydawane i odbierane przez Naczelnika Zawodów—umożliwia to również sprawdzenie liczby pływaków pozostających na wodzie.

Chociaż SW11 nakazuje rejestrowanie czasów elektronicznych z dokładnością do 1/100 sekundy, w przypadku zawodów na wodach otwartych dokładność technologii transponderów wymaga rejestrowania czasów tylko do 1/10 sekundy.

Ważne jest, aby system wideo posiadał wystarczającą rozdzielczość i wyrazistość, żeby wyraźnie pokazać pływaków, którzy dotykają bramy mety w zwolnionym tempie lub stopklatce. Wszystkie aspekty systemu wideo należy sprawdzić przed rozpoczęciem zawodów, aby upewnić się, że dostępne są odpowiednie możliwości nagrywania i odtwarzania, jeśli jest to wymagane, w tym wszystkie niezbędne kable i sprzęt do oglądania.

Obszar podejścia do mety musi być wyraźnie oznaczony, tak aby nie było wątpliwości co do trasy do mety.

Zakończenie wyścigu powinni obserwować Sędziowie Finiszu, Sędzia Kierownik Finiszu oraz Sędziowie Asystenci przydzieleni do obserwacji zakończenia wyścigu. Sędzia Kierownik Finiszu powinien zgłosić wszelkie naruszenia zasad Sędziemu Głównemu, jeśli zostanie to zauważone przez Sędziów Finiszu lub podjąć działania konieczne do zgłoszenia naruszenia przepisów lub dyskwalifikacji, jeśli zostaną zaobserwowane przez Sędziego Asystenta.

### **BL 9.3.7.4 Podejście końcowe**

*W przypadku Igrzysk Olimpijskich, Mistrzostw Świata i wszystkich imprez FINA, obszar prowadzący bezpośrednio do mety (OWS 7. 1) jest częścią trasy, a pływacy powinni pozostać w rzędach boi przez cały czas zbliżania się do mety.*

Dobłą metodą określenia obszaru prowadzącego do mety może być zastosowanie lin torowych wiązanych od końca do końca, jeśli są one dostępne.

Strefa mety musi być tak skonstruowana, aby zapewnić stabilne platformy dla Sędziów Pomiaru Czasu i Sędziów Finiszu do pracy, z dodatkową przestrzenią na sprzęt do rejestracji wideo mety oraz ewentualnych przedstawicieli mediów, jednak obszar medialny nie powinien przeszkadzać Sędziom w wykonywaniu ich pracy.

## ESKORTOWANIE PŁYWAKÓW

Gdy warunki lub dystans sygnalizują taką konieczność, pływak musi być eskortowany. Wskazuje się, że każdy wyścig o dystansie 10 km lub więcej powinien posiadać eskortę dla pływaków. Tą eskortą może być stojący wioślarz, narciarz wodny/kanoe, łódź wiosłowa lub większa łódź motorowa/jacht w zależności od czynników bezpieczeństwa. Trudności w uzyskaniu rzetelnego zabezpieczenia, niezależnie czy są to wioślarze czy doświadczeni kapitanowie, są oczywiste i są one niezbędne do bezpiecznego przebiegu zawodów.

Niebezpieczeństwo wynikające z tego, że łodzie i śruby napędowe będą znajdowały się zaledwie kilka metrów od pływaków, stanowi dodatkowe ryzyko. Opary benzyny i oleju napędowego (szczególnie silnika dwusuwowego) mogą być niebezpieczne i drażniące w bezwietrznych dniach. Wszystko, co przeszkadza w ruchu pływaka, jest brane pod uwagę przy ustalaniu liczby potrzebnych eskort. Należy ustanowić specjalne zasady, takie jak "żadnych wioślarzy w obszarze startu, łodzie eskortujące nie mogą zabezpieczać swoich pływaków przez pierwsze 500 m" itp. Ważna jest wielkość i rodzaj każdej eskorty.

Prawdopodobnie nie będziesz potrzebował Queen Mary, ale potrzebna będzie wystarczająco duża jednostka, aby pomieścić załogę, specjalne środki bezpieczeństwa i zapasy żywności oraz trenera/opiekuna/przedstawiciela pływaka i obserwatora/sędziego.

Wioślarze muszą być wystarczająco sprawni, aby ukończyć trasę. Obowiązkowi są zapasowi wioślarze oraz łodzie. Łodzie muszą być zdolne do poruszania się z bardzo małą prędkością. Łodzie muszą posiadać minimalny sprzęt bezpieczeństwa zgodnie z przepisami. Sugeruje się również, aby każda łódź eskortująca posiadała gwizdek do wydawania komend dźwiękowych i flagę do machania w nagłych przypadkach. Może to również zostać wykorzystane, jeśli załoga nie jest pewna kierunku trasy.

Organizatorzy powinni rozważyć wykorzystanie zarówno łodzi i SUP'ów (desek dla stojących wioślarzy) jako eskorty. Łodzie wspierają SUP'y z zapasowymi wioślarzami, jedzeniem i trenerem pływaka. Możliwe jest, choć nie zawsze konieczne, aby jedna łódź działała jak łącznik dla kilku łodzi satelickich lub pływaków.

#### ZARZĄDZANIE RYZYKIEM (BEZPIECZEŃSTWO)

Bezpieczeństwo to najważniejsza kwestia w organizacji i prowadzeniu wszelkich zawodów pływania na wodach otwartych. Pierwszym krokiem w planowaniu pływania na wodach otwartych jest uwzględnienie wszystkich czynników bezpieczeństwa. W tych wytycznych znajdziesz liczne zalecenia i sugestie, które minimalizują ryzyko. To od organizatora zależy, w jaki sposób wykorzysta je w organizowanych przez siebie zawodach.

Wszystkie zawody, w tym te krótsze niż 10 km, wymagają wsparcia w zakresie bezpieczeństwa i jest ono zazwyczaj zapewniane w formie kajaków lub wiośłówek, tak aby zapewnić bliskie wsparcie pływakom wokół trasy, przy jednoczesnym wsparciu zmotoryzowanych jednostek zabezpieczenia w celów ewakuacji pływaków usuniętych z trasy i wymagających oceny medycznej oraz wsparcia.

Lokalne jednostki Czerwonego Krzyża lub Ochotniczej Straży Pożarnej mogą być w stanie zapewnić informacje, personel i sprzęt, aby pomóc w prowadzeniu zawodów. Lokalne kluby wodne, kanoe, wioślarskie i kajakowe również mogą być w stanie pomóc. Jedna uwaga: dowiedz się z góry, czy będą jakieś opłaty związane z ich wsparciem.

Jeśli zawody są bardzo długie i/lub przecinają mocno uczęszczane szlaki żeglugowe, skontaktuj się z miejscowym Kapitanem Portu. Ich główną troską jest bezpieczeństwo na wodzie i mogą być bardzo pomocni. Jedną z cennych rzeczy, które zwykle są w stanie zapewnić, jest powiadomienie statków w rejonie wyścigu. Zapewnią również pomoc w wypełnieniu niezbędnych wniosków o wydanie pozwoleń.

Jeśli potrzebujesz pomocy w komunikacji, lokalne amatorskie kluby radiowe są przydatne i często chętne do pomocy.

Nie próbuj robić tego sam. Istnieje wiele grup wolontariuszy i organizacji, które są chętne do pomocy. Sprawdź lokalne morskie lub lądowe drużyny harcerskie, grupy wsparcia ratowniczego, grupy obrony cywilnej, lokalne kluby pływackie, kluby żeglarskie itp. Ich orientacja w służbie publicznej może naprawdę pomóc w wykonaniu pracy, która w przeciwnym razie okazałaby się niepotrzebnie droga.

Nie zapomnij powiadomić władz takich jak lokalne samorządy, policję, szpitale i pogotowie ratunkowe, że organizujesz zawody. Możesz po prostu potrzebować ich usług i po

wcześniejszym powiadomieniu mogą zaoferować pomoc. Zaleca się, aby organizatorzy mieli ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej.

## ORGANIZACJA ZAWODÓW NA WODACH OTWARTYCH

*Organizacja zawodów w pływaniu na wodach otwartych jest złożona i wymaga szczególnej organizacji, aby zakończyła się sukcesem. Ten rozdział zawiera przewodnik dla organizatorów, którzy mają za zadanie zorganizowanie imprezy pływackiej na wodach otwartych lub zawodów długodystansowych. Poniższe szczegóły można zestawić z listą kontrolną (załącznik 1).*

Organizacja może zostać podzielona pomiędzy zespół osób funkcyjnych, który może obejmować następujące stanowiska:

- **Organizator Zawodów**—osoba, która ponosi główną odpowiedzialność za organizację zespołu podczas zawodów.
- **Administrator Zawodów**—osoba, która jest w stanie poradzić sobie z rozprawdaniem dokumentacji związanej z zawodami i może wejść w rolę organizatora.
- **Sędzia Trasy**—wyznaczona osoba odpowiedzialna za oznaczanie i wymierzenie miejsca zawodów i każdej trasy (patrz definicja FINA)
- **Kierownik Zabezpieczenia**—osoba odpowiedzialna za ustalenia dotyczące bezpieczeństwa i opracowanie planów zarządzania ryzykiem i bezpieczeństwa (patrz definicja FINA).

Inni sędziowie, którzy powinni zostać wyznaczeni:

**Sędziowie Główni i Sędziowie Wyścigu**—patrz definicja FINA

**Przedstawiciel Służb Medycznych**—patrz definicja FINA

**Administrator finansowy**—osoba, która sporządza i monitoruje budżet zawodów

**Sekretarz**—patrz definicja FINA

Osoby te tworzą główny zespół organizujący i obsługujący zawody. Ponoszą odpowiedzialność za wszystkie aspekty zawodów, przygotowanie wyników, spotkania organizacyjne przed zawodami, rozwiązywanie problemów, przydzielanie obowiązków itp. Zaleca się, aby planowanie obejmowało:

- Spotkanie w celu omówienia zawodów.
- Spotkanie (spotkania) w celu zapewnienia, że wszystkie formalne zgody są zapewnione: np. Policja, Straż Pożarna, Pogotowie, władze lokalne, straż przybrzeżna itd.
- Przegląd bezpieczeństwa i opracowanie pisemnego Planu Bezpieczeństwa.
- Odprawa organizatorów, aby upewnić się, że wszystkie osoby zaangażowane znają swoje obowiązki.
- Odprawa zawodników na temat bezpieczeństwa i ogłoszenia wszelkich zmian trasy lub innych istotnych szczegółów.
- Odprawa w celu upewnienia się, że sędziowie są na bieżąco z aktualnym statusem zawodów i wszelkimi kwestiami dotyczącymi bezpieczeństwa.
- Konferencja prasowa z przedstawicielami prasy, telewizji, lokalnego radia itd.

- Spotkanie po zawodach w celu potwierdzenia rezultatów, omówienia procedur, wyniku zawodów i przygotowania raportu.

## PRZYGOTOWANIA WSTĘPNE

### Zgody

Aby skutecznie przeprowadzić daną imprezę, należy wszystko odpowiednio zaplanować, by móc udostępnić formularze zgłoszeniowe. Zacząć należy od władz lokalnych, właścicieli terenu oraz obiektu (w stosownych przypadkach) i lokalnych służb ratunkowych (w tym szpitali).

Wszystkie wstępne powiadomienia o zawodach powinny obejmować:

- Proponowaną datę zawodów
- Proponowane miejsce
- Względy bezpieczeństwa
- Proponowane rozpoczęcie i przewidywane zakończenie
- Zarys propozycji trasy i alternatywne lokalizacje
- Szacowana liczba zawodników.

### Planowanie trasy

Jednym z najważniejszych czynników jest planowanie trasy wyścigu. Istnieje wiele czynników i wytycznych, których należy przestrzegać i wszystkie wymagają starannego rozważenia pod kątem bezpieczeństwa i przydatności.

### Pomiar i oznaczanie trasy wyścigu

Ważne jest, aby trasa wyścigu była ustalana zgodnie z lokalnymi wskazówkami i danymi historycznymi i wymierzona z dużym wyprzedzeniem. Ma to na celu zapewnienie, że zmiany trasy mogą być dokonywane w przypadku pogorszenia pogody lub pogorszenia warunków na morzu/na wodzie. Należy rozważyć zaplanowanie alternatywnej trasy, którą można wprowadzić ograniczając opóźnienie do minimum.

