



Butlletí SPAS 46

DESEMBRE 2010

Susi Navarro i Irene Mestre obtenen el campionat i el subcampionat de fotosub en apnea a l'illa canària d'El Hierro..

Entrevistem Salvador Punsola president de la FECIDAS.



L'SPAS guanya, amb força autoritat, el campionat de Catalunya de pesca submarina per equips a l'Ametlla de Mar.

Jornada de neteja dels fons marins de Mataró, on els socis de l'SPAS treuen més de 200 quilos d'escombraries.

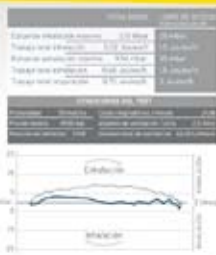


En Xevi Blanco obté el subcampionat de Catalunya individual de pesca submarina.

Oscar Hernández rep un calorós homenatge durant el sopar de germanor



Nunca un regulador consiguió reunir sus características: prestaciones record, entrega del aire excepcionalmente natural, ligereza, diseño avanzadísimo, economía de componentes y máxima fiabilidad. Quién lo ha probado, está en sus manos.



ELLIPSE BALANCED MC9 Aire de auténtica calidad



2ª ETAPA ELLIPSE BALANCED CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS 2ª etapa con compensación hidráulica para minimizar el consumo respiratorio (2A Mc CE) / Perno de microseguridad del cilindro inspiratorio / Diseño optimizado para conseguir un gran flujo de potencia de la fase de suministro, con un tanque cómodo / Membrana de entrada de gran superficie (2.500 mm²) equivalente a reguladores mucho más grandes / Ligero: solo 105 g, el regulador más ligero de su categoría / Componentes de acero y aluminio / Materiales resistentes y anti-óxido / Interfaz de conexión por cable integrada en el interior de la carcasa para evitar el agua fría / Repetición de la maniobra reducida a cero / Apertura de la válvula en fricción.

ELLIPSE BALANCED MC9



3ª ETAPA MC9 CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS Hypercompensado y mantiene 14,5 bar P1 de 200 a 50 bar / Carga con superficie máxima para una máxima ligereza / Cámara de protección de homogeneidad / Cámara de distribución del flujo que minimiza la caída de presión en respiradores grandes / Fibra de gran capacidad de flujo, un elemento vital para la durabilidad del respirador / Flujo de 120 l/min a 120 bar / 120 l/min de suministro óptimo 120 l/min en un solo tiro / Mínima complejidad de construcción y componentes reducidos al mínimo (válvulas Mc, 200 Mc y 120 Mc) con 64 de componentes.



2.800 mm²

SUMARI

Editorial	4
Pesca submarina	5
Fotosub	23
Fotosub en apnea	29
Entrevista	40
Medi ambient	44
Històries dels socis	49
Opinió	53
Medicina i salut	54
Video sub	60
L'Spas a la ràdio	62



STAFF

FOTOS PORTADA

Amethisteus, autor en Marc Giménez.

REDACCIÓ

DIRECCIÓ Xavier Martínez

CORRECCIÓ ORTOGRÀFICA SPAS

COL.LABORADORS Roger Amat, Anna Maria Claus, Carles Font, Marc Giménez, Jordi Lopesino, Carmel Martínez, Irene Mestre, Susi Navarro, Esteban Patricio, Salvador Punsola, Jaume Raventós, Ferran Roure, Antoni Salvà, Ferran Sánchez, Xavier Seglar, Olga Soler, Àlex Terricabris, Marius Tubella, Isaac Vives.

DISSENY_IMPRESSIÓ habemus.cat

SPAS

Port de Mataró, mòdul B2
08301 Mataró
Tel. 93 790 17 71
spas@spas-mataro.cat
www.spas-mataro.cat

COL·LABORACIONS PUBLICITÀRIES

BLAUMAR • HABEMUS • ESCOLA NÀUTICA MARESME • NAUTIMAR • PINS MAR • TALLERS GIL-BO • PORT MATA-RÓ • NÀUTICA MATARÓ • EBARY • FICHET • GABINET AYUSO • TALLERS FLORIACH • MAKAMURU X GAMBIA • CAIXA LAIETANA • CRESSI

La redacció de l'SPAS no es fa necessàriament responsable del contingut dels articles i missatges comercials inclosos en aquest butlletí



Acabem l'any i tots plegats fem una mica de balanç. Passem comptes de com ha anat la temporada i quins han estat els moments viscuts; alguns de bonics, d'altres no tant, però, en definitiva instants que ens han fet sentir la vida, el batec del nostre cor.

Més que anar per aquest camí, a mi el que m'agrada veure, pensar, viure... és què ens fa tornar a intentar-ho, què ens fa seguir lluitant perquè el nostre entorn, el que nosaltres estimem, segueixi viu.

Jo sóc dels que pensa que surt el millor de la persona quan allò que un s'estima està en cert perill.

I és aquí on faig un petit recorregut de com he vist en aquest darrers vint-i-set anys, que en sóc soci, l'SPAS.

Arrenco amb tota una generació de persones que potser, amb la mentalitat heretada dels seus pares a la postguerra o d'ells mateixos, han sabut fer de les mancances una virtut, i és la que ve a dir "si ho fem entre tots, tot és possible. L'esforç de tots no ho atura res!".

Gràcies a aquesta esplèndida generació per haver portat de forma magistral l'SPAS fins a dia d'avui, i que encara, quan els demanem ajut, col.laboració ou opinió, hi són!

Després he vist com una generació més propera a la meua aportava també una cosa ben important, ben cabdal. La gestió i administració més professionalitzada, més rigorosa.

Aquestes persones han situat aquest aspecte al lloc que es mereix, imprescindible de ben segur, i això ha estat en clar benefici del club. Calia aquest impuls en la gestió per situar a la nostra entitat, a dia d'avui, en un món molt complex amb connexions arreu.

Bé, ara toca que la generació que en té entre trenta i quaranta anys parli, es muli. Ells i sols ells impregnaran l'SPAS del que necessita, cap a on ha d'anar.

Si jo hagués de respondre-ho, diria que segurament hem de vigilar i molt les relacions personals i institucionals, que hem d'aprofitar les noves xarxes socials i els impulsos que elles donen al món actual, però, sense perdre de vista que aquestes mateixes xarxes socials porten, també, unes fortes dosis de desconnexió, curiosament. I això no ho poden deixar passar per alt. Crec que la proximitat entre les persones i les institucions l'hem de seguir fent cara a cara, cos a cos, si volem mantenir aquest necessari calor humà que fa que les coses que més estimem segueixin vives.

Visca l'SPAS

Xavier Martínez i Ayuso
President de l'SPAS



PESCA SUBMARINA

CAMPIONAT D'ESPANYA INDIVIDUAL

El cap de setmana del 26 i 27 de juny es va disputar, en aigües de Santander, el 54è Campionat d'Espanya individual de pesca submarina.

El campionat el va guanyar l'asturià Santi López, i ja en van tres!

La prova va ser molt dura i les captures molt treballades, per la qual cosa molt de mèrit pels que van assolir les primeres posicions del campionat nacional, que fonamentalment foren pescadors del nord d'Espanya.

Pel que fa a la representació catalana, el nostre soci, en Xevi Blanco, hi anava juntament amb l'Eloi Martínez (que substituïa el campió de Catalunya, en Quique Ruiz, que no podia assistir-hi per motius personals).

Els resultats obtinguts van ser molt modestos degut a la poca preparació que es va poder fer de la zona i a l'ambientació al mar Cantàbric, que també es va haver de fer en poc temps i a corre-cuita.

Com a dada, dir en aquest sentit, que tan sols un pescador mediterrani es va col·locar entre

els quinze primers llocs de la classificació general.

Esperem que en properes ocasions els nostres representats disposin de més temps per poder preparar degudament el campionat.



BLAUMAR®
Port Mataró

SORTIDES DE BUSSEIG
VENDA DE MATERIAL
CARREGUES D'AIRE



T. 93 790 45 22 – M. 639 11 90 93
blaumar@blaumar.cat

SPAS MATARÓ

CAMPIÓ DE CATALUNYA DE CLUBS 2010

El passat 6 de Juny l'equip format per Xavier Martínez, David Garrés i Jaume Raventós es va proclamar Campió de Catalunya de Clubs de manera aclaparadora en aigües de l'Hospitalet de l'Infant.

Els Campions van dedicar-hi dos dies a preparar la zona, primer revisant senyes d'altres campionats i després sondejant per trobar nous llocs. El dia abans al Campionat, després d'estar tot el dia buscant, les expectatives no eren gaire bones, ja que el peix es troba molt escampat, però a darrer moment els acompanya la sort, i la sonda detecta una nova zona que sembla interessant. En Raventós fa una capbussada i queda bocabadat a mitges aigües quan veu unes pedres plenes de sards grossos; en pujar a superfície crida en Martínez, que feia labors de barquer, per explicar-li el que havia vist, però aquest no s'ho acaba de creure, quan baixa per comprovar-ho, de seguida puja a la barca amb els ulls com a plats i dient "marxem immediatament d'aquí" perquè ningú els hi marqui, i d'allà directes a l'hotel per descansar i desitjar que el peix aguanti.