### Formularze zgłoszeniowe i informacje o wyścigach

Zawodnicy, a także sędziowie i inne zainteresowane podmioty muszą posiadać informacje na temat trasy wyścigu. Informacje muszą być jak najbardziej dokładne w momencie drukowania i umieszczone na formularzu zgłoszeniowym i/lub w pakiecie informacyjnym. Podstawowe informacje powinny obejmować:

- **Kiedy:** data, godzina rozpoczęcia i zakończenia, wręczenia nagród;
- **Gdzie:** lokalizacja, wskazówki dojazdu i mapy;
- **Napoje i przekąski:** uzgodnienia odnośnie miejsca przekazane zawodnikom przed ich przybyciem na zawody;
- **Ile:** opłata startowa;
- **Informacje na temat zdrowia i bezpieczeństwa:** specjalne warunki lokalne, temperatura wody, światło i przewidywane warunki w wodzie;
- **Format:** pływanie w basenie, rzece, jeziorze lub na wodach otwartych, falowanie, kategorie wiekowe;
- **Wynik:** udostępnienie, kiedy, gdzie;
- **Oświadczenia:** umieść oświadczenia na formularzu zgłoszeniowym;
- **Stan zdrowia:** ta informacja powinna być wyraźnie zaznaczona na formularzu zgłoszeniowym i zawierać wiek, alergie i wszelkie przyjmowane leki.

- **Warunki zgłoszenia:** wszelkie specjalne warunki zgłoszenia, takie jak to, czy trener/opiekun musi być uwzględniony na formularzu zgłoszeniowym, zgłoszenia muszą być złożone/podpisane przez biuro Federacji Krajowej, itp.

Wszelkie zmiany opublikowanych informacji, w tym kwestie bezpieczeństwa, muszą być dostępne w pakiecie informacyjnym wyścigu lub wyświetlane w widocznym miejscu i uwzględnione w odprawie przed wyścigiem.

## ORGANIZACJA WYŚCIGU

### Rejestracja

Procedura rejestracji musi być jasno wyjaśniona zawodnikom przed zawodami. Należy udostępnić obszar do rejestracji, który poradzi sobie z przewidywaną liczbą zgłoszeń. Wejście i wyjście powinno być wyraźnie oznaczone wraz z porządkowymi, aby uniknąć zbędnych opóźnień.

Standardowo przy rejestracji należy:

- Sprawdzić, czy oświadczenie jest podpisane i czy zawiera informacje medyczne i to, czy zawodnik jest zdolny do przepełnienia dystansu;
- Sprawdzić zawodnika na liście uczestników, aby ustalić startujących itp.;
- Rozdać numery startowe;
- Sprawdzić, czy informacje o zawodniku są poprawne.
- Sprawdzić, czy strój pływacki został zatwierdzony, nie ma biżuterii i są obcięte paznokcie

Miejsce rejestracji jest również dobrym miejscem na tablicę z informacjami o wyścigu i zmianami wprowadzonymi do programu w ostatniej chwili.

### Personel wspierający

Lokalne kluby pływackie, kajakowe i wioślarskie są dobrym źródłem personelu porządkowego i asystentów, podobnie jak lokalne siłownie, kluby fitness, harcerze/przewodnicy, organizacje kobiece i społeczne (np. Rotary).

Ważne jest, aby rozpoznawać i opiekować się personelem porządkowym, który będzie wówczas chętny do pomocy w następnych latach lub podczas przyszłych zawodów. Obejmuje to wyżywienie dla nich, darowizny na rzecz ich klubów itp.

Upewnij się, że personel porządkowy jest w odpowiedniej formie do wykonania wymaganej funkcji. Opowiedz im dokładnie o ich obowiązkach i odpowiedzialności tak wcześnie przed zawodami jak to możliwe i upewnij się, że wszyscy znają swoją dokładną lokalizację. Można to zrobić za pomocą map lub idąc w dane miejsce. Każda osoba z personelu porządkowego powinna otrzymać szczegółowe informacje o wyścigu, dane o wodzie, szczegóły procedur awaryjnych, numery radiowe i kontaktowe oraz nazwisko Kierownika Zabezpieczenia (w tym znak wywoławczy) i sędziego wyścigu. W przypadku dłuższych imprez należy personelowi porządkowemu dostarczyć napoje oraz zapewnić w razie potrzeby ewentualne zastępstwo.

Wszyscy członkowie personelu porządkowego powinni być wyposażeni w sprzęt i odzież chroniącą przed warunkami atmosferycznymi oraz kamizelki ratunkowe.

Następujące wydarzenia będą wymagać personelu porządkowego, a rodzaj miejsca zawodów będzie określał wymagane obowiązki. Mogą one obejmować napoje, parking, rejestrację, pomiar czasu i wyniki.

- **Zawody na wodach otwartych:** załoga zapewniająca bezpieczeństwo, osoby pilnujące startu/mety, personel do kontroli widzów i inni;
- **Po wyścigu:** pomocnicy są potrzebni do posprzątania, zdjęcia znaków, demontażu barier, zbierania śmieci itp.

#### Odprawa dotycząca wyścigu

Powinna odbyć się osobna odprawa zarówno dla zawodników, jak i sędziów oraz personelu porządkowego. Czas odpraw musi być wcześniej wyraźnie ogłoszony. Odprawa zawodników powinna odbywać się na terenie, który pozwala pomieścić oczekiwaną liczbę zawodników i usłyszeć im wyraźnie informacje. Wszelkie aktualizacje informacji można przekazać na odprawie.

#### Start i finisz

Start i finisz muszą być jasno określone. Procedura startowa powinna zostać ogłoszona wszystkim zawodnikom i powinien istnieć **system awaryjny, aby zatrzymać zawody lub zmienić trasę**.

#### Czas i wyniki

Należy użyć systemu pomiaru czasu, który sprosta wymaganiom wyścigu. Zawodnicy muszą być szybko rozpatrzeni, a wyniki mogą być przetwarzane ręcznie. W dużych imprezach może być konieczne rozważenie bardziej wyrafinowanego systemu. Jeśli to możliwe, system pomiaru czasu i personel powinni przed wyścigiem odbyć próbę, aby rozwiązać ewentualne problemy. Niezależnie od tego, jaki system pomiaru czasu jest użyty, powinien on stworzyć listę zawodników w dniu wyścigu, a następnie listę wyników do udostępnienia wszystkim uczestnikom. System wideo, który może być użyty do oceny finiszu, musi posiadać kamery, które będą obejmować finisz pod różnymi kątami, aby poradzić sobie z zawodnikami lub sędziami zasłaniającymi widok, oraz sprzęt do odtwarzania/wyświetlania o wystarczającej rozdzielczości, aby umożliwić łatwe rozpoznanie numerów startowych zawodników.

#### Udogodnienia na zawodach

Należy zwrócić uwagę na następujące kwestie:

- Wystarczające miejsce parkingowe dla zawodników, widzów i sędziów, odpowiednio oznakowane;
- Toaleta i prysznice/szatnie (zawodników należy uprzednio poinformować, jeśli nie są one dostępne na miejscu);
- Przechowywanie bagażu i zabezpieczenie miejsca;
- Przekąski i zaplecze gastronomiczne dla zawodników, sędziów i widzów.

#### Pierwsza pomoc i zabezpieczenie medyczne

**Personel medyczny:** niezbędna jest rekrutacja odpowiedniego personelu medycznego. Istnieje wiele organizacji, takich jak ochotnicza straż pożarna i Czerwony Krzyż. Przed wydarzeniem organizator musi zapewnić dostępność wystarczającej liczby personelu medycznego, a oddziały ratunkowe lokalnych szpitali muszą zostać powiadomione.

Jest to obowiązkowe w przypadku pływania w morzu. Powinna być dostępna wystarczająca liczba osób, aby mogli poradzić sobie z najgorszym scenariuszem, szczególnie jeśli zawody mają miejsce na morzu lub w chłodniejszej wodzie i może wystąpić wiele incydentów. Zaleca

się utrzymywanie minimalnego stosunku 2 specjalistów w zakresie pierwszej pomocy na każdych 20 zawodników.

**Lokalizacja punktów medycznych:** Jest to szczególnie ważne. Na wodach otwartych mogą się one okazać najbardziej potrzebne podczas finiszu oraz w punktach wysokiego ryzyka na trasie wyścigu, ale należy też mieć podstawowe wyposażenie na łodziach eskortujących. Należy również rozważyć zapewnienie łodzi szybkiego reagowania wyposażonej w urządzenia medyczne. Punkty te powinny zostać wyznaczone podczas oceny ryzyka przeprowadzonej przez organizatora wyścigu, kierownika zabezpieczenia i odpowiedni personel medyczny przed rozpoczęciem wyścigu. Wszystkie punkty pierwszej pomocy powinny być w stanie komunikować się ze służbami ratunkowymi poprzez linię przeznaczoną wyłącznie do komunikacji medycznej i awaryjnej.

**Testy antydopingowe:** odpowiednia Federacja Krajowa może powiadomić organizatora wydarzenia, że wyznaczony lekarz lub agencja antydopingowa pojawi się na zawodach w celu przeprowadzenia testów na obecność niedozwolonych środków. Jeśli tak się stanie, organizator powinien w razie potrzeby zapewnić personel do pomocy. Organizator musi zorganizować obszar, w którym lekarz/personel antydopingowy może działać w relatywnym odosobnieniu.

#### Komunikacja

**Konfigurowanie systemu:** System może być zaawansowany technicznie lub prosty, ale musi być wypróbowany przed wyścigiem. System musi być w stanie:

- Skontaktować się z Organizatorem wyścigu w przypadku problemów, pytań lub sytuacji kryzysowych podczas wyścigu;
- Skontaktować się z personelem medycznym obecnym na miejscu;
- Szybko skontaktować się z zewnętrznymi służbami medycznymi;
- Przekazać informacje do informatora;
- Skontaktować się z Sędzią Głównym.

Jedną z praktycznych opcji jest wynajęcie jednostek komunikacyjnych lub wynajęcie jednostek i przydzielenie ich wybranemu personelowi. Oddzielne kanały dla bezpieczeństwa i dla wyścigu są sugerowane, jeżeli to możliwe.

Alternatywą jest korzystanie z telefonów komórkowych, ponieważ obecnie większość ludzi je posiada. Prawdopodobnie jest to najtańsza opcja, jeśli jest to wykonalne, a lista numerów telefonicznych może zostać wydana wszystkim osobom odpowiedzialnym za komunikację z wyprzedzeniem, w tym centralnemu punktowi informacyjnemu (**przed zawodami należy sprawdzić miejsca z brakiem zasięgu dla telefonów komórkowy lub radia**).

#### Informacja

Informacje muszą zostać udostępnione wszystkim zainteresowanym stronom. W przypadku dużych imprez można wynająć dobry system nagłaśniający i poinformować o tym informatora. Musi być słyszalny na jak największym obszarze. Apele i wezwania określonego personelu będą natychmiast słyszalne.



## Finanse

**Budżet zawodów:** organizator zawodów musi przygotować budżet zawodów. Bez tego nie jest możliwe dokładne nakreślenie i obliczenie dochodu, wydatków, przyznanych funduszy lub salda rachunku po zakończeniu imprezy. Budżet zawodów musi zostać zatwierdzony z góry przez odpowiednie osoby i odpowiedzialność finansowa zrozumiana. Dodatkowe lub nieoczekiwane koszty mogą być poniesione w związku z potrzebami widzów, obecnością policji itp.

**Opłaty startowe:** Ustalenie opłaty startowej jest decyzją organizatora zawodów.

**Bezpieczeństwo finansowe:** Ważne jest, aby organizacja wyścigu była w stanie pokryć zobowiązania finansowe. Niedotrzymanie tych zobowiązań odbija się niekorzystnie na sporcie, FINA i organizatorach zawodów.

## CO ROBIMY, JEŚLI COŚ PÓJDZIE NIE TAK?

Większość wydarzeń jest starannie zaplanowana i dobrze zorganizowana, ale niektóre z nich kończą się niepowodzeniem ze względu na nieprzewidziane sytuacje awaryjne. Celem tego rozdziału jest przygotowanie się na te nieprzewidziane wydarzenia, zmniejszenie ich wpływu na wydarzenie, uczestników i reputację organizatora.

### Brak personelu porządkowego lub sędziów,

Jeśli wydarzenie jest niewłaściwie prowadzone, prawdopodobnie w niektórych aspektach zawiedzie, na przykład przy zapewnieniu odpowiedniej eskorty. Personel porządkowy musi zawsze być czujny i zdolny do spełnienia wymagań zadania.

## Wyniki

Przygotowanie wyników jest ważne dla zawodników i może powodować frustrację po zakończeniu zawodów. Wstępne planowanie i próba mogą zmniejszyć ryzyko wystąpienia tego problemu. Rozważ także przygotowanie "nieoficjalnych" wyników obejmujących początek stawki, podczas gdy wyścig jest w toku, aby umożliwić mediom i drużynom rozpatrzenie wyniku. Taka propozycja pozwala również na szybkie zgłaszanie wszelkich zapytań dotyczących miejsc zanim sędziowie opuszczą teren zawodów.

## PRZYGOTOWANIE TRASY I OCENA RYZYKA

Organizator powinien upewnić się, że wybór akwenu do pływania na wodach otwartych jest odpowiedni do tego celu i że zawodnicy nie są narażeni na żadne niebezpieczeństwo ze względu na położenie lub stan wybranego akwenu.

Istnieje wiele czynników, które należy wziąć pod uwagę i udokumentować, zanim teren otwartego akwenu zostanie wykorzystany na zawody, w zależności od tego, czy bierze się pod uwagę pływanie w morzu, jeziorze lub rzece.