El dia de la prova, el dia surt gris però les aigües es troben força bé per a la pràctica del nostre esport. Es dona la sortida, i totes les barques surten en estampida. Els protagonistes de la jornada comencen en unes pedres a -14 metres, on aconsegueixen capturar un tord i un congre que donen el pes. Després van a unes altres pedres més fondes a -19/-21, on havien vist un tord molt gran i es veia moviment, però malauradament ni rastre de peix, així que no perden més temps, i se'n van a les pedres on havien vist els sards grossos. El fons es troba entre -24/-26. A la primera baixada, no es veuen els sards, però una volada de corbes fa acte de presència, i en Raventós clava una de bona mida; mentre la puja, detecta la cua d'un congre que posteriorment també pujarà cap

a superfície. Mentrestant en Martínez troba la volada de sards, i crida en Raventós perquè s'apropi. En aquell moment, cada baixada és una peça...Primer pescant per sobre les pedres,



i després buscant el peix en el seus amagatalls... En Martínez, després d'agafar un sard de més de quilo, demana descansar ja que surt d'un fort refredat, i en Garrés pren el relleu. Costa trobar el peix, però de seguida troba un forat amb un parell de sards grossos; primer puja un i després l'altre...Dues peces més a la pescada. Al ratet se'ns acosten uns contrincants, però arriben massa tard, el peix ja és a la nostra nevera i decidim marxar a unes altres pedres on havíem vist algun corball...Dit i fet, a la primera baixada en Raventós fa un corball de més de quilo, però és que en Garrés clava un altre de més gros !! En Raventós, nota la duresa d'aquest esport i demana que en Martínez el substitueixi, i a la primera baixada que fa clava un cap-roig que supera amb escreix el pes mínim...La prova acaba, i els protagonistes van cap al punt de trobada. Allà veuen les pescades dels altres contrincants, i és llavors quan veuen que la seva pescada no

serà superada...De retorn cap a port, els crits d'alegria són l'únic que trenquen el soroll del motor a tot gas.

El pesatge acaba de confirmar el que ja es sabia, l'equip de l'SPAS és el clar guanyador, amb molta diferència respecte els altres contrincants, i a més amb una pescada de gran categoria !

Felicitats ! SPAS Mataró Campió de Catalunya Pesca Submarina 2010 !

Classificació:

1. SPAS Mataró (Martínez, Garrés, Raventós)
30.540 Punts
2. APS Barcelona (Grau, Clemente, Vila)
19.820 Punts
3. SES Tarragona (Gálvez, López, Rodríguez)
18.48 5 Punts
- ...
6. SPAS (Vives, Amat, Olmo)
12.345 Punts
9. SPAS (Tena, Pallarés, Gómez)



Jaume Raventós

Pescador de competició



RESTAURANT

Pins Mar

Carretera N. II Km 651 Tel. 93 792 69 02
08392 - SANT ANDREU DE LLAVANERES

COPA CATALANA DE PESCA SUBMARINA 2010



El 16 d'Octubre de 2010 va ser la data fixada per a aquesta competició a Platja d'Aro, substituint la tradicional zona de competició de l'Escala, per motius de l'actual Parc Natural del Montgrí, que prohibeix totes les competicions esportives en aquesta zona.

La zona anava des de Cala Vigatà, fins a Cala Giverola. A dos quarts de vuit, començaven les inscripcions. Un total de seixanta-un participants - entre veterans, sèniors i debutants - competien pel trofeu.

Aquest dia va marcar el final de la pesca d'estiu i el començament de la pesca d'hivern. Les temperatures van baixar considerablement, tant les de fora com les de dins l'aigua, per culpa del temporal de la setmana anterior. Això va fer penjar el neoprè de 5mm a més d'un pescador i agafar el de 7mm. Només els més valents no els va fer por la baixada de 4°C de l'aigua en una setmana.

Així doncs, la prova es presentava dura, a més a més de la mala visibilitat que és preveia per les

onades i el mar de fons dels dies anteriors.

Una vegada tot enllestit i després de quaranta-cinc minuts de recorregut fins a Cala Giverola (límit Sud), els participants van anar llançant-se a l'aigua a cop de xiulet de Carles Font, que feia parar el vaixell allà on els pescadors volien començar, i així va transcórrer fins a Cala Vigatà, on van saltar a l'aigua els últims pescadors.

El dia transcorre tranquil, aigua freda, tèrbola i amb un xic de núvols baixos que no deixaven acabar de sortir el sol fins ben entrada la prova.

Cinc hores després, al voltant d'un quart de tres, les barques de l'organització comencen a recollir els pescadors, de Sud a Nord de la zona de competició. Els passadors comencen a fer el debat sobre el possible guanyador, s'expliquen anècdotes i la tripulació de Bou, prepara entrepans calents de llom, que van sent devorats pels pescadors.

La recollida dels pescadors finalitza i el Bou encalla la proa a la platja del costat del Port d'Aro

per poder anar a canviar-se i començar amb el pesatge. Abans, però, Carles Font presenta una Associació de malalts de càncer que van venir a donar-se a conèixer una mica més, ja que el dimarts 19, era el dia mundial del càncer de mama.

Finalment el pesatge comença, en general poc peix, i algun no dóna el pes mínim per poc. A més a més, s'ha de tenir en compte que en aquesta prova, que puntua la diversitat d'espècies, va entrar en vigor el nou reglament que limita el pes mínim de congres i morenes a 4kg, que anteriorment era de 2kg, una dada important que fa més competitiva la prova.

Les diferents espècies pescades donaven una puntuació extra de 500 punts i per aclarir els dubtes sobre les llises que n'hi ha de diferents espècies, comptàvem amb Oscar Sagué, un gran expert en la identificació, ja que també practica la fotosub i n'és l'actual campió d'Espanya, i això va donar un punt d'humor a la pesada.

Després de més d'una hora de pesada, la classificació va ser la següent: 1r Jordi Morancho de l'SKAPHOS amb 13.470 punt amb un llobarro de 2.800kg inclòs, 2n Xavier Blanco de l'SPAS amb 10.665 punts, 3r Fernando Fernández del CAVALL amb 10.635 punts, 4rt Isaac Vives de l'SPAS amb 8.675 punts amb un dento de 3.130kg i el 5è lloc, per Oscar Sagué del APS amb 8.200 punts i amb un dento de 2.510kg. El trofeu al màxim número de peces va ser per Jordi Morancho i el trofeu a la peça major, per Isaac Vives.

La copa catalana de clubs se la va endur l'SKASPHOS amb 45.365, a pocs punts l'SPAS en el 2n lloc amb 44.730 i en 3r lloc APS amb 32.885 punts.

Isaac Vives

Pescador submarí de competició



DISTRIBUIDOR OFICIAL:

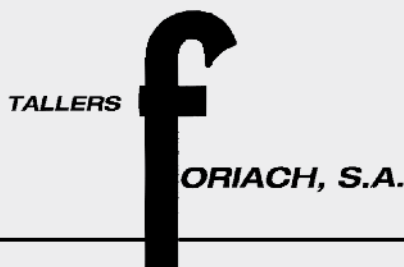
ARTABAN – FAETON

**Servei d'hivernada
d'embarcacions**

Venda i Servei

Passeig Callao s/n. baix
Locals 19-20 Mataró 08301
Tel. 93 790 76 97

**FUSTERIA METÀL·LICA
EN FERRO, ALUMINI I
ACER INOXIDABLE**



Telèfon 93 798 42 37
Jocs Olímpics, 10 i 12
08303 MATARÓ

CURS DE PESCA SUBMARINA



El passat mes de Juliol es va organitzar un nou curs de apnea-pescasubmarina al club, en ell s'intenta fer una introducció en aspectes bàsics per a la pràctica d'esports subaquàtics en apnea, bàsicament pesca submarina, i una petita introducció a la fotografia subaquàtica, esport aquest amb un creixent interès.

Us deixem alguns dels comentaris realitzats pels cursetistes;

En Lluç, apassionat del mar...

"És un curs molt interessant que permet una mínima tecnificació que qualsevol pescador submarí, apneïsta...qui no hagi fet aquesta mena de curs l'hauria de fer, tant per augmentar la eficiència, com per la seguretat. A mi el que m'atrau més és la pesca submarina i per això la classe que trobo més interessant és la pràctica al mar amb embarcació i arpó. Crec que estaria bé fer una demostració fora de l'aigua de com carregar l'arpó, perquè ho vaig trobar complicat."

En Marino, un llop de mar...

"En primer lugar, felicitar y agradecer a todas las personas que habéis preparado el curso. Se me ha hecho muy corto. Me ha llamado la atención lo preparados que estáis. Así da gusto ser alumno. ¿Críticas? Criticar es lo más fácil por lo que no entro en ello. ¿Mejorar? Complicado, habéis puesto el listón muy alto. ¿Qué me hubiera gustado? Compartir algunas horas más en el mar con vosotros, porque ahí es donde creo que más se aprende. Valoración= 9,5. Vuelvo a repetir gracias porque me habéis hecho sentir uno más. Ojalá podamos compartir más cosas. Un saludo a todos."

En Jordi, porta la sal a la sang...

"En primer lloc una felicitació pel curs, realment m'ho he passat molt bé, crec que totes les activitats que s'han fet eren les pertinents ja que era un curs compartit entre Apnea i pesca submarina, potser he trobat a faltar alguna classe més de tècniques d'apnea, relaxació, exercicis, etc... però he de felicitar perquè



el curs i la gent ha sigut perfecta, com diria molt bon rotllo.

El nivell del professorat i les temàtiques excel·lent, és un primer nivell per a quasi tots i la quantitat d'informació l'has d'assimilar amb la pràctica.

Per a mi el més interessant és poder gaudir del mar d'una forma més tranquil·la, i per descomptat que fent apnea ho trobo, descans, relaxació, tranquil·litat, i poder gaudir sense sorolls aliens.

D'altra banda t'he de dir que la pesca en un principi no m'interessava, però l'he trobat molt interessant i molt tècnica i la veritat és que m'ho vaig passar molt bé, no descarto en cap moment continuar amb l' activitat, tant armat amb un fusell com amb una càmera. Una forta abraçada. Moltes gràcies per tot el que m'heu ensenyat !!"

Jessica, la sirena del curs...

"Sóc la Jessica, per desgràcia no he pogut gaudir de tots els dies, però tot i això m'he sentit molt a gust amb tots, inclús tinc que agrair el tracte, la comprensió de tots els professors, els quals han compartit anècdotes, experiències i coneixements, que tant impliquen una responsabilitat com aporten més ganes de practicar apnea i pesca. Ha sigut una experiència nova, molt enriquidora i el que més m'ha cridat l'atenció ha estat el fotosub. No puc criticar res, m'ha encantat el curs! Gràcies per tot, m'ho he passat molt bé, tant de bo us hagués conegut abans!!"



En Jofre, en sentireu parlar d'ell ...

"En general em va semblar un curs molt complet ja que es fan un bon nombre de classes teòriques juntament amb les tres pràctiques. La durada del curs també em sembla bé ja que no és ni massa curt ni massa llarg. Que les classes teòriques les facin els campions de Catalunya òbviament em sembla perfecte ja que són qui més en saben. L'horari de les classes és ideal per a les persones que treballen. Les classes no eren ni massa llargues ni massa curtes, així que molt bé. El preu del curs també em sembla molt bé ja que no és car i el fet de fer-nos la llicència i la federativa, vosaltres mateixos és un punt a favor vostre. La veritat és que com a crítica no sé què posar...tot està ben organitzat...Així que ja et dic el curs està molt bé, és molt complet i també em sembla molt bé que incloeu una introducció al fotosub."

Per finalitzar, agrair la col·laboració dels socis que van participar durant el curs, sense ells no hagués estat possible...Fins el proper any !!



Jaume Raventós
Pescador de competició



CAMPIONAT DE CATALUNYA INDIVIDUAL DE PESCA SUBMARINA

En Xevi Blanco obté el subcampionat de pesca submarina en una lluita frec a frec amb en Quique Ruiz.

En una veritable lluita de titans, en Xevi Blanco queda en segon lloc de la prova reina del calendari català. Al final, el bon coneixement de la zona on es van disputar les finals del campionat de Catalunya, Costa Brava sud, fou determinant per què en Quique Ruiz del Skaphos s'adjudiqués el títol per segon cop.

Destacar el bon paper dels pescadors de l'SPAS en aquesta edició, així doncs, en Xevi Martínez es col·locava en el "Top-Ten" de la pesca submarina catalana en 10è lloc. Dotzè lloc pel Roger Amat que demostrava un cop més que la seva projecció cap amunt no té límits. Catorzena posició pel Jaume Raventós, que per indisposició a les finals s'hagué de retirar a la primera mànega, i tancant un 16è lloc pel Jesús Canales.



ACCIDENTS DE DESCOMPRESSIÓ PRACTICANT PESCA SUBMARINA.

Xerrada amb Javi López, membre de la Selecció Espanyola de Pesca Submarina



"Cal tenir en compte que es pot tenir un accident pescant a només 20 metres de profunditat, portant un ritme alt de pesca."

Aquest any, hem tingut coneixement de diversos casos d'accidents de descompressió practicant pesca submarina, motivats principalment, perquè actualment són cada vegada més els pescadors que aconseguixen cotes cada cop més profundes.

Aquest és un tema preocupant, per la qual cosa convé que es doni a conèixer, i intentar esbrinar els motius que ho causen i sobretot com prevenir-ho. Per això, hem tingut el plaer de realitzar una breu xerrada amb Javi López, membre de la selecció espanyola de pesca submarina, i conegut pescador de fons, perquè ens amplii els coneixements sobre aquest tipus d'accident, i les pautes que cal seguir per evitar-ho.

Els accidents de descompressió en apnea es donen per l'acumulació de nitrogen a la sang, ocasionat per pescar a certa profunditat i a un ritme elevat, amb curtes estades de recuperació en superfície.

Segons en Javi, "cal mirar dues coses, si és un pescador que hi va diversos dies seguits i si hi va un cop per setmana. Si va diversos dies cal mirar quantes baixades realitza per dia; cal tenir en compte que es pot tenir un accident pescant a només 20 metres de profunditat, portant un

ritme alt de pesca. Per ritme alt em refereixo a realitzar apnees d'un, dos minuts, i recuperacions molt ràpides entre 20 i 50 segons.

El ritme alt solament l'aconsello per a les competicions, per a una sortida de pesca, i a profunditats que voregin els 25 metres de profunditat; convé estar entre 3 i 5 minuts de recuperació en superfície, sobretot si s'ha d'anar diversos dies seguits a pescar, ja que el nitrogen es va acumulant a la sang".

Fa uns anys, es realitzà un estudi amb pescadors submarins de Balears, per determinar unes taules de descompressió en apnea, no obstant això, actualment les cotes aconseguides són cada vegada majors, és per això que Javi segueix la següent rutina "cal tenir en compte que cada cos és diferent, però quan jo vaig a pescar profund, segueixo la següent rutina: pescant entre 35-38 metres, estic 8 minuts en superfície; de 38-45 metres uns 12 minuts; de 45-48 metres uns 15 minuts, i quan toco els 50 metres estic 18-20 minuts.

A més no supero les 25 baixades per dia quan vaig dos dies seguits, i al tercer descans. També aconsello portar un OXIPORT (oxigen portàtil) a la barca per si fes mancada, i desaconsello anar a pescar a poca aigua, després anar a pescar a profunditat, i tornar a pescar a poca aigua per allargar la jornada de pesca, perquè se segueixi acumulant".

Moltes gràcies pels teus consells, esperem que siguin d'utilitat.

Jaume Raventós
Pescador de competició



CAMPIONAT D'ESPANYA DE CLUBS 2010 CADIS



"Hi havia motivació, material a dojo, temps per buscar, un bon equip de bons pescadors i amb un nivell molt alt d'entrenament"

El passat 25 de juliol es va celebrar en aigües de Cadis el Campionat d'Espanya de Clubs. L'equip de l'SPAS, format per en David Garrés, Xevi Martínez i Jaume Raventós, com a equip campió de Catalunya, va participar en aquest campionat obtenint la 16a posició. No va ser òbviament el resultat desitjat. Posteriorment, hem tingut el plaer de parlar amb un dels components, en David Garrés, per a que ens expliqués una mica com va anar tot plegat.

Hola David, suposo que després de guanyar el campionat de Catalunya de manera clara, la intenció era fer un bon paper al nacional. Quina anàlisi fas del resultat assolit?

Com bé dius tu, la motivació, després del triomf a Catalunya, estava pels núvols. El que vam fer és desplaçar-nos amb prou dies d'antelació per tal de preparar la zona amb calma i detall. No se'ns escapava que el lloc era molt complicat: aigües brutes, corrents, moviments del peix, etc.

El resultat final no va ser satisfactori, i no ho dic tant per la posició a la taula de classificació sinó per la pescada. El consol que ens va quedar fou que el treball durant la setmana prèvia va ser molt constant i rigorós. I aquest és el valor que li donem a la nostra participació.

Explica'ns una mica com era la zona de com-

petició: Profunditat, corrent, espècies, neteja de les aigües...

El primer que vam fer és consultar les cartes marines. Llavors, fragmentar la zona en tres parts, ja que la seva llargada superava els vint quilòmetres. També, per fer-vos una idea, el pendent era molt suau, pel que una fondària de vint-i-cinc metres es trobava a més de vuit milles mar endins. Una extensió enorme!

Quant a la visibilitat de l'aigua, no superava els dos metres els primers dies. Fes-te una idea. Més cap al final de la setmana, i en alguns indrets, podia millorar i situar-se, la visibilitat entorn dels quatre o cinc metres.

El tema corrent també hi entrava en joc. No és una zona de l'Estret de Gibraltar on el corrent sigui molt fort, però té un pes molt significatiu, i es clar, inevitablement t'has de deixar portar pel mateix. Aquí entra en joc la barca, és aquesta la que t'ha de remuntar i posar-te a sobre del lloc que vols, bé una mica més endavant. Si intentaves aguantar el corrent nedant al cap d'una hora les teves apnees no superaven el minut.

Pel que fa a les espècies, a part de les que ja coneixem a casa, cal afegir l'urta, que és una barreja entre sard soldat i orada. Les corbines i els borriquetes, que són semblats als corballs però foscos i més musculosos. De fet tot el peix d'aquesta zona està molt més fibrat que el del Mediterrani ja que han de lluitar contra el corrent les vint-i-quatre hores del dia.

Pel que fa al seu comportament difereix del que coneixem a Mataró, els corrents els fan que tinguin un caràcter més canviant.

Quants dies i com vareu preparar la zona? Què vareu trobar?

Al contrari que molts equips, no vam tenir gaire bé ajut de cap nadiu, com sol ser habitual en les

proves importants, així que, vam dividir la zona en tres parts per dedicar un dia a cadascuna d'elles i decidir després en quina intensificar la recerca els tres dies restants.

El primer que volíem aconseguir era adaptar-nos al lloc, tot ens era nou, tot i que ja havíem anat a pescar en zones properes a aquesta zona altres anys.