- Dostęp, stan, wystarczająca przestrzeń i bliskość miejsca startu i zakończenia wyścigu.
- Prawdopodobna temperatura wody (ustal minimalną i maksymalną temperaturę wody dla zawodów)
- Prądy lub wiry
- Jakość wody
- Ukryte, zwisające lub podwodne zagrożenia
- Inni użytkownicy akwenu



- Minimalna głębokość nie mniejsza niż 1,40 m. w jakimkolwiek miejscu, w tym na starcie i finiszu
- Warunki pod stopami na starcie i finiszu
- Miejsca ewakuacji medycznej wzdłuż trasy

Organizatorzy powinni skonsultować się ze stałymi użytkownikami wybranej wody—rybakami, ratownikami, kajakarzami, żeglarzami rekreacyjnymi, windsurferami itp.

Dostęp do obszaru jest bardzo ważny, ponieważ nie tylko określi, w jaki sposób każde zawody mają się odbyć, ale także, w razie nagłej potrzeby, w jaki sposób służby ratunkowe uzyskałyby dostęp do obszarów startu i mety oraz do trasy wyścigu.

Projekt trasy powinien pozwolić na ograniczenie zatorów do minimum przy starcie wyścigu.

Miejsca startu i finiszu powinny być wyraźnie oznaczone. Start powinien być wystarczająco szeroki, aby przewidywana liczba zawodników mogła bezpiecznie rozpocząć wyścig bez przeszkadzania sobie nawzajem. Strefa mety powinna być oznaczona, aby nie było wątpliwości co do dokładnego miejsca zakończenia wyścigu.

Właściwa trasa wyścigu powinna być oznaczona bojami, które są wyraźnie widoczne w wodzie. Boje nawrotowe powinny mieć co najmniej 1,5–2 metry wysokości w wodzie i być w innym kolorze niż jakiegokolwiek boje naprowadzające. Wszystkie znaczniki powinny być umocowane, aby nie poruszały się w panujących warunkach wodnych lub na falach lub wietrze. Dla pływaka prowadzącego może być wymagana łódź wiodąca lub kajak. Pływacy muszą wystartować w czepkach oznaczonych identyfikacją zgodnie z zasadami lub kolejno ponumerowanymi—najlepiej, jeśli byłyby w jaskrawych kolorach.

#### Zarządzanie bezpieczeństwem

Łodzie zabezpieczające i/lub kajaki muszą być zapewnione. Personel odpowiedzialny za bezpieczeństwo w wodzie powinien być w takiej proporcji, aby zapewnić bliskie wsparcie pływakom podczas całego wyścigu. Oprócz kajaków, motorowe jednostki zabezpieczające powinny być stosowane z pełnym wyposażeniem ostrzegawczym, pierwszej pomocy i sprzętem do ogrzewania/chłodzenia.

Punkty ewakuacyjne powinny być oznakowane dla pływaków chcących wyjść z wody.

Zastanów się, jaka jest bezpieczna liczba pływaków w wodzie w tym samym czasie.

Nawet gdy temperatura wody i warunki klimatyczne są dobre, wskazane jest posiadanie dodatkowego personelu przy wyjściu z wody. Hipotermia może wystąpić w stosunkowo ciepłej wodzie, szczególnie u słabszych pływaków, podobnie jak hipertermia we względnie zimnej wodzie z innymi czynnikami środowiskowymi, które są brane pod uwagę przy ewentualnym przegrzaniu. Limit czasu na przepłynięcie powinien zostać uzgodniony z Sędzią Wyścigu/Sędzią Głównym przed zawodami. Jeśli jakiegokolwiek pływak nie ukończy wyścigu w wyznaczonym czasie, należy go usunąć z wody, zgodnie z decyzją Sędziego Głównego. Czas limitu będzie zależał od dystansu wyścigu, jak opisano w OWS 6.17.

#### Warunki środowiska

**SĘDZIA GŁÓWNY** na podstawie rekomendacji **KIEROWNIKA ZABEZPIECZENIA** lub **PRZEDSTAWICIELA SŁUŻB MEDYCZNYCH** skróci lub anuluje wyścig, jeśli temperatura wody spadnie poniżej 16°C lub przekroczy 31°C. Nadmierny przepływ wody lub warunki falowe będą również wpływać na decyzję, podobnie jak pogorszenie warunków pogodowych i oświetlenia.

Temperatura powinna być ustalona zgodnie z przepisami FINA i Przepisami Bezpieczeństwa. Pianki są obowiązkowe dla zawodów w wodzie o temperaturze 18°C i dozwolone dla zawodów od 18 do 20°C. Dla wszystkich zawodów w pływaniu na wodach otwartych należy opracować alternatywne plany, na wypadek, gdyby czynniki środowiskowe sprawiły, że pływanie stanie się niebezpieczne i zmusiły do odwołania zawodów lub skrócenia trasy.

### Jakość wody

Jakość wody ma pierwszorzędne znaczenie. Przed zawodami należy skontaktować się z lokalną agencją ochrony środowiska, aby uzyskać porady dotyczące wykorzystywanej wody. Należy przebadать wodę i wywiesić wyniki dla pływaków, by mogli obejrzeć je przed wejściem do wody. Wyniki jakości wody muszą być udostępnione na podstawie dwóch prób w ciągu 10 dni przed zawodami oraz trzeciej próby wykonanej w dniu zawodów. Trzecia próbka zostanie Przedstawicielowi Służb Medycznych jak najszybciej po zawodach, wskazując, czy wystąpiło jakiegokolwiek nieprzewidziane zanieczyszczenie w dniu lub godzinach bezpośrednio przed imprezą.

### LISTA KONTROLNA SĘDZIEGO ZAWODÓW I KIEROWNIKA ZABEZPIECZENIA

Odniesiono się do list kontrolnych przed zawodami, które są zawarte w załącznikach. Ponadto zaleca się, aby Sędzią Wyścigu i Kierownik Zabezpieczenia dysponowali własną, uproszczoną wersją, aby ułatwić sobie szybkie podejmowanie decyzji, czy zawody powinny się odbyć, być przełożone, zmienione lub odwołane.

- Czy uzyskano pozwolenie od władz lokalnych i właścicieli gruntów i terenu wodnego?
- Czy poinformowałeś odpowiednio władze lokalne, straż przybrzeżną, urzędy ds. środowiska, lokalny szpital?
- Czy oceny ryzyka zostały wykonane, zarejestrowane i wdrożono środki kontroli?
- Czy ustalenia odnośnie pomocy medycznej i innych kwestii dotyczących bezpieczeństwa są w porządku?
- Czy zorganizowano odprawę zawodników i osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo?
- Czy sprawdzono komunikację?
- Czy masz wystarczającą liczbę personelu porządkowego i łodzi zabezpieczających?
- Czy sprawdziłeś ustalenia odnośnie trasy?
- Czy służby ratunkowe mogą uzyskać dostęp do trasy?
- Ustalenia wewnętrzne, catering, prysznice itp.?
- Otrzymano certyfikat jakości wody?
- Uzgodnienia dotyczące skrócenia lub zatrzymania wyścigu.
- Alternatywna trasa?
- Temperatura wody: czy mieści się w dopuszczalnym zakresie, aby zawody mogły się odbyć?
- Administracja—czy jest wystarczająca, aby przeprowadzić zawody?

## KWESTIE MEDYCZNE

### WPROWADZENIE

Różnorodność miejsc rozgrywania zawodów w pływaniu na wodach otwartych wymaga szerokiego przeglądu wymagań dotyczących zdrowia i bezpieczeństwa pływaków. Bliska współpraca pomiędzy organizatorami zawodów a przedstawicielami Komitetu Technicznego Pływania na Wodach Otwartych FINA są tak samo ważne z powodów medycznych, jak i ważne dla integralności współpracy oraz zapewnienia zgodności z minimalnymi kryteriami FINA.

*\* Niniejsze wytyczne należy czytać w połączeniu z Przepisami Pływania na Wodach Otwartych, OWS od 1 do 7, zgodnie z ich treścią w podręczniku FINA 2017–2021.*

Krótko mówiąc, istnieją dwa główne obszary problemów medycznych:

1. Warunki środowiskowe
2. Zdrowie i bezpieczeństwo pływaka

Powołanie Przedstawiciela Służb Medycznych (OWS 2) jest obowiązkowe, a jego współpraca z Kierownikiem Zapieczenia ma kluczowe znaczenie (OWS 3.35). Obowiązki personelu medycznego muszą być pełnione w sposób rozsądny zgodnie z OWS 3.36, we współpracy z Kierownikiem Zabezpieczenia i lokalnym komitetem organizacyjnym. Wszystkie zawody międzynarodowe w ramach jurysdykcji FINA podlegają pod wymagania dotyczące kontroli antydopingowej, jednak są one drugorzędne w stosunku do poruszanych tutaj kwestii dotyczących bezpieczeństwa i zdrowia pływaków, i nie zostaną tutaj uwzględnione. Minimalne wytyczne dotyczące kontroli antydopingowej leżą w gestii Komisji Kontroli Dopingowej FINA (DCRB) i powinny być traktowane jako załącznik do niniejszych wytycznych medycznych.

Od samego początku należy podkreślić, że żaden zestaw zasad nigdy nie zastąpi znaczenia ścisłej, bezwarunkowej obserwacji wszystkich pływaków przez cały czas w każdych zawodach. Obowiązkiem wszystkich sędziów i członków otoczenia sportowców jest ciągle wyczulenie na jakikolwiek incydent, który może zagrozić bezpieczeństwu pływaka.

#### 1) Warunki środowiskowe

Zgodnie z OWS 5.2, 5.3, 5.4 i 5.5 miejsce i trasa podlegają certyfikacji dotyczącej standardu wody, wydanej przez odpowiedni lokalny organ ochrony zdrowia i bezpieczeństwa, stwierdzający, że są one odpowiednie do określonego celu. Musi on zostać udostępniony sędziom pływania na wodach otwartych FINA i Przedstawicielowi Służb Medycznych, zanim zawody będą mogły się rozpocząć. Lokalni organizatorzy zachęceni są do przygotowania tych wymagań na długo przed zawodami w celu uzyskania certyfikatu potwierdzającego, że standard wody dopuszczalny jest do pływania rekreacyjnego, zgodnie z definicją Światowej Organizacji Zdrowia (WHO). Wyniki jakości wody muszą być określone na podstawie dwóch próbek nie wcześniej niż 10 dni przed zawodami oraz trzeciej próbki wykonanej w dniu zawodów. Trzecia próbka zostanie przekazana Przedstawicielowi Służb Medycznych jak najszybciej po zawodach, wskazując, czy wystąpiło jakiekolwiek nieprzewidziane zanieczyszczenie w dniu lub godzinach bezpośrednio przed zawodami.

Każdy istotny raport opracowany przez Przedstawiciela Służb Medycznych i Kierownika Zabezpieczenia musi zostać dostarczony do Sędziego Głównego przed rozpoczęciem zawodów (OWS 3.8).

Przepisy FINA wymagają minimalnej głębokości 1,40 m (OWS 5.4) i temperatury wody nie niższej niż 16°C i nie wyższej niż 31°C, sprawdzonej w określonym czasie i głębokości przez wyznaczoną Komisję (OWS 5.5). Te temperatury, zostały ustanowione zgodnie z aktualną wiedzą naukową, aby chronić zdrowie i bezpieczeństwo wszystkich zawodników, a w szczególności minimalizować ryzyko wystąpienia hipertermii i/lub hipotermii.

Zaleca się, aby Kierownik Zabezpieczenia i Przedstawiciel Służb Medycznych upewnili się, że nie ma innych zagrożeń, w tym fauny i flory wodnej, a także potencjalnych zanieczyszczeń z przemysłowych, biochemicznych lub bakteriologicznych źródeł (OWS 3.32 i OWS 3.38).

W stosownych przypadkach należy zachęcać pływaków do stosowania ochrony UVL, a organizatorzy powinni zapewnić odpowiednią ochronę przed naturalnymi czynnikami na zakończenie zawodów.

## 2) Zdrowie i bezpieczeństwo pływaka

Jeśli, w opinii Kierownika Zabezpieczenia i Przedstawiciela Służb Medycznych, warunki nie są odpowiednie do rozegrania zawodów na wodach otwartych, należy poinformować Sędziego Głównego i przedstawić zalecenia odnośnie odroczenia, anulowania lub przeniesienia zawodów do bardziej odpowiedniego miejsca, by chronić zdrowie i bezpieczeństwo wszystkich uczestników (OWS 3.35).

Podczas zawodów obserwacja pływaków przez towarzyszące im jednostki jest obowiązkowa ze względów bezpieczeństwa, ale musi być zgodne z przepisami dotyczącymi wyścigu (OWS 6).

Pływacy będący w oczywistym niebezpieczeństwie i ci, którzy są niezdolni do kontynuowania wyścigu z różnych powodów, powinni być szybko usunięci z wody i jak najszybciej zbadani przez lekarza. Świadczenie pomocy pływakom w takich sytuacjach zawsze powinno mieć pierwszeństwo nad przepisem dotyczącym dyskwalifikacji przez „rozmyślny kontakt” z pływakiem (OWS 6.7.1).