Una altra sorpresa va ser el trobar en la zona de la prova tot el fons rocós i això ens trencava els esquemes d'allò que estem acostumats.

Posats en feina, i ja a dalt de la barca no tocava més remei que dedicar moltes hores de sonda buscant baixos, graons, sorrals, alguers o qualsevol cosa que ens donés pistes de a on parava el peix. Un cop dins de l'aigua no es veia cap peix puntuable, recordem que el pes mínim era d'un quilo.

Un vegada finalitzat el tercer dia, la moral no estava gaire alta.



"Una altra sorpresa va ser el trobar en la zona de la prova tot el fons rocós i això ens trencava els esquemes d'allò que estem acostumats."

El dia de la prova teníem un punt per on començar a pescar i a on hi havia una veritable família de borriquetes, amb exemplars de fins a quatre quilos. Aquest era el nostre millor punt.

Dit i fet, fem la primera baixada i tot el que vam veure van ser exemplars petits. Vist que allà no hi faríem res de res, l'estratègia era canviar de lloc i provar en altres indrets on s'havia vist algun peix.

Al final del campionat, poca cosa, quatre peixos al sac. Això sí, molt de cansament físic per l'alt ritme que ens vam imposar durant la prova. La constant de pescar a vint metres era de vertigen!

Suposo que esperàveu fer més bon paper, creus que es va fer alguna cosa malament ?

L'únic que ens va faltar va ser l'experiència. Hi havia motivació, material a dojo, temps per buscar, un bon equip de bons pescadors i amb un nivell molt alt d'entrenament.

Sempre dic el mateix: "Si hi tornés a anar ho faria millor".

És el teu segon nacional a nivell de clubs, quin consell donaries als nostres pescadors de cara a campionats d'aquest tipus?

Cap consell concret, tan sols que no tinguin un lloc habitual de pesca, sinó que surtin a pescar allà on sigui, per tal de conèixer moltes situacions diferents; peixos, fons, llocs amb abundància de peix i llocs a on sigui gairebé impossible pescar-ne un. És la manera d'adquirir coneixements per treure un bon resultat en competició. Per cert, sí que tinc un consell concret: moltes hores de sonda, moltes, i encara més d'aigua.

Alguna cosa a afegir?

Sí, tot i el resultat en competició, la sortida ha estat un èxit quant a experiència i ha estat gràcies a la gran amistat que uneix els components d'aquest equip. Gràcies Jaume i Xevi per gaudir amb mi d'aquesta sortida. I com no, gràcies al club per ajudar-nos en moltes tasques, tant administratives com econòmiques.

Moltes gràcies per tot David.

Jaume Raventós
Pescador de competició



CAMPIONAT D'ESPANYA DE CLUBS PESCA SUBMARINA A CADIS.

Entrevista amb Jorge Benítez, campió d'Espanya d'equips 2009 i 2010.



"Penso que el fet de partir com a favorit no li afavoreix a ningú, qualsevol que treballi una zona pot fer millor paper que el local"

El passat 25 de Juliol es va celebrar en aigües de la bonica ciutat de Cadis, el Campionat d'Espanya de Clubs, en el qual l'equip format per Alberto Rodríguez i Jorge Benítez del Real Club Nàutic de Cadis, es va proclamar Campió d'Espanya, repetint el triomf aconseguit l'any anterior en aigües de Mataró i demostrant que a dia d'avui, són la parella més forta en l'àmbit nacional.

Hem tingut el plaer de poder dialogar amb Jorge Benítez, i fer-li unes preguntes relacionades amb aquest Campionat:

Hola Jorge, abans de tot felicitar-vos a tu i a Alberto, per repetir triomf en un nacional, defensàveu el títol de l'any anterior i éreu els

locals i màxims favorits, com vàreu preparar aquest Campionat?

Moltes gràcies abans de res. La costa de la zona de Cadis està sent molt explotada per pescadors professionals amb tremalls i palangres, la qual cosa ha suposat que d'un any per a un altre s'acusi de forma molt important la carestia de peixos. Això ha fet que tractéssim la zona com si mai abans hi haguéssim pescat, per la qual cosa vam haver de dedicar-li moltes hores ja que la zona que van proposar era bastant gran. D'altra banda, el que el campionat l'organitzessin a Cadis ens feia estar més motivats si cap, ja que aquesta gent sempre s'ha portat molt bé amb nosaltres i encara que no és la nostra ens fan sentir com a casa.

Ens pots explicar una mica, com és la zona, si afecten els corrents de l'estret, profunditat, visibilitat, i que tipus de captures esperàveu realitzar.

Van proposar una zona bastant gran, perquè no hi hagués problemes per falta d'espai, ni llocs per fer tot tipus d'estils de pesca. De Cadis es parteix amb l'handicap que és una zona d'aigües bastant tèrboles, amb corrents importants, que a més influeixen molt en el comportament dels peixos, però amb l'al·licient que no és necessari pescar molt profund per fer bones captures. El fet de la sobreexplotació d'aquestes aigües ha fet que haguéssim de plantejar la jornada de forma diferent a altres anys, ja que en altres ocasions el més habitual era pescar "borriquetes", però tal és el problema que aquesta espècie cada vegada és més complicada de trobar, per la qual cosa vam fer un plantejament de pesca més dinàmic. Al llarg de les jornades de preparació, comptàvem amb que s'agafaria alguna captura molt gran, atès que la temperatura de l'aigua era molt bona i no és rar trobar-

se amb espècies com el peix llimona, que pot arribar a donar una talla considerable.

-Tot i ser els locals i màxims favorits, els campionats de vegades no surten com es preparen. Us preocupava alguna cosa, nervis, visibilitat de l'aigua, marcatges, corrent?

Penso que el fet de partir com a favorits no li afavoreix a ningú, qualsevol que treballi una zona pot fer millor paper que el local, ja que crec que el local parteix amb uns vicis i idees preconcebudes que de no ser llest li poden perjudicar. A més, hi ha aquell que ve a passar l'estona o intenta afavorir a algú afí que creu que pugui

no era del tot dolenta, ens feia pensar que poguéssim tenir problemes per la visibilitat, atès que dies abans de la competició la visibilitat era bastant reduïda i el perill de pescar braç a braç amb aquestes condicions ens espantava. Vam estar provant el pescar amb vestits pintats de colors cridaners, per així reduir el risc de donar-nos un tir, ja que sabem que si hi havia marcatges hi hauria nervis i amb tan poca visibilitat era millor reduir riscos.

Explica'ns una mica, com va ser el dia de la competició, si vàreu trobar tot el peix que teníeu reconegut, profunditat i quines peces vàreu agafar.

Des del principi va ser la cosa una mica a contra peu, ja que les condicions de l'aigua ens perjudicaven i els peixos que coneixíem no estaven. L'única cosa que havíem de fer era aguantar, fer el major nombre de peces possibles i rebutjar la idea d'esperar els més grans. Durant tota la prova no pesquem molt profund, no arribant a anar més enllà dels 25 metres, ja que, com abans he comentat, no és necessari. Al llarg de la prova ens anàvem movent de senyal en senyal, agafant un o dos peixos per marca, ja que en molts llocs hi havia absència total de peixos.

Alguna anècdota del dia de la competició, alguna gran captura perduda o si us va afectar el trencament de la direcció del motor.

En aquest campionat no hem sofert la pèrdua de cap peça de rellevància, encara sort ha,ha,ha. El que passà amb la direcció és que el vaixell portava pocs dies muntat i es veu que va haver-hi un desajustament en un dels "latiguillos" del volant. Al llarg de la prova anàvem perdent govern de la barca, la qual cosa feia que cada vegada fos més complicat desplaçar-nos, arribant a pocs minuts del final a perdre el govern total de l'embarcació. Va ser complicat perquè les coses no se'ns estaven pintant fàcils, pocs peixos en els senyals, molts desplaçaments i a més perduda del govern, buf... Si això et passa un dia qualsevol doncs bé, però en un nacional la cosa es complica.



"Sincerament, jo mai m'havia proposat ni competir i ara em veig amb dos nacionals seguits."

tenir més possibilitats, per la qual cosa s'està exposat al fet que a un l'emprenyin. Però crec que això no és per res dolent, penso que un ha d'aprendre a contenir-se, a ser més intel·ligent i fred que l'altre, per la qual cosa al final segur que se li pot treure algun profit. D'altra banda estava el tema de la predicció, que encara que

Porteu dos nacionals bestials seguits, teniu pensat anar pel tercer? Es parla que es farà a Canàries.

Sincerament, jo mai m'havia proposat ni competir i ara em veig amb dos nacionals seguits. Jo no sé si vindrà el tercer o el que sigui, però sé que seguirem pescant perquè ens agrada, perquè ens ho passem fenomenal estant junts i a més ens va bé. Lògicament és molt difícil, ja que el nivell dels esportistes espanyols és increïble i no és gens fàcil aconseguir coses així.

Se sent que ho volen organitzar a Las Palmas que, és un lloc genial. L'única cosa que espero és, que no facin un altre campionat de brunes o ballestes. Segur que Canàries organitzarà un esdeveniment bonic, on els esportistes puguin fer una pesca de qualitat i no una recollida de congres i brunes que l'única cosa que ens dóna és mala premsa.

I per acabar, què et van semblar les aigües de Mataró.