### **OWS 6.3.1**

Odpowiednie wyżywienie powinno być dostępne dla pływaków podczas zawodów zgodnie z OWS 6.13. Pływacy są zachęceni do dobrego nawadniania się, przed, w trakcie i po zawodach.

Członek personelu medycznego powinien być tak umiejscowiony, aby obserwować wszystkich zawodników po zakończeniu wyścigu i administrować wsparciem medycznym, jak wskazano w OWS 7.6.

Zapewnienie odpowiednio wyposażonego punktu pierwszej pomocy i centrum medycznego jest obowiązkowe i musi być zapewnione przez Komitet Organizacyjny (OWS 3.49).

W przypadku nagłej interwencji medycznej musi istnieć odpowiedni system szybkiego dostępu do drugorzędnych lub trzeciorzędnych usług medycznych. Będzie to wymagało dostępu do zmotoryzowanego pogotowia ratunkowego i jasnej komunikacji ze szpitalem przyjmującym (OWS 3.37). Zrozumiały protokół ewakuacji musi być przedstawiony Przedstawicielowi Personelu Medycznego FINA w czasie wizyty przed zawodami.

## Odżywianie i nawadnianie:

Rywalizacja w pływaniu na wodach otwartych jest poważnym wysiłkiem fizycznym, do którego wszyscy pływacy powinni się odpowiednio przygotować. Pływacy mogą spodziewać się przebywania w wodzie przez 2–3 godziny na trasie do 10 km i 6–8 godzin na trasie o długości ponad 25 km. Dlatego ważne jest, aby zdawać sobie sprawę, że organizm ma ograniczoną

rezerwę węglowodanów i płynów, i że niezbędne jest częste przyjmowanie substancji odżywczych.

Nie jest właściwe, aby pływacy czekali, aż poczują, że ich poziom energii zmniejsza się, by podjęli decyzję o zatrzymaniu się na odżywianie. Zamiast tego, pływacy powinni dążyć do ukończenia wyścigu z poczuciem "połowy zbiornika" energii. Będzie to wymagało częstych postojów podczas dłuższych wyścigów przekraczających 25 km, chociaż mogą oni czuć, że ich rezerwy energii są wystarczające.

Zaleca się spożywać około 200–400 ml zbilansowanego roztworu węglowodanów/elektrolitów co pół godziny. Pomoże to również w zmniejszaniu częstości skurczów spowodowanych wyczerpaniem elektrolitów. Można również spożywać pokarm, ale musi to być w formie, która wymaga niewielkiego żucia i ułatwia łatwe połknięcie. Cała żywność i płyny powinny być chłodne, ale nie lodowato zimne w warunkach ciepłych i ciepłe, ale nie gorące, w warunkach zimnych. Pomoże to w dostarczeniu pokarmu z żołądka do dolnego odcinka przewodu pokarmowego, w którym następuje duże wchłanianie.

#### Hipotermia (obniżona temperatura ciała):

Konieczne jest zapobieganie hipotermii. Podwójne czepki zmniejszają ilość ciepła traconego przez skórę głowy. W miarę zmniejszania się temperatury ciała, naczynia krwionośne w skórze zwężają się, a nieproporcjonalnie większa ilość ciepła jest tracona przez głowę i szyję, a nie przez resztę ciała. Zatycki do uszu zmniejszają przepływ zimnej wody do bębienka, co może powodować zawroty głowy i problemy z orientacją. Wazelina tłuszczowa (bezwodna lanolina) może być stosowana do smarowania skóry, szczególnie wokół szyi, pachwiny i pod pachami, aby uniknąć otarć spowodowanych utratą ciepła.

*(Uwaga: Lanolina zmienia uczucie zimna, ale nie zapewnia izolacji ani efektu ocieplenia, pomaga w utracie ciepła, chroniąc integralność skóry i redukując otarcia).*

Przerwy w żywieniu powinny być krótkie. Ruchy fizyczne zwiększają przepływ krwi przez skórę, zwiększając w ten sposób utratę ciepła, co jest równoważone zwiększoną aktywnością mięśni. Ale gdy pływak zatrzymuje się, zwiększony przepływ krwi przez skórę powoduje dodatkową utratę ciepła produkowanego z aktywności mięśni. Długotrwałe postoje szybciej przyczyniają się do rozwoju hipotermii.

Ważne jest, aby ograniczyć czas trwania każdej przerwy do mniej niż 30 sekund, aby zmniejszyć ryzyko hipotermii i ryzyko skurczu mięśni.

Pływacy, którzy zaczynają czuć zimno, powinni spożywać więcej jedzenia, zatrzymując się częściej, na krótszy okres trwania. Jedzenie zwiększa temperaturę ciała, ponieważ ciepło jest wytwarzane przez trawienie, a mięśnie wymagają wysokiego poziomu substancji odżywczych dla maksymalnej wydajności, w tym produkcji ciepła.

Załoga łodzi eskortującej powinna zawsze być wyczulona na pierwsze oznaki hipotermii u swoich pływaków. Wczesne objawy obejmują nieskoordynowane ruchy pływackie, zmienioną częstość cyklu i nieustanne zbaczanie z kursu. Podczas „przerw na karmienie” personel pomocniczy może rozpoznać subtelne nietypowe zachowania pływaków. Należą do nich zamieszanie, dezorientacja, niejasne niewyraźne odpowiedzi lub całkowite lekceważenie instrukcji trenera. Każdy pływak, który nie jest w stanie unieść rąk nad głową, wykonać innych podstawowych poleceń lub odpowiedzieć na proste pytania, powinien być podjęty z wody.

Dostarczenie pełnego przewodnika medycznego odnośnie hipotermii nie wchodzi w zakres tego dokumentu. Jednak w niektórych przypadkach wykwalifikowana pomoc medyczna może znajdować się w pewnej odległości, dlatego ważne jest, aby personel udzielający pierwszej pomocy rozumiał podstawowe zasady. Postępowanie w przypadku hipotermii musi być ostrożnie. Zawodnik powinien być dokładnie wysuszony, ale nie intensywnie wycierany. Następnie owinięty grubymi kocami izolacyjnymi. Ręczniki itp. mogą być owinięte wokół głowy i szyi, aby zapewnić lepszą ochronę przed odprowadzaniem ciepła. Ochrona od wiatru jest również niezbędna przy użyciu dowolnego schronienia. Ciepłe (nie gorące) pokarmy i płyny należy podawać często w bardzo małych ilościach, ale bezwzględnie należy unikać podawania alkoholu ze względu na jego wpływ na ośrodkowy układ nerwowy i jego potencjał do rozszerzenia naczyń obwodowych.

Lekarz powinien osobiście zbadać każdego pływaka wyłowionego z wody z symptomami sugerującymi hipotermię. W tym momencie podejmowana jest decyzja o wdrożeniu dalszych środków pierwszej pomocy lub przygotowaniu pływaka do przeniesienia do szpitala.

#### Hipertermia (podwyższona temperatura ciała):

Niezbędna jest ścisła obserwacja sportowców, rywalizujących i trenujących w wysokich temperaturach. Podczas gdy maksymalna temperatura wody na zawodach ustalona przez FINA wynosi 31°C, słońce, wilgotność, przepływ powietrza i wody mają wpływ na zdolność sportowca do uniknięcia przegrzania.

Wraz ze wzrostem temperatury ciała sportowca, zawodnik musi częściej zatrzymywać się na karmienie, kładąc nacisk na nawodnienie i elektrolity, aby zrównoważyć to, co traci z powodu pocenia się. Objawy u sportowca doświadczającego trudności cieplnych są podobne do objawów hipotermii, włączając w to zmianę częstości cyklu ruchu i zmianę koordynacji. Zamieszanie i zmiana nastroju mogą być ostrzeżeniami o skutkach hipertermii na ośrodkowy układ nerwowy. Te same proste pytania używane do oceny hipotermii sprawdzają się również dobrze w przypadku hipertermii. Wszelkie oznaki uszkodzenia ośrodkowego układu nerwowego, które obejmowałyby zaburzoną koordynację stylu pływania, stanowią wystarczające powody, aby podjąć pływaka z wody.

Chłodzenie i nawadnianie, są podstawą wczesnej oceny hipertermii. Ocena medyczna i właściwa interwencja jest krytyczna we wszystkich przypadkach, gdy podejrzewana jest hipertermia.

#### Wyczerpanie:

Wyczerpanie ma miejsce w wyniku przedłużającego się obniżenia energii poprzez nieodpowiednie odżywianie i może być spotęgowane przez wpływ temperatury. Hipotermia i hipertermia mogą przyspieszyć proces zmęczenia i doprowadzić do wyczerpania. Pływak zwykle ma te same symptomy, czyli zamieszanie, dezorientację i wahania nastroju. Rozpoznanie wyczerpania i jego zarządzanie w pływaniu na wodach otwartych jest podobne do postępowania w przypadku hipo- i hipertermii, i wymaga takiego samego pilnego podejścia do pływaka.

#### Ból:

Ból przy powtarzalnej aktywności odczuwa wielu pływaków, najczęściej w stawach barkowych, często po około jednej godzinie pływania. To może być utrudnieniem, ale pływak musi nadal wypełniać polecenia, poprawnie odpowiadać na pytania i nie wykazywać oznak dezorientacji.

Załoga łodzi eskortującej, posiadającej wiedzę na temat pływaka pomaga najlepiej ocenić sytuację i podjąć odpowiednią decyzję.

#### Oparzenie słoneczne:

Mimo zanurzenia w wodzie, oparzenie słoneczne jest realnym ryzykiem, szczególnie podczas długich dystansów. We wszystkich zawodach powinno używać się ochrony UVL. Ważne jest, aby uwzględnić obszar za uszami, na plecach, na tylnej stronie nóg i pod stopami. Podczas bardzo długich wyścigów, w słonecznym klimacie, zalecane jest ponowne nakładanie filtra przeciwsłonecznego.

#### Poparzenia przez meduzę:

Może to być ogólny problem, ale staje się znacznie poważniejszy dla osób uczulonych lub szczególnie wrażliwych na użądlenia. Miejsca występowania meduz są zazwyczaj określane na podstawie informacji uzyskanych od lokalnie trenujących zawodników lub zaobserwowane podczas przygotowań do danych zawodów. Zapobieganie obejmuje użycie lanoliny lub wazeliny, które mogą pomóc w zależności od tego jak długo pozostają na ciele zawodnika. Najczęstszym objawem poparzeń przez meduzy jest ból. W przypadku wielokrotnych poparzeń, ból może być silny i mogą pojawić się objawy w postaci nudności lub wymiotów.

Ból często łagodzi chłód wody. Utrzymujący się silny ból powinien być zgłaszany personelowi medycznemu i leczony miejscowo lub poprzez podanie odpowiednich leków. Przedłużające się i znaczne poparzenia mogą stanowić zagrożenie dla zdrowia spowodowane działaniem neurotoksyn.

#### Połknięcie słonej wody:

Słona woda jest około, trzykrotnie bardziej stężona niż płyny wewnętrzne organizmu. Częste połknięcia, zwłaszcza we wzburzonej wodzie mogą spowodować wymioty. Postępowanie w takich przypadkach obejmuje w pierwszej kolejności reasekurację, a następnie dalszą obserwację. Uporczywe wymioty będą powodować znaczny dyskomfort i zwykle prowadzą do dobrowolnego wycofania się zawodnika z wyścigu. Ważne jest również, aby zapobiec poważnym zagrożeniom dla oczu. Dopasowane okulary zapobiegają podrażnieniom oczu w słonej wodzie.

#### Inne zagrożenia:

Ataki rekinów lub innych niebezpiecznych gatunków wodnych są mało prawdopodobne. Istnieje jednak większe ryzyko wypadku ze strony śruby napędowej silnika łodzi eskortującej i należy zachować szczególną ostrożność podczas manewrowania w pobliżu pływaków. Tam, gdzie jest to możliwe, jednostki motorowe powinny być wyposażone w osłony, aby zminimalizować ryzyko zagrożenia z tego powodu.

## PLAN DZIAŁANIA MEDYCZNEGO

Plan działań medycznych musi zostać opracowany przez lokalnego Przedstawiciela Służb Medycznych i omówiony z Delegatem Medycznym FINA w czasie wizyty przed rozpoczęciem zawodów. W bardzo ogólnym ujęciu plan ten powinien uwzględniać: wczesne **ROZPOZNANIE** pływaków znajdujących się w trudnej sytuacji; szybką **ODPOWIEDŹ** i **WYRATOWANIE** dotkniętego problemami pływaka; odpowiednią **RESUSCYTACJĘ** w razie potrzeby i ponowny **PRZEGLĄD** sytuacji i **PRZEWIEZIENIE** do szpitala, jeśli jest to wskazane.

Plan działania powinien obejmować co najmniej zapewnienie:

- Wystarczającego personelu i sprzętu do wykonania planu.
- Wykwalifikowanego personelu dostępnego na wodzie w celu identyfikacji i natychmiastowej reakcji na każdego pływaka w niebezpieczeństwie.
- Odbioru medycznego z wyposażeniem i wyszkolonym personelem w celu zapewnienia oceny i wsparcia lekarskiego w razie potrzeby dla każdego zawodnika.
- Szczegółowego planu ewakuacji poważnych przypadków medycznych do wyznaczonych szpitali lub centrów medycznych.
- Odpowiedniej komunikacji między personelem medycznym. Musi to być kanał lub metoda komunikacji wykorzystywana wyłącznie do celów medycznych.
- Szczegółowe plany zarządzania pływakami hipotermicznymi lub hipertermicznymi.
- Transport lądowy, wodny lub powietrzny musi być wystarczający do zapewnienia szybkiego transferu dowolnej ofiary z wody lub łodzi eskortującej do zespołu medycznego.

**Ponadto, na organizowanych przez FINA zawodach w pływaniu na wodach otwartych Komitet Organizacyjny zobowiązany jest do zapewnienia przeszkolonego personelu i odpowiedniego zaplecza do przeprowadzania kontroli antydopingowej w ścisłej zgodzie z zasadami antydopingowymi FINA. Funkcje te muszą być obowiązkiem dodatkowego personelu medycznego i nie mogą wpływać w żaden sposób na zmniejszenie wymagań dotyczących bezpieczeństwa sportowców, jak opisano powyżej. Organizator zawodów musi rozumieć swoje obowiązki w tym zakresie i stosować się odpowiednio do umowy z FINA.**



## WSKAZÓWKI DLA PŁYWAKÓW

Istotne jest, aby pływacy rozpoczęli przygotowania i trening z dużym wyprzedzeniem przed zgłoszeniem się do zawodów pływackich na wodach otwartych. Idealne warunki środowiska treningowego powinny być jak najbardziej zbliżone do warunków rozgrywania zawodów, włączając w to temperaturę wody, zasolenie i ruch wody (prądy i fale).

Sugeruje się, aby pływacy pływali dystans wyścigu podczas krótszych treningów bez zatrzymywania się i 85 procent dystansu w wyścigach powyżej 10 km na miesiąc lub dwa tygodnie przed wyścigiem. Ma to na celu uzyskanie niezbędnej pewności siebie i określenie czasu na przyjmowanie jedzenia, dobrania artykułów spożywczych i dobrania potrzebnego personelu pomocniczego.

Nikt nie powinien brać udziału w zawodach na wodach otwartych, o ile nie jest całkiem sprawny fizycznie, w doskonałym zdrowiu i całkowicie zdolny do ukończenia dystansu. Wskazane jest, aby każda osoba, która zdecydowała się na udział w imprezie sportowej, została sprawdzona przez wykwalifikowanego specjalistę medycznego. Jest to szczególnie ważne w pływaniu długodystansowym.

Pływak jest odpowiedzialny za zaspokojenie wszystkich osobistych potrzeb.

## WSKAZÓWKI DLA TRENERÓW

Trenerzy posiadający podstawową wiedzę na temat programów szkoleniowych wykorzystywanych w pływaniu „na pływalni” będą musieli zastosować dodatkowe techniki szkoleniowe, aby przygotować pływaków do pływania na wodach otwartych.

Istnieją również szczególne obawy dotyczące zdrowia, związane ze szkoleniem na wodach otwartych, odsyłamy do poprzedniego rozdziału, gdzie omówione zostały najważniejsze zagrożenia medyczne. Przede wszystkim, pływacy i trenerzy powinni zaznajomić się z istotnymi kwestiami, które mają bezpośredni wpływ na zdrowie i bezpieczeństwo wszystkich zawodników. Odpowiedni trening, adekwatne odżywianie oraz ogólne przygotowanie do najważniejszych zawodów zmniejszają ryzyka z wiązane z osłabieniem, temperaturą i urazami.

### Uwagi dotyczące treningu

Pływacy przygotowujący się do imprez na wodach otwartych zazwyczaj łączą treningi na pływalni z treningami pływackimi na otwartym akwenie. Trening na pływalni obejmuje wiele elementów niewymaganych w wodach otwartych (tj. takich jak nawroty i interwały odpoczynku), ale jest konieczne jako środek do dokładnego monitorowania prędkości na ustalonych odległościach. Trening na wodach otwartych jest niezbędny jako szczególny środek przygotowania do wyścigu; podstawowe umiejętności nabyte podczas tej fazy szkolenia to:

- umiejętność nawigacyjna,
- ciągłe odżywianie i uzupełnianie płynów,
- aklimatyzacja do trudnych warunków wodnych, oraz
- koordynacja z personelem wspierającym wyścig (tj. “podawaczami” i załogą eskortującą).

Udział treningu wykonywanego na pływalni i na wodach otwartych może być różny dla różnych pływaków. Dostępny czas treningu i warunki zwykle określają te proporcje.

Trening na pływalni zazwyczaj koncentruje się na treningu tlenowym, treningu wytrzymałości aerobowej lub treningu prędkości krytycznej. Treningi, podczas których produkowane są duże

ilości mleczanu na ogół nie są wymagane; zaleca się jednak szkolenie z elementami osiągnięcia maksymalnej prędkości. Osiągnięcie większej prędkości na krótkim dystansie jest często przydatne na wodach otwartych, aby pływak mógł oderwać się od innego pływaka lub go wyprzedzić. Oczywiście ilość treningu musi być wysoka, aby przygotować zawodnika na długie dystanse. W związku z tym umiejętność regeneracji, stosowana przez pływaków basenowych, jest jeszcze ważniejsza dla osób pływających na wodach otwartych. Trenerzy muszą dokładnie koordynować stosowanie zestawów treningowych zwiększających wytrzymałość (i treningów wykorzystujących element prędkości krytycznych) z długimi treningami tlenowymi, aby umożliwić wystarczającą regenerację od treningu do treningu.

Mechanika pływania stylem dowolnym jest w zasadzie taka sama dla pływaków na wodach otwartych, jednakże z uwagi na trudniejsze warunki na wodzie otwartej, pływak może potrzebować zmodyfikować swoją technikę. Pływak może potrzebować odwrócić głowę i oddychać jakby pod pachą, aby osłonić usta i dać odpocząć ramionom będącym wyżej nad wodą. Kopnięcie z dwoma uderzeniami jest powszechnie stosowane w celu oszczędzania energii. Pływacy na wodach otwartych mają na ogół wyższą częstotliwość cykli (to jest cykli na minutę) niż pływacy na pływalni z powodu nieco krótszej długości cyklu (to jest przebytej odległości w jednym cyklu).

Treningi pływackie na wodach otwartych zwykle wykorzystują całkowity czas pływania i tempo cykli jako główne determinanty. Ponieważ trudno jest zmierzyć prędkość pływaka, to tempo cyklu jest wykorzystywane do określenia intensywności poruszania się. Trener powinien zaplanować trening w tempie, które będzie wykorzystane podczas wyścigu. Zamiast planować interwały (jak w przypadku treningu na pływalni) trener powinien zaplanować pływanie tempa. Na przykład: 30 minut pływania z prędkością 66 cykli na minutę, a następnie 15 minut z 76 cyklami na minutę itp. Zestawy treningowe są następnie konstruowane na podstawie tempa cykli i czasu. Jeśli grupa pływaków trenuje na wodach otwartych, pozycja lidera powinna być regularnie zmieniana.

#### Umiejętności nawigacyjne

Są one niezbędne dla osób pływających na wodach otwartych. Łódź eskortująca powinna znajdować się w odległości co najmniej 2–3 m od pływaka i bezpośrednio na jego wysokości lub nieco z tyłu. Pływak będzie w stanie utrzymać pozycję przez regularne podnoszenie głowy (to jest około 2–4 razy na minutę) i obserwowanie łodzi eskortującej. Jeśli używane są znaczniki brzegowe, pływak może potrzebować podnieść głowę do przodu by zobaczyć obiekt; pływak musi również być w stanie oddychać na prawą lub lewą stronę. Kiedy tylko jest to możliwe, pływacy powinni być umieszczeni pomiędzy łodzią eskortującą a linią brzegową (uwaga: zawodnicy nie mogą płynąć za łodzią eskortującą, gdyż jest to uznawane za wykorzystywanie efektu ślizgu strumieniowego). W razie potrzeby załoga eskorty powinna użyć gwizdka, aby zasygnalizować coś pływakowi. Różne warunki związane z wiatrem i wodą muszą być również brane pod uwagę. W ciężkim bocznym wietrze pływak może potrzebować pływać pod kątem, aby utrzymać się z kierunkiem łodzi eskortującej.

Długie pływanie będzie wymagać karmienia i/lub podawania płynu co 30 minut; około 200–400 ml roztworu węglowodanów/elektrolitów. Wymagania żywieniowe będą zależeć od temperatury ciała (pływanie w zimnej wodzie wymaga więcej energii cieplnej) oraz czasu trwania i intensywności pływania. Stałe pożywienie będzie trudne do żucia, gdy tętno jest podwyższone; dlatego zwykle przyjmuje się roztwór glukozy zmieszany z przetartymi owocami.

Nie czekaj, aż organizm zostanie pozbawiony glikogenu dostarczanego do mięśni i wątroby, aby rozpocząć uzupełnianie składników.

### Rozważania na temat wyścigu

Trener powinien otrzymać kopię regulaminu pływania na wodach otwartych od organizatora wyścigu. Mogą występować różnice między "warunkami treningu" a warunkami wyścigu, pływak i trener powinni znać wszystkie zasady i zwracać szczególną uwagę na to, że:

- należy zachować ostrożność na początku, na każdym zakręcie i na mecie, ponieważ pływacy nie mogą przeszkadzać innym pływakom;
- "Niesportowe zachowanie", w tym dryfowanie za łodzią eskorty, nie jest dozwolone podczas wyścigu;
- utrudnianie lub zakłócanie pływania innych pływaków (uwaga: przeszkodzenie łodzi eskortującej innym zawodnikom jest również uważane za niesportowe) może prowadzić do dyskwalifikacji;
- pływak nie może otrzymywać wsparcia (tj., aby utrzymać się na powierzchni) od jakichkolwiek stałych lub pływających przedmiotów, a także od łodzi eskortującej lub jej załogi. Pływak nie może odpoczywać na łodzi eskortującej lub być podtrzymywany przez załogę podczas karmienia.

Zarówno zawodnik jak i trener powinni być świadomi wszelkich szczególnych wymogów bezpieczeństwa, które należy wprowadzić w trakcie wyścigu. Zasadniczo pływacy w wodach otwartych przygotowują się do dnia wyścigu w podobny sposób, jak pływacy w basenie. Mogą być jednak przydatne te dodatkowe punkty:

- posiłek i płyny powinny być przyjęte około 2 godziny przed zawodami;
- należy sprawdzić sygnały, które powinny być stosowane między obsługą techniczną a pływakami;
- zaleca się posiadanie odpowiedniej żywności i płynów na platformach żywieniowych (przed użyciem pozostaw je w wodoszczelnych pojemnikach); w jednostce wspierającej należy posiadać odpowiednie wyposażenie pierwszej pomocy, w tym koce (tj., jeśli wyścig zostanie zakończony z powodu hipotermii)
- należy być świadomym wszelkich niebezpieczeństw związanych z prądami i
- przedsięwziąć środki ostrożności przeciwko utracie ciepła ciała i chronić przed poparzeniem słonecznym.

Opiekun pływaka w łodzi eskortującej może mieć dużą plastikową tablicę i wodoodporne markery do pisania komunikatów (tj. tempo cykli, czasy przerw itp.), które przekazuje pływakowi. Zatrzymanie na jedzenie powinno być dobrze przećwiczone. Pozwól, aby łódź zbliżyła się do pływaka, gdy karmienie jest zasygnalizowane (nie zabieraj pływaka z kursu, zmuszając go do przyplływania do łodzi). Przed wyścigiem zdecydуй o strategii na start; może być niemożliwe, aby łódź wspierająca podpłynęła równoległe do pływaka, dopóki pływacy będą płynęli w grupie.

We wszystkich wyścigach mogą występować łodzie eskortujące na torze wyścigowym (zwykle są to osoby płynące w kajakach lub canoe), są po to, aby poprowadzić pływaków. Zazwyczaj jest to wymagane w przypadku wyścigów o długości większej niż 10 km, gdzie każdy pływak ma jednostkę wsparcia.

Opiekun pływaka jest osobą, która musi podejmować wszystkie decyzje dotyczące wyścigu. Obowiązkiem opiekuna jest zasygnalizowanie przerw w karmieniu, utrzymanie pływaka na

kursie, ocena warunków wyścigu (np. pogody) i ocena kondycji zawodnika podczas wyścigu. Opiekun musi utrzymywać kontakt wzrokowy z pływakiem przez cały czas i dostrzegać jakiegokolwiek problemy. Powinien wspierać słownie i informować pływaka przez cały wyścig.