A dia d'avui et diré que ha estat el campionat més rellevant de la meua vida, pel dur que va ser, pel bonic, pel que vam gaudir i pel que ens va unir a Alberto i a mi. Vam passar moments molt bonics allí, però també molt durs, perquè sabíem que per estar bé en la taula haviem d'estrènyer. El lloc era espectacular, els peixos eren els nostres i a més gairebé sense marea. Crec que vam poder gaudir d'un esdeveniment 10, per tot el que ho envoltà, ja que a més de les condicions, l'organització va estar a l'altura no d'un nacional, sinó de molt més. Mataró queda en la meua retina com un lloc de somni.

Moltes gràcies per atendre'ns Jorge, i felicitacions per aquesta nova victòria.

Jaume Raventós
Pescador de competició



Port i Mataró



CONSORCI GENERALITAT DE CATALUNYA
I AJUNTAMENT DE MATARÓ

**Venda i lloguer
d'amarraments,
pallols i aparcaments**

Amplia oferta de serveis:

Nàutiques, varador, restaurants, bars,
submarinisme, escoles nàutiques, vela, pesca, etc.

Passeig del Callao, s/n. - 08301 Mataró

Tels. 93 755 09 61 - Fax 93 790 29 42

a/e: info@portmataro.com

www.portmataro.com

Oficina de vendes al mateix port

Horari d'oficines: Dill.-Dv. 9.30-13 i 15-19

NÀUTICA MATARÓ

AGENTE OFICIAL

**Evinrude
Johnson**



SERVICIO TÉCNICO

VOLVO PENTA

2.5 MARINER



Port de Mataró, local 42 · MATARÓ

Tel. 93 790 29 17 · Fax 93 790 14 07

www.nauticamataro.com

e-mail: info@nauticamataro.com

PESCA EN L'ESTRET, AGOST 2010

Aquest any es va celebrar en aigües de Cadis el campionat nacional de pesca submarina per equips, en el qual, com en altres edicions recents, va estar representat el Club SPAS amb un equip format per tres integrants. A través d'ells i de les seves experiències per aquelles aigües vaig poder contactar amb un altre company de pesca de la localitat, concretament dels voltants de Conil de la Frontera.

La veritat és que després d'obtenir el seu número de telèfon no vaig haver d'insistir massa perquè s'oferís amablement a acompanyar-me en les meves sortides de pesca per la zona si finalment em decidia a anar de vacances a Cadis.

Tal dit tal fet. Aquest estiu, part de les meves vacances van ser orientades cap a la costa gaditana, en un petit poblet que no distava més de vint minuts de Conil i a uns cinquanta minuts de Cadis, el seu nom Benalup - Casas Viejas.

L'endemà d'arribar i amb tota la meva il·lusió desbordada per provar la riquesa de la costa gaditana, concretament a l'estret, ja estava avisant qui anava a ser el meu company, el meu guia i el meu mestre; i a més així ho pensava ja que hauria d'aprendre a marxar forçades a pescar en "l'estret", manejant-me amb els corrents, la vaciante, la llenante, etc. Crec que per a tots aquells que ens apassiona la pesca submarina, parlar de el "estret" és, a nivell nacional, parlar de el "sant sanctorum" quant a la pesca submarina es refereix, la panacea. Tots hem vist nombrosos vídeos de la zona on els més prestigiosos pescadors locals ens han posat multitud de vegades les dents llargues i l'adrenalina pels núvols oferint-nos bellíssimes imatges de múltiples captures.

Doncs el meu amic Víctor allí estava, esperant-me al Port de Conil poc abans de l'hora. L'embarcació botada, les "andròmines" estivades en la barca i fins i tot el barquer, el seu fill, un futur pescador que, segurament, donarà que parlar doncs il·lusió malbarata a dolls el xaval.



Després d'equipar-nos adequadament, i donades les dates, ple mes d'Agost, vaig optar per vestit complet de 3 Mm. que no em va fer per res passar fred, es va dirigir el meu guia a una zona a uns 15 Km. mar endins. La primera parada, unes pedres a 18 metres. L'aigua lleugerament tèrbola, corrent com no podia ser d'una altra manera, una balisa a l'aigua per marcar i... a capbussar-se. Al voltant nostre, solament boira i jo, a l'aigua, passant dificultats, un temor m'envaïa en no saber on em trobava, ja que no veia res, no albirava la costa per cap costat i el corrent empenyia amb força allunyant l'embarcació i al barquer. Vaig intentar asserenar-me i repetir en el meu interior les paraules que Víctor em deia en la barca, "mai lluitis contra corrent, utilitza-la per anar cap als peixos". Em vaig asserenar, em vaig concentrar tot el que vaig poder, vaig donar una enorme glopada d'aire i em vaig capbussar, per primera vegada, en aigües de l'estret. Vaig arribar al fons que, a causa de la terbolesa de l'aigua, estava una mica fosc però... la pedra desbordava vida. Veia borriquetes, sards comuns, picudas, sards breados (els

quals no són gens apreciats a la zona) i damunt de la pedra que tenia un desnivell d'uns dos metres, nedaven veloçment diversos déntols i possiblement algun altre peix que no aconseguia identificar. Emocionant, simplement emocionant veure tanta vida, tanta riquesa, tanta varietat. Per cert, al final d'aquestes pedres on es fracturen i es perden amb la sorra, els rogers són... simplement enormes, com sortits del cretàcic o del parc juràssic. Alguns farien possiblement un quilo o més. Vaig capturar algun borriquete però, el meu guia va decidir canviar de zona, buscant una mica de "el seu peix", un nero, una furta, o algun pagre de bona grandària. Ens dirigim cap a un altre de tants "senyals" que albergava el seu GPS i de nou, capbussada de tots dos per tornar a gaudir de les mateixes sensacions que anteriorment, peixos per onsevulla, si bé no tots de l'interès que buscava Víctor.

Així es van anar succeint capbussades en diferents punts, realitzant diverses captures, entre les quals no van faltar dos neros de bona grandària i alguna bella furta, entre d'altres. Us puc assegurar que acabí rendit, ja que el ritme de pesca és bastant elevat i a això se li suma, per afegitó, el corrent, el desconeixement de la zona i de les diferents espècies que podia trobar, el seu comportament etc... a més de la considerable profunditat en la qual ens vam moure les gairebé 8 hores de jornada de pesca, entre els 18 i els 24 metres, trobant en alguns llocs l'aigua amb una visibilitat cristal·lina, alguna cosa inusual a la zona si s'ha de jutjar pels comentaris que proferia Víctor.

Als pocs dies ja estava de nou amb Víctor, aquesta vegada havia quedat a casa seva, en la qual deixem un cotxe i ens dirigim amb un altre, de nou, a la rampa de Conil de la Frontera.

Enfilem en aquesta ocasió cap a un punt concret, mar endins, en el qual el meu amic deia que es podien veure algunes orades de bona grandària i per tant, a provar a veure si la sort somreia. Arribem al "senyal" en qüestió i llançem la imprescindible marcadora. Observem la

força i direcció del corrent i, capbussada. El fons oscil·lava entre els 20 i els 26 metres, marcant en una de les seves cares un pronunciat desnivell. La meua primera immersió i, donat el meu total desconeixement del fons, va fer que caigués en la part més elevada de la pedra, completament plana, per la qual cosa, observant a banda i banda que no hi havia relleu algun en el qual ocultar-me, em vaig posar tombat sobre la mateixa i, en observar al meu voltant, solament veia peixos donant voltes al meu entorn, multitud d'enormes peixos que es movien en cercles. Em vaig adonar que es tractava d'orades, grans orades que nedaven compactes i enmig de les mateixes podia albirar la bella lliurea dels déntols. Després de sortir a la superfície per agafar aire no vaig poder contenir l'emoció compartint amb el meu company l'experiència i ell, lluny d'alegrar-se, amb prou feines va deixar sentir un lament sobre si fugien els déntols era probable que les orades també s'allunyessin de la roca. No hi ha res millor que conèixer la zona i el comportament dels peixos a la mateixa. Res d'això va succeir i en les següents baixades comencem a sumar captures a un bon ritme. Primer capturem algunes peces a l'espera a la vora de la pedra i posteriorment vam donar amb elles enrocades en un dels cants. Eren nombroses i les seves talles rondaven els 4 i 5 quilos, si bé la seva captura es tornà complicada ja que es trobaven en un fons d'uns 25 metres i fins i tot més en les pedres soltes a la sorra, on per cert, capturem algun bell exemplar completament estàtic en el seu interior. La visibilitat en aquesta ocasió no era massa bona i hi havia nombroses partícules en suspensió a l'aigua que no permetien albirar la roca fins a trobar-la-hi a uns 2 o 3 metres de les ulleres. La jornada va donar per conclosa en el moment en què les captures que portàvem eren molt més que suficients per apaivagar els desitjos de qualsevol pescasub i compensava sobradament l'esforç de pescar en aquestes dures aigües.

En aquest segon dia, visitem també les restes d'un vaixell enfonsat en un fons d'uns 17 metres, que estava curull de vida i en el qual vaig tenir l'oportunitat de capturar un bell llobarro

d'uns 3 quilos, que sortí de l'estructura acompanyada de diversos congèneres.

L'experiència d'aquests dos dies pescant en aigües de l'estret, em va fer pensar i reflexionar sobre la duresa d'aquestes aigua. El fons en el qual ens movíem cada dia, amb corrent, supeditats a la imperiosa necessitat de comptar sempre amb un barquer que no es distregui dels pescadors. La necessitat d'afinar la punteria per no errar els trets i assegurar les peces per evitar enrocades, l'exquisit gust per portar el material en òptimes condicions i el no deixar mai gens a l'atzar fan que es valori cadascuna de les captures que s'aconsegueixen en aquestes aigües.

L'estret, com qualsevol altre racó de pesca de la geografia ofereix múltiples opcions però sobre tot em quedo amb una que bé podria resumir tota l'experiència viscuda; aquestes aigües no regalen el seu peix i la seva captura està supeditada a nombrosos factors que s'han de, sens dubte, tenir en compte per aprofitar amb èxit una sortida de caça submarina.

Vull agrair la disposició de l'amic Víctor i del seu fill pel tracte dispensat, la seva ajuda, ensenyament i col·laboració.

Bona Pesca

Esteban Patricio Rey
Pescador de competició



habemus.cat

DISSENY
COMUNICACIÓ
IMPRESA
SERVEIS

uwe®

Kole®

EBARY, S.L.

PRENDES INFANTIL-JUVENIL

Méndez Núñez, 3
Fax 93 757 79 36
Tel. 93 757 79 43
08302 MATARÓ

IX CAMPIONAT A EIVISSA

"MEMORIAL NACHO FERNÁNDEZ".

El dia assenyalat ja està molt a prop. Sabem que en uns dies se celebrarà el IX Memorial Nacho Fernández. I el meu company Xavi Blanco i un servidor ens posem en marxa per poder tenir tot concretat per a aquest dia, ja que el club ens dóna l'oportunitat de participar en el campionat, essent dels primers del club SPAS d'aquest any en el campionat de Catalunya.

En aquesta ocasió decidim traslladar-nos en ferri a Eivissa portant cotxe i barca, per poder mirar algun dia zona i estar més lliures a l'hora de plantejar el campionat.

Degut al mal temps i el vent de la zona del campionat, aquest es trasllada a l'altra punta de l'illa d'Eivissa, a la part nord, una zona completament nova, almenys per a nosaltres. Tres dies abans ens disposem a reconèixer la zona i a descartar llocs de poc interès. En aquest cas poder tenir la nostra pròpia embarcació ens dóna total llibertat de poder anar dins i fora de l'aigua.

Podríem dir que la zona era amb un fons de molta posidònia i enmig sorgien zones de pedra i, en ocasions, una zona de pedra més gran, en una de les barres conegudes per tots els participants. A partir d'aquí, hem de buscar per tota la zona, ja sigui costa o fins a cotes de 30 metres. La zona de què disposem era una zona de peix de vol i peix enrocat.

Les suposicions de poder estar entre els primers era poder fer al voltant de 40 peces puntuables ja que és el que es comentava entre els pescadors. Finalment el dissabte 30 d'octubre a dos quarts de set del matí comencem a preparar-nos, ja que sobre unes trenta embarcacions hem de tirar la barca per una mateixa zona. Al voltant de dos quarts de deu es dóna la sortida en zona neutra de la zona de competició. Tots els participants posen el seu motor a màximes revolucions per poder arribar el més aviat possible a la primera marca. La visibilitat estava sobre els 25 metres, el dia estava ennu-

volat i l'aigua rondant els 19º de temperatura. Mentre transcorria la competició, el número de peces era continu i a un ritme normal fins a poder capturar sobre les 35 peces puntuables per a nosaltres. Al voltant de les tres de la tarda, el temps arriba a la seva fi i ens congreguem en les embarcacions a l'embarcador. La gent comença a comentar les seves captures, totes són peces de port normal, exceptuant un mero de gairebé 5 quilos de Pedro Carbonell i Sanz. També altres participants tenien alguna bonica orada de 2 quilos aproximadament. Oscar i Samuel porten una bona pescada més un mero puntuable. Miguel Galera i el seu company Sergio Castillo també porten més o menys les mateixes peces que nosaltres amb dues congres. I altres eivissencs com Agustín i Javito també tenien les seves boniques peces. Cap a les cinc de la tarda, comença el pesatge de les captures dels participants, les posicions en cap assenyalen que més de 30 peces havien d'estar assegurades. En el pesatge els comentaris se succeeixen i cal dir que els col·laboradors ho van efectuar amb una rapidesa espectacular i sorprenent.

Una particularitat va ser que, en les posicions al capdavant, entre els quarts i tercers classificats, es van quedar a solament cinc grams de diferència els uns dels altres. I que la sort d'agafar un congre en aquestes aigües et donava la possibilitat de puntuar la meitat del seu pes com els va passar a Miguel Galera i Sergio Castillo obtenint més de 4.000 punts per un congre de més de 8 quilos de pes.

Finalment Oscar Cerbantes i Samuel Tomás aconseguixen proclamar-se campions amb 49 peces puntuables i màxim número de peces obtenint el tercer títol d'aquest memorial.

Roger Amat
Pescador de competició

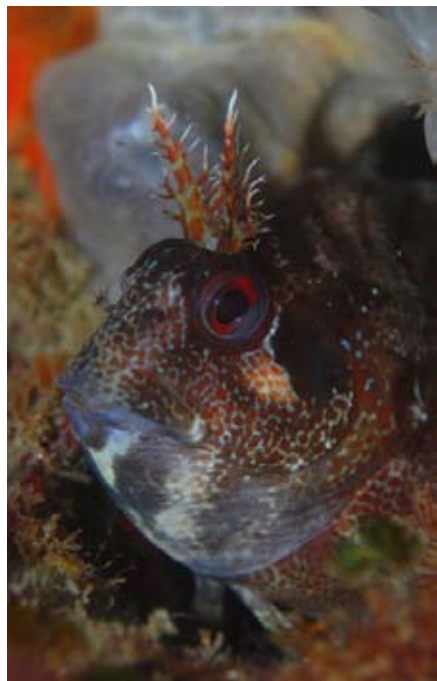


TROFEU SPAS

Pos.	Punts	Coefficient	Nom Fotosub	Club	Acompanyant/Model
1	343	100%	Antonio Fuentes Flores	Ictinio	Toni Paradas
2	337	98,25%	Enric Canher	SPAS	Xavier Seglar
3	334	97,38%	David Antoja Mas	Cn Betulo	Salvador Grangé Rodes
4	333	97,08%	Dani Espinach Garcia	Bcn Dive	Víctor Martínez
5	331	96,50%	Josep Lluís Peralta Rebull	SPAS	Manel Llenas
6	323	94,17%	Francesc Fontanals Villazon	Cn Betulo	Vicente Ruiz Fernandez
7	313	91,25%	José Sanchez	SASBA	Gabi Guinard
8	304	88,63%	Jose M. Campos García	SPAS	Ferran Sanches de la Cruz
9	301	87,76%	Emiliano Blanco Arroyo	SPAS	Agustin Cano González
10	301	87,76%	Manel Calero Segura	Cn Betulo	Lourdes Muñoz Bernabeu
11	282	82,22%	Jordi Canton Padilla	Marina Sub	Marc Brunet Bragulet
12	281	81,92%	Antonio Segura García	SPAS	José Angel Ribas
13	254	74,05%	Jose A. Gimenez Ravelo	Mas buceo	Andreu Company Grau
14	254	74,05%	Angel Luis Serrano Piqueras	Barracuda	Elena Redondo
15	252	73,47%	David Perea Espasa	Ictinio	Anna Repulo
16	250	73,89%	Jose M. Bañez Pelaez	CN Betulo	Jose Ruiz Torrubia
17	246	71,72%	Manel Llenas	CASCB	Josep Lluís Peralta
18	192	55,98%	Miguel Angel Rosa Medina	SPAS	Yolanda Borrás
19	162	47,23%	Joan Carles Coll Fernandez	Yahoooh	Angel Prieto
20	158	46,06%	Roger Punsola Claus	SPAS	Ferran Lopez Cañas
21	106	30,90%	Sergi Raul Gonzalez Patiño	SASBA	Anna Gimenez Ruiz

OPEN BLAUMAR

Pos.	Punts	Coefficient	Nom Fotosub	Club	Acompanyant/Model
1	292	100%	David Antja Mas	Cn Betulo	Salvador Grangé Rodes
2	287	98,29%	Antonio Fuentes Flores	Ictinio	Toni Paradas
3	269	92,12%	Rafael Cosme Daza	Mas buceo	Ana Cosme Daza
4	251	85,96%	Jose M. Campos García	SPAS	Maria Pilar Fabres
5	223	76,37%	Francesc Fontanals Villazón	Cn Betulo	Silvia Egea
6	223	76,37%	Jose Sanchez	SASBA	Paricia Sanchez
7	189	64,73%	Roger Punsola Claus	SPAS	Tom Badia
8	170	58,22%	Jose Antonio Jimenez Ravelo	Orientasub	Andreu Company Grau
9	164	56,16%	Manel Llenas	ACASCB	Susi Navarro
10	155	53,08%	Jose M. Bañez Pelaez	Cn Betulo	Gabriel Guiard
11	139	47,60%	Oscar Montferrer	SPAS	Mireia Calopa
12	102	34,93%	Sergi Raul González Patiño	SASBA	Anna Gimenez Ruiz



Josep Lluís Peralta / trofeu SPAS



Enric Cahner / trofeu SPAS



Jose Mª Campos / Open Blaumar



Jose Mª Campos / Open Blaumar

CAMPIONAT DE CATALUNYA 2010

Pos.	Punts		Nom Fotosub	Club	Acompanyant/Model
1	606		Juan Galamba	CE Ictneo	M. Angels Gil
2	583		Marc Casanovas	SASBA	José Sanchez
3	557		Angel Luis Serrano	Barracuda	Elena Redondo
4	555		David Antoja	Cn Betulo	Salvador Grangé
5	551		Francesc Fontanals	Cn Betulo	Vicente Ruiz
6	550		Manel Calero	Cn Betulo	Lourdes Muñoz
7	542		Antonio Segura	SPAS	Josep Lluís Peralta
8	539		Dani Espinach	BCN Dive	Ignasi Ticó
9	522		Toni Fuentes	Icinio	Toni Paradás
10	514		José M. Campos	SPAS	Ferran Sánchez
11	491		David Perea	Ictinio	Anna Repullo
12	448		José A. Jiménez Ravelo	Orientasub	Andreu Company



Josep Lluís Peralta / trofeu SPAS



Enric Cahner / trofeu SPAS

CAS COSTA BRAVA, L'ESCALA

Els socis José M^a Campos i Pilar Fabres van quedar en segon lloc a la 5a prova de la copa catalana.