### ZAKRES OBOWIĄZKÓW OPIEKUNA

W przeszłości wielu pływaków nie polegało w znacznym stopniu na swoich opiekunach. Ci pływacy odnieśli sukces dzięki własnym umiejętnościom uporządkowania i zrozumienia wymagań. Jednak zawody z silniejszą konkurencją, dłuższymi dystansami i większymi akwenami przynoszą dodatkową potrzebę jak najlepszego wsparcia dla pływaka.

Poniżej znajdują się wskazówki dotyczące wymagań stawianych opiekunowi; niekoniecznie są one istotne dla każdego pływaka. Te wymagania to:

- Znajomość zasad pływania na wodach otwartych, która jest najważniejsza. Zaletą jest posiadanie doświadczenia w pływaniu w jakiegokolwiek formie na wodach otwartych lub nawet pływania w ramach surfowania.
- Zrozumienie pływaka, jego/jej preferencji, co lubi a czego nie, jego/jej prawdziwych umiejętności i ich adekwatna ocena. To może być wszystkim czego potrzebuje pływak w trakcie imprezy.
- Umiejętność zorganizowania wszystkich produktów spożywczych, smarów, koców, tabletek na chorobę morską, filtrów przeciwśtonicznych, czapek, okularów, bez konieczności angażowania pływaka w te czynności przed zawodami. Ważna jest pewność pływaka, że jego opiekun ma wszystko zorganizowane.
- Rozumienie wód oceanu, jeziora lub rzeki połączone ze zdolnością do czytania map pływowych i do zrozumienia skutków prądów, wiatrów i fal.
- Zrozumienie przyczyn słabych czasów pływaka i zdolność przeprowadzenia go przez ten okres. Tolerancja słabości w razie potrzeby i stawianie wyzwań, gdy jest to konieczne. Należy być zdolnym do dostosowania i wprowadzania zmian, tak by wesprzeć i wzmocnić pływaka. Zrozumienie to można rozwinąć podczas treningów i zawodów—reakcje pływaków będą oczywiście różne w różnych warunkach środowiskowych.
- Prawdopodobnie najważniejszą metodą na poznanie sposobu pływania przez pływaka jest ocena **tempa cyklu ruchów**. Wszyscy pływacy muszą, przed podjęciem pływania na wodach otwartych, znać swoją strefę komfortu w odniesieniu do cyklu ruchów. Podczas treningu wszyscy pływacy powinni pływać na wodach otwartych. Z tych przepłyniętych odcinków powinny zostać wykonane odczyty na minutę. Podczas wyścigu podstawową zmienną dla pływaka jest poznanie liczby cykli. Jako punkt odniesienia, wskazuje się od 76 do 88 cykli, co wydaje się stanowić komfort, w zależności od wielkości pływaka. Hipotetycznie, na treningu, 83 uderzenia na minutę utrzymywane są przez pływaka przez 5 minut na 400 metrów, 80/81 to będzie trochę za wolno i daje czas 5 minut 5 sekund, a 85/86 jest zbyt szybkie, bo daje około 4 minuty 55 sekund, więc należy lekko zwolnić. Za tych kilka cykli szybciej za wcześnie, można dużo zapłacić później. Jednak trenerzy/opiekunowie muszą mieć świadomość, że ocena techniki i tempa cykli zależy w bardzo dużym stopniu od warunków środowiskowych.
- Co najważniejsze, opiekun musi chronić pływaka przed pływaniem po wodzie zanieczyszczonej oparami silnika. Trzymaj pływaka z daleka od wyziewów nad wodą

i skieruj wyrzut spalin na większych łodziach, na stronę przeciwną, a nie tam, gdzie pływak bierze wdech.

- Bądź świadomy korzyści, jaką można uzyskać, z ukrywania pływaka przez łódź eskortującą, nad innymi pływakami. Zmiana kierunku może być jednak tym momentem, w którym zrobi się miejsce i inny pływak zablokuje twojego pływaka.
- Nigdy nie podążaj za główną łodzią, gdy widzisz punkty brzegowe. Pamiętaj, że ocean to duże miejsce. Jeśli pływak spróbuje podążać za łodzią, to spowoduje to płynięcie zygzakiem. Trzymanie się punktów odniesienia na lądzie będzie utrzymywało pływaka prosto. Namierz wieżę, budynek lub wzgórze i zmierzaj do tego punktu. Opiekun musi dokonać korekty dla przyprywy i zanotować ich kierunek. Co dwadzieścia minut można wprowadzać poprawki.
- Aby sprawdzić ruch, poszukaj zakotwiczonego statku lub boi pomiędzy tobą a brzegiem po obu stronach pływaka, nie na wprost. Obserwując tuż przed nieruchomym obiektem, opiekun będzie mógł zobaczyć postęp swojego pływaka. Zobaczysz wtedy stały ruch terenu za zakotwiczonym obiektem.
- Jeśli postęp jest wolny, opiekun musi sprawdzić ruch wody z powodu prądu pływowego lub rzecznoego. Woda zawsze porusza się najszybciej pośrodku rzeki. Przesuwaj się bliżej brzegu, jeśli jest wolna; jeśli szybka, znajdź najlepszy punkt centralny płynąc do następnego punktu, trzymaj się punktu, jeśli jest szansa, że wpadniesz w wir.
- W oceanie opiekun musi znaleźć najlepszą pozycję dla pływaka. Trzymaj się brzegu, jeśli to możliwe. Jeśli nie, sprawdź wykres pływów, gdzie zmienia się przepływ. Opiekun musi również pamiętać, że pełny przyprływ fali, czy odprływ, trwa od 2 do 2 ½ godzin; reszta sześciogodzinnego czasu pływów składa się z okresu narastania lub opadania poziomu wody. Nie ma sensu "przepychanie" pływaka zbyt daleko. Kontrolowane pływanie jest najważniejsze na tym etapie. Przyprywy, chociaż są mapowane itp., nie zawsze idą tak, jak zapisano—burze sto kilometrów dalej mogą sprawić, że pływy będą trwać znacznie dłużej niż normalnie. Obserwując, opiekun powinien być w stanie zobaczyć zmianę pływów, i jest to czas na informację zwrotną dla pływaka.
- Na wodach otwartych, zakotwiczone łodzie w warunkach nieruchomych, zawsze wskazują na przepływ wody. Łuk na wodzie wskaże strumień przyprywu. W warunkach wietrznych zakotwiczona łódź pokazuje kierunek podobny do kierunku wiatru. W warunkach wiatru i odprywu, opiekun może ustalić kierunek przepływu wody uwzględniając zmienność spowodowaną wiatrem. Zawsze dopuszczaj trochę więcej wiatru, aby błędne obliczenia nie powodowały, że pływak będzie pływał bezpośrednio w przyprywie i wietrze.
- W przypadku złej pogody, opiekun ochrania pływaka swoją łodzią. Umieść łódź eskortującą pomiędzy bokiem, z którego wieje wiatr, a pływakiem. To niesamowite, jak wiele się zmieni. Chroni przed falami i kołysaniem wody.
- Jeśli nadchodzi zmiana pogody, dostosuj styl pływaka. Wydłuż cykl oddechowy, rzucaj rękami wysoko ponad falami, wspomóż się mocnymi kopnięciami, aby utrzymać wysokość i pokonać fale, zwiększy to rotację ciała pływaka. Większość pływaków powinna trenować w podobnych warunkach i dostosowywać styl pływania do zmieniających się warunków.
- Poznaj wymagania żywieniowe pływaka i sztywno trzymaj się tych życzeń. Nigdy nie zezwalaj na zastosowanie nowych produktów lub czegokolwiek co zarekomendował ci ktoś, w danym dniu. Jeśli produkt nie został wypróbowany, nie pozwalaj na zmianę.

Wypróbuj wszystkie nowości w przyszłych szkoleniach. Wypróbowana formuła jest akceptowana, natomiast zmiana nigdy nie powinna być dozwolona w dniu wyścigu.

- Znajdź sposób komunikacji z pływakiem, np. w połowie następnego karmienia, przekręć czapkę z daszkiem na głowie, 5 minut przed karmieniem przekręć czapkę z powrotem. Potem po prostu obserwuj, jak pływak szuka przygotowywanego jedzenia. Tablica lub wiadomości pokazywane pływakowi powinny być zawsze jasne i rzeczowe. Każda wiadomość musi być napisana tak, aby była natychmiast zrozumiana. Obserwuj, czy słońce nie odbija się od planszy i czy można ją odczytać.
- Karmienie. Dobry opiekun będzie miał spokojnego, zrelaksowanego pływaka, który będzie jadł jedzenie tak szybko jak to możliwe. W trakcie jedzenia pływak nie powinien mówić. Słucha jedynie istotnych informacji, które przekazuje mu opiekun. Jeśli pływak ma jakieś pytania, można mu odpowiedzieć na tablicy tak szybko jak to możliwe, jeśli odpowiedź nie mogła być udzielona od razu. Dobry opiekun nigdy nie opuszcza swojego pływaka. Jest to pełne zobowiązanie na cały okres. Jesteś częścią zespołu. Kontakt wzrokowy opiekuna z pływakiem jest absolutnie ciągły. Obserwowanie oczu jest najważniejsze. Jeśli pływak będzie mdłał, to pierwsze oznaki będą widoczne w oczach. Zdarzało się, że osoby mogą wciąż płynąć w stanie nieprzytomności.
- Podczas nakładania substancji ochronnej (smaru) obowiązują zasady.
  - Miej dwie pary gumowych rękawic—jedna para jest dla pływaka.
  - Jeśli wokół jest tłum, duży ręcznik lub prześcieradło może być używane do zasłonięcia pływaka. Z asystą pływaka smar powinien być początkowo nakładany poprzez aplikację w kierunku dołu.
  - Nałóż grubą warstwę i rozetrzyj ją cienie, gdy jest nałożona na ciało. Nie chodzi o grubość warstwy smaru, ale o uszczelnienie porów skóry w celu ochrony.
  - Pływak może zastosować go pod kostiumem i obszarem w pachwinie. Po nałożeniu na ukryte części, pływak powinien pozostawić smarowanie pomocnikowi, a sam stać prosto i nieruchomo. Pływacy zwykle są bardzo nerwowi na tym etapie, więc cała uwaga powinna być skierowana na prawidłowe smarowanie, odprężając pływaka poprzez dobre wykonanie tego zadania.
  - Nie zostawiaj grudek smaru, zachowaj gładkość i szczelność, zwracając szczególną uwagę na okolice nerek i karku.
  - Nie smaruj pod ramionami poniżej łokci i trzymaj z dala od oczu. Upewnij się, że ręce pływaka są czyste i wolne od tłuszczu.
  - Upewnij się, że masz stare ręczniki i koce do oczyszczenia i owinięcia pływaka po zakończeniu imprezy. Przygotuj dłuższy ręcznik lub koc, który można zrolować i użyć jako temblak w przypadku trudności pływaka w wodzie. Poratowanie pół- lub nieprzytomnego pływaka pokrytego tłustym smarem może być prawie niemożliwe i pogorszone w trudnych lub niestabilnych warunkach wodnych.
  - Bądź świadomy tego, czym najlepiej oczyścić smar. Rozpuszczalniki itp. mogą usuwać smar, ale najlepszym sprawdzonym sposobem jest bardzo silny detergent lub płyn do mycia naczyń. Tarcie jest również dobrym sposobem na odzyskanie ciepłoty do ciała. Jeśli pływak jest naprawdę wychłodzony, po prostu owiń go kocem i ręcznikiem, aż się rozgrzeje, owiń i pocieraj stopy, rozcieraj w górę w kierunku serca pozostawiając smar na ciele, aż pływak poczuje się komfortowo. Jeśli warunki są surowe, pozostaw pływaka

zawiniętego, dopóki nie zostaną znalezione spokojniejsze warunki. Zrelaksuj swojego pływaka w drodze powrotnej do portu, podaj ciepły napój i jedzenie, a jeśli to możliwe, podczas dłuższej drogi do domu, zasugeruj by spróbował zasnąć.