José M^a Campos



José M^a Campos

CAMPIONAT D'HIVERN DE L'ICTINIO

Els socis Marc Jiménez i Silvia van quedar en tercer lloc al campionat d'hivern de l'Ictinio.



Marc Jiménez



Marc Jiménez

OPEN NOCTURN DEL MINISUB

Els socis Marc Jiménez i Silvia van quedar en segon lloc al campionat nocturn Minisub.



FESTIVAL INTERNACIONAL MIMA'10

La model Susi Navarro, (sòcia de l'SPAS), juntament amb el fotògraf Francesc Fontanals, es van proclamar campions d'aquest Festival Internacional Med es Imatge i Medi Ambient de Fotografia Subaquàtica.

FOCUS D'ENFOCAMENT PER A LA FOTOGRAFIA SUBMARINA

La gran revolució en els llums d'enfocament, va venir amb la introducció de la gamma Fisheye FIX a l'any 2004. Va ser el producte que va causar una interrupció del corrent principal de les petites llanternes de busseig als llums d'enfocament entre els fotògrafs professionals degut a l'angle i potència lluminosa.

A continuació us mostro un llistat de focus d'enfocament recomanables per a la fotografia submarina que han anat sorgint.

Recentment (TLC) han publicat l'Aqua LED 800 focus i llum de vídeo. La potència màxima és de 800 lúmens de llum, i pot ser atenuada mitjan-

Light & Motion Sola 600 és el més petit i més lleuger en la seva classe. És literalment la meitat del pes i mida del seu competidor més proper. Aquest està completament segellat i provada la profunditat en fàbrica abans de l'enviament. L'interruptor de clau magnètica té tres nivells d'emissió de llum blanca, o premeu de nou per a 200 lúmens de llum vermella que és ideal per enfocar sense espantar. La llum blanca és de 600 lúmens.

Fisheye LED 1000 produeix 1.000 lúmens de 9 LEDs d'alta lluminositat blanca. És submergible a (120 metres) de profunditat, i ara compta amb un sistema molt fàcil d'obrir la tapa posterior de



Light & Motion Sola 600



Aqua LED 800



Fisheye LED 1000

çant un sol botó de control en quatre etapes. Està alimentat per dues bateries de liti recarregables que poden ser reemplaçades, i es troba en una carcassa d'alumini.

la bateria, amb un casquet intern per bloquejar l'entrada d'aigua al llum quan s'obre. Bateria de Liti Ion amb una de durada, 80-30 minuts.

Ferran Sánchez

Cap del departament de
fotosub de l'SPAS



LA LLUM I ELS DIFERENTS TIPUS DE FOTOGRAFIA

Entre els fotògrafs submarins, tant en els àmbits de competició com fora d'ells, està àmpliament admesa la classificació dels diferents tipus de fotografia en tres categories:

Fotografia de fauna, macrofotografia i fotografia d'ambient.

Entre la fotografia de fauna i la fotografia macro, la diferència radica en la relació que hi ha entre el tamany del subjecte a la imatge presa i el tamany real del subjecte. S'admet que quan aquesta relació és 1:5 o més gran estarem parlant de fotografia macro. Això vol dir que un centímetre de la imatge (dins d'un teòric fotograma de 35 x 24 cm) representi 5 centímetres o menys de la realitat.

La tercera categoria, la fotografia d'ambient, es caracteritza perquè quan a la imatge apareixen éssers vius, aquests s'han de veure perfectament ubicats i integrats al seu entorn. Dins aquest tipus de fotografia, el protagonista ha de ser el propi entorn. Això fa que sigui característic d'aquests tipus de fotografia la presència del blau. També queden englobades dins d'aquesta categoria les fotografies en les que apareixen submarinistes; i també en aquest cas la integració i l'harmonia amb l'entorn afegiran valor a la imatge en qüestió.

Si entrem en els detalls tècnics relatius a la il·luminació, a cadascuna de les categories també trobem diferències remarcables.

Podem afirmar que tant a la fotografia de fauna com a la fotografia macro només ens hem de preocupar de controlar l'exposició d'una font de llum sobre la que, a més a més, tenim el control de la pròpia font, normalment el flash. Ben al contrari, en el cas de la fotografia d'ambient, hem d'aconseguir que quedin correctament exposades dues fonts de llum. D'una banda, la llum del flash que il·luminarà i donarà color al primer pla. I d'altra banda la llum natural existent que il·lumina l'entorn fora de l'abast

del nostre flash i que, sobre tot, ens donarà el blau correcte tan important en aquest tipus de fotografia.

En aquest punt explicaré les pautes bàsiques per aconseguir aquest control de la llum.

Donat que la velocitat d'obturació no té incidència per a l'exposició a la llum del flash, la forma d'aconseguir una exposició correcta per a aquesta font de llum és amb l'ajust del diafragma. Un cop hem definit el diafragma correcte d'acord a la llum del flash, mesurem la llum del blau i ajustem la correcta exposició a la llum natural mitjançant la velocitat d'obturació. Hem de dir que normalment per obtenir un blau correcte sempre és recomanable subexposar entre 1 i 2 diafragmes en relació a la mesura presa en el blau.

Una regla mnemotècnica que pot ajudar a recordar el que acabem d'explicar és que amb l'obertura de diafragma (F en el llenguatge fotogràfic) controlem el Flash i amb la velocitat d'obturació (S de l'anglès "speed") controlem la llum del Sol.

Només vull afegir que per als que comencen en el món de la fotografia submarina és altament recomanable començar dominant la tècnica per il·luminar correctament amb la llum del flash, cosa que aconseguirem després d'haver fet uns quants centenars de fotografies de peixos o de macro jugant només amb els diafragmes a una velocitat fixa, per exemple 125, per, tot seguit, començar a obtenir els primers resultats en fotografia d'ambient jugant també amb les velocitats d'obturació.

Marc Giménez
Fotògraf submarí.



CAMPIONAT D'ESPANYA DE CAÇAFOTOSUB EN APNEA



Del 1 al 5 de setembre es va celebrar al municipi de Frontera, El Hierro, el XX Campeonato de España de Cazafotosub en Apnea.

Amb una participació de vint-i-cinc esportistes de vuit comunitats autònomes es va disputar aquest campionat que finalment, per causes meteorològiques, va haver de ser realitzat a la zona de reserva, Caleta. Això va perjudicar clarament una part de la Selecció Catalana que es trobava reconeixent zona amb quinze dies d'antelació, en el lloc on s'hauria d'haver realitzat el campionat, Las Puntas. Tot i així, aquesta petita dotació d'esportistes catalans formada per Susi Navarro, Oscar Sagué i David Mandos se'n va sortir prou bé. La resta de la Selecció Catalana formada per Enrique Diaz, Siscu Diaz, Josep M. Rovirosa, Irene Mestre i Alexandra Prat, arribaren tot just dos dies abans del campionat.

L'èxit rotund de la Selecció Catalana ha estat un cop més la tònica general d'aquesta edició, en la que els catalans es consoliden com la clara potencia nacional d'aquesta modalitat.

Contra tot pronòstic, Oscar Sagué, amb una humil compacta i sense flash extern es proclama Campió d'Espanya, amb 35 espècies vàlides i 597,50 punts. Subcampioni d'Espanya, Juan Ramón Marcelino de la Federació Canària, amb 40 espècies i 562,50 punts. Tercer, Enrique Diaz de la Catalana amb 37 espècies i 559,50 punts.

Els següents catalans a la classificació foren: Josep M. Rovirosa al sisè lloc, amb 34 espècies i 493 punts; Siscu Diaz al setè lloc amb 32 espècies i 479 punts; i David Mandos al vuitè lloc amb 34 espècies i 470'50 punts.

En l'apartat de les femines, Susi Navarro es proclama un cop més Campiona d'Espanya, (per sisena vegada) sent la clara dominadora femenina d'aquesta disciplina i assolint un meritori onzè lloc a la general, amb 33 espècies i 457 punts. Subcampiona d'Espanya Irene Mestre, l'única representant de l'Spas en aquest nacional que se situa al vintè lloc amb 27 espècies i 342,50 punts. Seguida de la canària Sol González, amb 30 espècies i 338 punts. I també seguidament l'altra catalana Alexandra Prat, amb 31 espècies i 337 punts.

Amb aquests resultats, Catalunya es proclama un cop més Campiona per Autonomies, seguida per la Federació Canària i en tercer lloc la Gallega.

A més, els premis a les millors fotos dels diferents coeficients, varen ser tots per a esportistes catalans. Millor foto coeficient 2, una *Mycteroperca fusca* de Josep M. Rovirosa. Millor foto coeficient 1.5, una *Scorpaena maderensis* d'Oscar Sagué. Millor foto coeficient 1, un *Serranus atricauda* de Susi Navarro. El premi a la foto més natural va ser per a l'andalús José Manuel Segura, per una *Mycteroperca fusca*, a la que va enganxar badallant.