- Bądź ostrożny i uważaj na smar, jeśli jesteś na łodzi, która jest oczywiście dumą i radością właściciela. Sternicy nie życzą sobie smarowania ich łodzi, a jeśli mają problemy, niechętnie udostępniają później swoje łodzie.
- Pływacy asekurowani przez IRB (pontonową łódź ratunkową) powinni mieć świadomość, że te łodzie muszą odpływać daleko od pływaka na krótki czas co godzinę. Jest to konieczne, aby wypalić olej z zatyczek i zatrzymać silnik zaburtowy. Z góry ustalony sygnał lub zapis na tablicy może ostrzegać pływaków o takiej sytuacji. Wtedy pływacy dostosowują się do pływania obok innego obiektu, na krótki okres do powrotu łodzi.
- Pływacy powinni nosić jaskrawe czepki pływackie, najlepiej nie białe. Żółty lub pomarańczowy jest uważany za idealny. Przy złej pogodzie utrzymanie pływaka w zasięgu wzroku jest obowiązkowe, a posiadanie kontrastowego koloru czepka do koloru morza i fal pomaga. Dobra latarka ze świeżymi bateriami jest niezbędna przy nadejściu nocy. Świecące pałeczki do nurkowania przyłączone zarówno na burcie, jak i na stroju pływaka powinny być dostępne.
- W przypadku awarii silnika najważniejszym problemem jest utrzymanie pływaka w zasięgu wzroku. Często pływak jest nieświadomy problemów i płynie dalej. Na tym etapie powinieneś, jeśli to możliwe, stać w najwyższym punkcie widokowym trzymając jedno ramię w górę i wskazując kierunek dla pływaka. Musisz utrzymywać pływaka w zasięgu linii ramienia, nie opuszczaj ręki ani, co ważniejsze, nie odwracaj wzroku. W oceanach i dużych jeziorach pływak może zniknąć z pola widzenia dryfującej łodzi. Obserwatorzy, myśląc, że patrzą w stronę pływaka, mogą w konsekwencji patrzeć w zupełnie innym kierunku.
- Dobry opiekun wykorzysta wszystkie udogodnienia np. jakąkolwiek łódź, którą można wykorzystać podczas pływania, dostrzeżoną jeszcze przed imprezą. Ważna jest wiedza, gdzie są miejsca w których uzupełnia wszystkie zapasy, które zabierane są na łódź. Jeśli byłaby pilna potrzeba wezwania kogoś po jakąś brakującą rzecz musisz być w stanie powiedzieć, gdzie to jest. Grzebanie w zapasach przez innych może doprowadzić do utraty ważnego wyposażenia. Przechowuj jedzenie w przenośnych lodówkach, okulary i kostiumy na przykład w zielonej torbie, aspirynę i płyn zapobiegający parowaniu okularków w czerwonej torbie itp.
- Kiedy zaczyna się wyścig, wiesz, gdzie wszystko jest i jedyne o co musisz się martwić to twój pływak. To nie jest rejs wycieczkowy. Tak długo, jak trwa wyścig/pływanie pozostajesz z pływakiem przez cały czas. Pływak polega na tobie i oczekuje każdej możliwej pomocy. Musisz zawsze być w zasięgu wzroku, zapewniając wsparcie pływakowi.
- Pamiętaj, że będąc na łodzi lub wiosłując w kajaku jesteś oczami pływaka. Jesteś wyżej niż pływak i on/ona musi za tobą podążać. Nie podążaj za pływakiem, jeśli pływak odpływa od ciebie, uczul go na to, że to on/ona musi trzymać się ciebie i utrzymywać kierunek za tobą. Wyobraź sobie, że pływak utrzymuje kierunek w lewo, a dystans ma dziesięć kilometrów. W momencie, gdy będziesz niemalże na mecie, twój pływak będzie kierował się w prawo, nie biorąc pod uwagę dodatkowej odległości jaką pokonaliście przez to, że opiekun podążał za pływakiem.

## ORGANIZACJA ZAWODÓW FINA

Oferty na zorganizowanie zawodów FINA należy składać do Biura FINA.

Informacje są regularnie przedstawiane w magazynie FINA Aquatics World, a pełne szczegóły kryteriów organizacji zawodów FINA są dostępne w Biurze FINA. Przed złożeniem ofert, związek aspirujący do organizacji zawodów powinien wypełnić poniżej wskazane kryteria:

- dostępna jest odpowiednia trasa, która jest zgodna z Przepisami FINA.
- wszystkie wymagania dotyczące bezpieczeństwa są możliwe do spełnienia.
- zapewniona będzie ocena zdolności do przeprowadzenia zawodów, dokonywana przez miejscowe organy ds. zdrowia i bezpieczeństwa.
- nie zostaną przekroczone limity temperatury.
- zapewnione będą fundusze na pokrycie wszystkich kosztów związanych z organizacją zawodów.
- zapewniona będzie odpowiednia liczba sędziów uprawnionych do sędziowania zawodów na wodach otwartych, którzy powinni być zakwaterowani w innych hotelach niż zawodnicy.

Aby umożliwić FINA rzetelną ocenę oferty, Federacja ubiegająca się o organizację zawodów powinna upewnić się, że podane są najdokładniejsze dane dotyczące trasy, komitetu organizacyjnego, finansowania i relacji z mediami.

Po przyznaniu organizacji zawodów przez FINA, Federacja organizująca zawody powinna powiadomić wszystkie federacje członkowskie FINA o szczegółach dotyczących zawodów—dacie, miejscu i trasie. Szczegóły trasy powinny zawierać informacje dotyczące rodzaju wody (słona lub słodka), zakres temperatur, parametry pływów/prądu, rodzaj łodzi eskortujących, służby medycznej, bezpieczeństwa oraz szczegóły dotyczące zawodów odbywających się na całej lub na części trasy przed docelowymi zawodami.

Zgłoszenia na zawody są przyjmowane wyłącznie od federacji, będących członkiem FINA. Indywidualne zgłoszenia od zawodników nie będą akceptowane.

Federacja organizująca zawody wyznacza przedstawiciela, który będzie współpracował i informował Komitet Techniczny Pływania na Wodach Otwartych (TOWSC) za pośrednictwem sekretariatu FINA.

### KOMITET ORGANIZACYJNY

Komitet Organizacyjny wyznaczony przez Federację organizującą zawody jest odpowiedzialny za zapewnienie wyposażenia lub urządzeń podanych poniżej oraz za sprawdzenie, poprawienie i/lub utrzymanie różnych wymagań przed i podczas zawodów. Podane w Podręczniku FINA szczegóły dotyczące pływania na wodach otwartych powinny być dokładnie zweryfikowane z dużym wyprzedzeniem.

### KOMITET TECHNICZNY PŁYWANIA NA WODACH OTWARTYCH

Biuro FINA jako Komitet Zarządzający przeprowadza zawody na wodach otwartych podczas Mistrzostw Świata i innych zawodów z kalendarza FINA poprzez wyznaczoną Komisję Komitetu Technicznego Pływania na Wodach Otwartych (TOWSC), która składa się z

- Przedstawiciela Biura (łącznika do TOWSC),
- Przewodniczącego,



- Wiceprzewodniczącego, oraz
- Sekretarza,

oraz innych członków TOWSC działających jako ciało doradcze.

#### ODPOWIEDZIALNOŚĆ TOWSC

- **Koordynowanie** z Federacją organizującą zawody wszystkich szczegółów dotyczących przeprowadzenia zawodów pływania na wodach otwartych podczas Mistrzostw Świata i innych zawodów z kalendarza FINA.
- **Przeprowadzenie końcowej inspekcji** obiektów przed rozpoczęciem zawodów, w tym urządzeń automatycznego pomiaru czasu, które będą stosowane podczas zawodów.
- Wydawanie Rekomendacji dla Biura FINA, dotyczących odpowiednio przeszkolonych sędziów z Federacji Narodowych (w tym Federacji organizującej zawody) w celu powołania na Mistrzostwa Świata i Igrzyska Olimpijskie.
- **Prowadzenie na dwa dni przed rozpoczęciem zawodów odpraw** Delegatów i Kierowników Zespołów Federacji członkowskich FINA uczestniczących w zawodach.
- **Prowadzenie odpraw dla sędziów** biorących udział w kontroli zawodów.
- **Opracowanie raportu** dla Biura FINA.

#### OBOWIĄZKI TOWSC

W przypadku Mistrzostw Świata, Igrzysk Olimpijskich i Mistrzostw Świata Juniorów przydział zadań dla TOWSC wymaga udziału wszystkich członków Komitetu w przygotowaniu i przeprowadzeniu zawodów. W szczególności:

- |                    |                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| • ZGŁOSZENIA       | Przegląd wszystkich zgłoszeń i list startowych.                                                                                                                                                                              |
| • SĘDZIOWIE        | Sprawdzenie czy wszyscy sędziowie są przydzieleni.                                                                                                                                                                           |
| • PROTOKÓŁ         | Pomoc i zapewnienie prawidłowego przestrzegania protokołu.                                                                                                                                                                   |
| • MEDIA            | Wsparcie dla Komisji Medialnej FINA i krajowego przedstawiciela powołanego w sprawach związanych z FINA.                                                                                                                     |
| • WYNIKI           | Przegląd i zatwierdzanie listy wyników.                                                                                                                                                                                      |
| • OBSŁUGA MEDYCZNA | Otrzymanie raportu medycznego na temat medycznych zdarzeń przed imprezą oraz we współpracy z Komitetem Medycyny Sportowej FINA przegląd Planu Działań Medycznych oraz organizacja testów antidopingowych oraz ich wdrożenie. |
| • BEZPIECZEŃSTWO   | Otrzymanie raportu inspektora bezpieczeństwa i przegląd Planu Bezpieczeństwa, celem upewnienia się, że wszystkie środki bezpieczeństwa są zapewnione.                                                                        |
| • ZAWODY           | Nadzór wszystkich innych przygotowań.                                                                                                                                                                                        |

W przypadku innych zawodów na wodach otwartych organizowanych przez FINA obowiązki te są podejmowane przez Delegatów FINA wyznaczonych na dane zawody.

## Obowiązki przedstawiciela Medycyny Sportowej FINA

Przedstawicielowi Komitetu Medycyny Sportowej FINA zostają przydzielone obowiązki podczas odbywania konkurencji zawodów na wodach otwartych. Obejmują one zarówno nadzór nad stosowaniem przepisów medycznych, aby zapewnić zawodnikom bezpieczeństwo, jak również obowiązki w zakresie kontroli antydopingowej, w tym:

- Weryfikacja planu medycznego—przed, w trakcie i po zawodach, z uwzględnieniem czasu reakcji;
- Weryfikacja gotowości i dostępności szpitali;
- Weryfikacja nieodłącznego ryzyka związanego z organizowanymi zawodami, uwzględniającego rodzimą florę i faunę;
- Weryfikacja wszystkich planów ewakuacji;
- Odbieranie i zatwierdzanie testów jakości wody (2 przed zawodami i 1 w dniu imprezy);
- Udział w odprawie technicznej z omówieniem aspektów bezpieczeństwa i kontroli antydopingowej;
- Wykonywanie obowiązków związanych z kontrolą antydopingową—koordynacja wyboru pozycji na liście wyników, z której zawodnicy zostaną poddani testom we współpracy z WADA/agencją przeprowadzającą kontrolę na miejscu w sposób losowy oraz nadzór nad procesem przeprowadzanych kontroli oraz nadzór nad próbkami do momentu ich dostarczenia do laboratorium zatwierdzonego przez WADA, oraz oznaczanie wszelkich nieprawidłowości związanych z samą kontrolą, jak również procesem przeprowadzania kontroli;
- Współpraca z lokalnym zapleczem medycznym, Oficerem ds. Bezpieczeństwa i Delegatem ds. Bezpieczeństwa FINA;
- Udział w rekomendacjach dotyczących zmiany przebiegu trasy lub jej długości, zapewniając bezpieczeństwo sportowców, posiadając wszystkie informacje o jakości wody i plany medyczne dla każdej zmiany przebiegu trasy;
- Weryfikacja trasy pod względem zagrożeń medycznych

## TRASA WYŚCIGU

**Certyfikacja** długości trasy (najlepiej z użyciem GPS) i odpowiedniość wody musi zostać przekazana do TOWSC i Kierownika Zabezpieczenia.

**Wyznaczanie trasy.** Trasa musi być wyraźnie oznaczona znacznikami długości, tam, gdzie jest to praktyczne, co 1 km wzdłuż trasy. Wszystkie zakręty/nawroty muszą być wyraźnie oznaczone i obserwowane przez Sędziego Kierunku. Dla każdego pływaka i Sędziego Wyścigu zapewniona musi zostać mapa wyraźnie pokazująca trasę i wszystkie zakręty/nawroty. W przypadku konkurencji o długości 10 km lub większej, w których wykorzystywane są łodzie eskortujące, należy umieścić oznaczenie, wskazujące zarówno po stronie startu jak i mety punkt, w którym łodzie eskortujące mogą się przyłączyć lub muszą opuścić swoich zawodników.

Następujące **urządzenia/wyposażenie** musi zostać zapewnione, poza tym przeznaczonym na miejsce startu i mety:

- Odpowiednie łodzie dla Sędziego Głównego i Asystentów Sędziego Głównego powinny być wykorzystywane i kierowane wyłącznie zgodnie z instrukcjami Sędziów.

- Transport, aby zabrać wszystkich Sędziów Kierunku na przydzielone im miejsca i odebrać natychmiast po przepłynięciu ostatniego zawodnika lub po tym, jak Sędzia Główny ogłosi zakończenie wyścigu.
- Odpowiednia łódź, dzięki której Komisja TOWSC i VIP-y będą mogli obejrzyć wyścig.
- Łodzie bezpieczeństwa zgodnie z wymaganiami uwzględniającymi trasę wyścigu.
- W przypadku wyścigu o długości większej niż 10 km, gdzie wykorzystywane są łodzie eskortujące, dla każdego zawodnika należy zapewnić łódź eskortującą. Łódź musi mieć wystarczającą pojemność, aby pomieścić minimalną załogę wymaganą do wydajnej pracy łodzi, z uwzględnieniem osoby Sędziego Wyścigu i przedstawiciela zawodnika.
- Odpowiednia łódź wiodąca, która utrzyma pozycję około 50 metrów przed czołowym zawodnikiem.
- Punkty ewakuacji wzdłuż trasy, do których może podpłynąć wycofujący się zawodnik i z których będzie mógł być przetransportowany na metę.
- Punkty wzdłuż trasy, w którym pacjenci będą mogli otrzymać natychmiastową pomoc medyczną.
- Łodzie zapasowe, które będą mogły zastąpić wykorzystywane podczas zawodów łodzi, w szczególności łodzie eskortujące.
- Łódź zaopatrzeniowa, która zapewni wyżywienie i napoje wszystkim pasażerom łodzi wykorzystywanych podczas konkurencji.
- Zabezpieczone i sprawne urządzenie do znakowania linii startowej.
- Tam, gdzie wykorzystywana jest automatyczna aparatura do sędziowania, musi być ona zainstalowana i używana zgodnie z wytycznymi TOWSC, w tym:
  - Automatyczny system pomiaru czasu, za pomocą tablic/pionowej ściany na mecie i technologii transpondera mikroczipowego.
  - Urządzenia do nagrywania wideo z wieloma kątami nagrywania i odtwarzaniem w zwolnionym tempie/po zatrzymaniu ruchu z wyświetlaczem umożliwiającym szybką identyfikację zawodników.
- System audiowizualny dla Startera.
- System nagłośnienia do informowania publiczności.
- Zapewnienie zapasowego sprzętu do pomiaru czasu.
- Bramka końcowa musi zostać zweryfikowana, czy jest bezpiecznie zamocowana i sprawna.
- Stanowisko Sędziego Kierunku musi zostać sprawdzone i zabezpieczone.
- Zakręty lub punkty zmiany muszą być wyraźnie oznaczone.
- Niezbędne krzesła, odzież odporna na warunki atmosferyczne, kamizelka ratunkowa, sprzęt komunikacyjny i dokumenty rejestracyjne, muszą zostać wydane wszystkim odpowiednim Sędziom.
- Zapewnienie odpowiednich pojemników na sprzęt pływacki, ich bezpieczne przechowywanie i transport do punktu końcowego.
- Rozdzielenie sprzętu na wszystkie łodzie eskortujące i dla personelu odpowiedzialnego za bezpieczeństwo, w tym sprzęt łącznościowy, apteczka pierwszej pomocy, zapasowe ręczniki i koce.

## OBIEKTY PRZYGOTOWANIA DO WYŚCIGU

Następujące obiekty powinny być zapewnione przed wyścigiem.

- Pokój kontroli medycznej.

- Sali odpraw dla drużyn.
- Sala odpraw dla sędziów.
- Inspekcja trasy przez pływaków, przedstawiciele drużyn i sędziów.

#### OBSZAR STARTU

W obszarze startu należy zapewnić następujące pomieszczenia:

- Przebieralnie dla pływaków i ich opiekunów.
- Przebieralnie dla sędziów.
- Pomieszczenie lub zadaszone/wiatroszczelne miejsce do smarowania/oczekiwania na start.
- Pojemniki na odpady.
- Miejsce do oceny i pomocy medycznej.
- Miejsca do siedzenia.
- Odpowiednie pojemniki na sprzęt pływacki, który nie płynie na łodzi.
- Bezpieczne zapakowanie i transport powyższych przedmiotów.
- Toalety i czysta woda pitna.
- Urządzenia do podgrzewania wody.
- Wodoodporne markery/naklejki do znakowania pływaków numerami startowymi.
- Odpowiedni obszar do rozgrzewki.
- Strefa do odprawy sędziów przed startem.
- Strefa do odprawy dla załóg łodzi i odprawy bezpieczeństwa.
- Odpowiedni personel kontrolujący publiczność i sprzęt do odgradzenia wejścia do wody.
- Widownia z dobrym widokiem na start.
- Miejsca VIP z dobrym widokiem na start.
- Maszty dla flagi narodowej kraju gospodarza, flagi stowarzyszenia gospodarza i flagi FINA.
- Wywieszenie flag narodowych dla wszystkich rywalizujących ekip.
- System nagłośnienia do podawania informacji dla publiczności i urządzenia wyświetlające czas.
- Pomieszczenie dla VIP-ów.

#### OBSZAR ZAKOŃCZENIA WYŚCIGU

W pobliżu miejsca zakończenia wyścigu należy zapewnić następujące urządzenia:

- Podium do uhonorowania pływaków.
- Flagi narodowe wszystkich uczestniczących ekip.
- Narodowa flaga kraju gospodarza, flaga związku i flaga FINA.
- Wystarczająca ilość personelu i sprzętu do kontroli tłumy.
- Obszar do opieki medycznej.
- Obszar do wywiadów z mediami.
- Pokoje do kontroli antydopingowej.
- Miejsca siedzące dla VIP-ów i oficjeli.
- Tablica informacyjna podająca bieżące dane o wyścigu.
- Miejsce dla widzów dające dobry widok na metę.
- Urządzenia do wyładowania sprzętu osobistego.

- Strefa wypoczynku dla pływaków
- Zwrot sprzętu pływackiego, który pozostawiono na obszarze startowym.
- Pysznice i przebieralnie.
- System nagłośnienia i urządzenia wyświetlające czas.
- Zaopatrzenie napojów i przekąsek dla pływaków, trenerów i załóg łodzi oraz sędziów.
- Zapewnienie przekąsek dla oficjeli i VIP-ów na miejscu.
- Urządzenia do publikowania wyników.
- Transport, aby przewieźć pływaków z powrotem do zakwaterowania.

## KOMUNIKACJA

### Ogólne i szczegółowe

Wszyscy pływacy i sędziowie powinni otrzymać dokładne **informacje w formie ustnej i pisemnej**, wyraźnie wskazujące wszelkie pływy/nurty, które w jakikolwiek sposób wpłyną na przebieg zawodów. W wodach pływowych należy podać czas zmiany pływów i tempo przepływu wody.

W przypadku zawodów o długości 10 km lub większej, w których wykorzystywane są łodzie eskortujące, **punkt odbioru**, gdy łodzie eskortujące mogą dotrzeć do swoich pływaków z dala od zatłoczonego miejsca startu, musi być wyraźnie oznaczony, tak jak wyznaczony punkt na zakończenie, przy którym łodzie muszą opuścić pływaka.

System nagłośnienia wykorzystywany jest **przed startem do podania czasu** zgodnie z wytycznymi Kierownika Pomiaru Czasu, który pozwoli wszystkim sędziom, widzom lub zainteresowanym osobom zsynchronizować swoje zegarki.

Należy ustalić **plan komunikacji**. Sieć "**Podstawowa**" będzie obejmować Sędziego Głównego, Sędziów Zawodów, Oficera Bezpieczeństwa, Przedstawiciela Służb Medycznych oraz członka Komitetu Organizacyjnego na mecie. Ta sieć ma być wykorzystywana wyłącznie do przekazywania informacji dotyczących wyścigu.

Sieć "**Dodatkowa**" ma obejmować personel ds. Bezpieczeństwa i obsługę wspierającą wyścig i ma być głównym systemem łączącym wszystkie obszary bezpieczeństwa i medyczne zawodów i zaplecza.

Sieć "**Dodatkowa**" może służyć do przekazywania aktualnych pozycji Informatorowi i Operatorowi Tablicy Informacyjnej na mecie. Wszelka korespondencja prowadzona jest w języku angielskim oraz w języku narodowym lub w języku federacji goszczącej. Sugerowany jest międzynarodowy alfabet fonetyczny. Na przykład: Alpha, Bravo, Charlie, itd.

Wszystkim osobom zainteresowanym wydarzeniem należy przedstawić **szczegółowe mapy**, które wyraźnie pokazują zakwaterowanie, odprawy, inspekcję medyczną, miejsce startu, zakończenia i prezentacji wraz z odpowiednim harmonogramem.

Należy zapewnić pełne **zaplecze prasowe**, w tym dostęp do telefonu, faksu, Internetu, poczty elektronicznej i innych środków komunikacji, jeśli jest to konieczne.

Należy zapewnić **wizualne wymagania dotyczące mediów**, aby zespoły filmowe i telewizyjne oraz fotografowie mieli dostęp do wszystkich etapów, zależnie od potrzeb.

Zapewnia się **urządzenia do drukowania i fotokopiowania**, aby umożliwić natychmiastowe sporządzenie listy wyników zaraz po zakończeniu zawodów. Wszyscy pływacy i członkowie drużyny otrzymują zatwierdzoną listę wyników przed ceremonią wręczenia nagród.

## WYJAŚNIENIE ODNOŚNIE SĘDZIOWANIA NA ZAWODACH MISTRZOWSKICH

Poniższe informacje mają na celu udzielenie wskazówek sędziom zawodów mistrzowskich na temat stosowania przepisów.

TOWSC wyznacza sędziów z Kontynentów i Federacji Gospodarza zgodnie z BL 9.1:

*"Komitety Techniczne FINA proponują skład komisji sędziowskiej (sędziów i sędziów głównych) na igrzyska olimpijskie lub mistrzostwa świata z aktualnych list sędziów FINA w danej dyscyplinie, do zatwierdzenia przez Biuro FINA lub Organ Wykonawczy FINA".*

Sędziowie zostaną przydzieleni do ról przez TOWSC na Mistrzostwa FINA i Igrzyska Olimpijskie oraz przez Sędziego Głównego (przy aprobacie Delegata FINA) na inne zawody FINA. Zwykle nominacje są przygotowane przed przybyciem na miejsce mistrzostw, ale po przybyciu wszystkich sędziów podlegają one dalszemu przeglądowi i udoskonaleniu.

### OBOWIĄZKI SĘDZIÓW

Obowiązki sędziów zostały szczegółowo wyjaśnione we wcześniejszej części przewodnika.

Sędziowie powinni kontaktować się z Sędzią Głównym, aby upewnić się, że są świadomi konkretnych praktyk, które mogły zostać przyjęte w porozumieniu z Komitetem Organizacyjnym dla poszczególnych konkurencji w celu zapewnienia sprawnego przebiegu Mistrzostw lub zawodów.

Sekretarz TOWSC lub Komitet Organizacyjny ma prawo ustalić harmonogram spotkań i czas zgłoszeń do uczestnictwa w Mistrzostwach, szczegółowy dla wspólnych zbiórek itp.

Dobłą praktyką jest uzyskanie lokalnych numerów kontaktowych do Komitetu TOWSC lub Delegata FINA, aby można było poinformować ich, jeśli cokolwiek wydarzyłoby się, co może wpłynąć na uczestnictwo po przybyciu do miasta gospodarza zawodów.

### INFORMATOR POWINIEN:

- Powitać pływaków i widzów.
- Zapoznać ich z pływaniem na wodach otwartych.
- Przedstawić kierownictwo: sędziów zawodów, organizatorów, sponsorów, itp.
- Opisać trasę, konkurencję, rozpoczęcie innych konkurencji, warunki.
- Wyjaśnij środki bezpieczeństwa:
  - liczenie zawodników,
  - wioślarze,
  - łodzie eskortujące,
  - ratownicy,
  - lekarze,
  - procedury wycofania.
- Ogłosić wybitnych zawodników biorących udział w zawodach:
  - pływaków olimpijskich,
  - rekordzistów świata itp.
- Obserwować strefę zakończenia i informować o wydarzeniach.
- Informować o przebiegu wyścigu i ostatecznych wynikach oraz wskazać, gdzie zostaną opublikowane.

## ZAKOŃCZENIE

KOMITET TECHNICZNY PŁYWANIA NA WODACH OTWARTYCH FINA wierzy, że niniejszy przewodnik pomoże pływakom, trenerom i innym osobom, które mogą być zaangażowane w Pływanie na Wodach Otwartych. Mamy nadzieję, że ten materiał pomoże w organizacji i zachęci do rozwoju zawodów Pływania na Wodach Otwartych na całym świecie.

## PODZIĘKOWANIA

Wytyczne Pływania Na Wodach Otwartych FINA, 1995

Instrukcja Pływania Długodystansowego i Maratonów Pływackich FINA 1999

FINA HANDBOOK 2009–2013 i ADDENDUM

Związek Pływacki Wielkiej Brytanii—Wytyczne dotyczące zawodów pływania na wodach otwartych i bezpieczeństwa 2004

Związek Pływacki USA—Przewodnik organizatorów zawodów w pływaniu na wodach otwartych

Związek Pływacki Australii—Przepisy pływania na wodach otwartych

Związek Pływacki Nowej Południowej Walii—materiały szkoleniowe dla sędziów pływania na wodach otwartych 2007

Sid Cassidy, FINA TOWSC 2005–2009 i 2011–13, 2013–

Samuel Greetham, FINA TOWSC 2009–

Dr Paul Mark, Perth, Zachodnia Australia

Prof. David Gerrard, Komitet Medycyny Sportowej FINA 2009–