Susi Navarro

Campiona d'Espanya de
fotosub en apnea.



CAMPIONAT DE CATALUNYA PFS APNEA

Crec que podem afirmar que aquest ha estat definitivament l'any d'explosió d'aquesta disciplina a casa nostra per diversos motius, com poden ser la xifra rècord de quaranta participants, el fet que hagin estat onze els clubs que han aportat esportistes - entre ells el Ceps que debutaven en la disciplina amb cinc esportistes -, que haguem pogut portar la selecció italiana a participar i gaudir de les nostres finals i que haguem pogut recuperar alguns dels participants de l'època analògica que feia moltes temporades que havien deixat de participar. És un veritable plaer per al nostre club i per a la disciplina en general que hagin tornat a la competició en Juanma Gómez, subcampió d'Espanya a Lanzarote 2001, i la Imma Malé, campiona d'Espanya a Sant Feliu de Guíxols 2003.

Però anem per parts, el 7 de març es disputava la primera selectiva a Palamós, en una zona diferent a la dels anys anteriors i que pels comentaris generals de tothom ha agradat molt més. Malgrat el fred, les condicions foren prou òptimes perquè els vint-i-vuit participants poguessin gaudir d'una bona jornada de fotosub.

Pel que fa a la classificació el vencedor fou en Kike Díaz del Casap amb 39 espècies i 623,5 punts, seguit del seu germà Siscu amb 34 peixos i 560 punts. Contra tot pronòstic, el fotosub de l'Aps Oscar Sagué es col·locà tercer desplaçant a la quarta plaça el seu company de club David Mandos, campió nacional 2009. Toni Salvà aconsegueix una preuada cinquena plaça fruit d'un bon reconeixement previ de zona. La primera femina és Susi Navarro del Cas Costa Brava que assoleix una bona setena plaça. Pel que fa als nostres representants l'Alex Terricabris queda vuitè, José Luis Gómez el 10, Irene Mestre el 14, Juanma Gómez el 15, Ferran Sánchez el 24, Francesc Sánchez el 25, i Oscar Melchor el 26.

El 17 d'abril es disputà la que segurament és la prova més esperada per molts, el Trofeu Medes d'Or, ja que durant cinc hores es pot gaudir

d'aquest fons meravellós que moltes vegades et guarda grates sorpreses sota qualsevol pedra o darrera algunes raconades. Aquest any vam tenir el plus d'aigües netes que ha faltat en les darreres temporades i la veritat és que els trenta-quatre participants que van prendre part gaudiren com nens petits d'una excel·lent diada fotosub, en especial el veterà Juan Sánchez, que s'estrenava en la fotosub i que en finalitzar la prova ens confessava que això era més difícil que pescar.



Pel que fa als resultats, novament tornava a guanyar en Kike amb 42 espècies i 799,5 punts seguit del seu germà Siscu i d'en David Mandos. Quarta plaça per a Toni Salvà de l'Spas, que ens estava demostrant que aquest any volia ser un ferm candidat a ocupar plaça per al nacional. Cinquena fou la Susi Navarro que com sempre treu el cap per les posicions capdavanteres, sisè en Pitu Rovirosa i setena la Irene Mestre, que sorprenentment es situava en el top ten d'una prova selectiva. Pel que fa a la resta de participants del nostre club, en Juanma Gómez aconseguia una molt treballada vuitena plaça, i dic això perquè el vaig veure aprofitar els darrers cinc minuts per fotografiar unes corbes que li faltaven. Enhorabona ja que amb tant sols 34 espècies aconseguia 596 punts, (els deu pri-

mers classificats rondaven o superaven les 40 espècies) cosa que vol dir que presentava molta qualitat fotogràfica. Jose Luis Gómez obtenia la desena plaça i fou qui capturà més espècies amb un total de 43, demostrant que és un dels millors buscant peixos. Ferran Sánchez feia el dotzè amb tan sol 30 espècies, molt bona qualitat Ferran, si senyor!. Alex Terricabris feia el tretzè, mai ha estat la seva prova aquesta, Francesc Sánchez el 22, Juan Sánchez el 32, Imma Malé el 33, i Lola Guerrero el 34.

Amb una classificació que ja començava a cremar, el 23 de maig es disputava l'última selectiva a Mataró, el nostre Trofeu Spas. Les condicions a la boia eren força bones tot i un lleuger corrent i unes aigües una mica tèrboles. El nombre de participants fou de vint-i-quatre i es trobà a faltar la presència de la majoria d'esportistes dels clubs gironins desestimant doncs aquesta prova. En un temps rècord i fora del que sol ser habitual el nostre jurat i biòleg va tenir la feina enllestida en una setmana i d'aquesta manera al cap de deu dies ja teníem la classificació penjada a la web de la Fecdas. El guanyador fou en David Mandos de l'Aps amb 38 peixos i 736 punts, seguit de molt a prop d'en Kike Diaz del Casep. Tercer en Sagué i quart en Pitu Roviro-sa, que anaven acomodant-se a les places pel nacional. Cinquè en Salvà, sisena la Susi i setè en Dani Rico, tots ells separats per molts pocs punts. Pel que fa als nostres representants, Alex el desè, Jose Luis el dotze, Irene el tretze, Juanma el catorze, en Pau Lecina que debutava en la modalitat feia el divuit, Francesc Sánchez el dinou, Juan Sánchez el vint, i Oscar Melchor el vint-i-u.

Un cop acabada la prova varem poder gaudir d'un magnífic pa amb tomàquet i embotits variats al nostre local social mentre en Carles Font i en Jaume Minguell anaven fent la descàrrega de fotos dels participants.

I amb la majoria de fronts oberts arribarem a les tant esperades finals que aquest cop es disputaven a la zona d'Aiguablava. A banda de la competició, es realitzaren una sèrie de reunions

on prengueren part els membres del comitè nacional de caçafotosub, en Jaume Minguell com a responsable del comitè d'imatge, i en Filippo Massari, president del comitè de safari fotosub de la federació italiana. Amb aquest gest es va pretendre comparar i extreure el bo i millor del reglament italià i de l'espanyol per així poder assentar les bases d'un futur reglament internacional reconegut per la CMAS. La veritat és que quan en Jaume ens va exposar a tots els participants les conclusions a què s'havia arribat vam entendre que fèiem un pas important i molt valent cap endavant, valorant molt més la qualitat i penalitzant si cal a l'esportista que intenta colar espècies d'una forma reiterativa com està passant actualment. Caldrà veure com evoluciona tot plegat en els propers mesos.

D'aquesta manera, amb reunions pel mig i la selecció italiana de convidada, el dissabte divuit de juny una munió d'esportistes anaven arribant al menjador de l'hotel on en Carles, en Jaume, i en Filippo anaven verificant les targetes de memòria. Totes les esperances de l'Spas es centraven en Toni Salvà, que arribava sisè a la final i que intentaria de totes totes entrar en les cinc places que donaven dret a viatjar al nacional d'El Hierro.

I així anaren passant les hores, nedant força i revisant els diferents hàbitats on es trobaven les espècies que s'havien localitzat durant les llargues jornades de reconeixement de zona.

Després de dinar, tots davant l'ordinador en una sala habilitada en l'hotel, quarter general, per fer la classificació de les espècies. A partir d'aquí les preguntes de sempre, com t'ha anat?, quantes espècies et surten?, em deixes veure les teves fotos?...i els italians què tal?, doncs la veritat és que les seves fotos feien por, tenien molta qualitat i sort que no van tenir temps de mirar zona que si no encara ens haguessin guanyat. En Salvatore Freni quedaria sisè i Domenico Ruvoletto setè, tots dos amb 37 peixos, lluny dels 40-50 peixos de la majoria de participants. El tercer italià, Daniele Graziano no tenia gaire sort i quedava el 21.

La prova la guanyà novament en Kike Díaz del Casep, proclamant-se campió de Catalunya amb una superioritat quasi insultant, ja que aconseguí 53 espècies i 1179.5 punts. Tot un rècord que ens mostra que any rere any anem descobrint i fotografiant espècies que fins ara eren desconegudes o quasi mai vistes per molts de nosaltres. Segon a la prova fou l'Oscar Sagué amb 49 peixos i 1026.5 punts que amb aquesta magnífica actuació aconseguia un tercer lloc final en el Catalunya i ens mostrava un futur molt prometedor en aquesta disciplina. La sorpresa agradable la donà en Dani Rico, gran mestre de les càmeres compactes, que després d'un temps sense aparèixer en les posicions capdavanteres assolí una excel·lent tercera posició amb 49 peixos i 1000.5 punts que el catapultaven a la sisena plaça del campionat català. Quart en Pitu, que s'assegurava plaça al nacional fruit d'una temporada molt regular, i cinquè en David Mandos. Vuitè el nostre company Toni Salvà que, malgrat aconseguir 45 peixos i 818.5 punts (la puntuació més alta assolida fins ara per ell) quedava fora de les places que donen dret al nacional. Una llàstima ja que s'havia treballat una excel·lent temporada, moltes felicitats Toni. La novena fou la Susi amb 818 punts i el desè fou en Juanma Gómez amb 791.5 punts, demostrant que a mesura que anaven passant les proves s'anava acostant a l'esportista que juntament amb Toni León dominaven la fotosub catalana de finals dels anys noranta. La resta de participants de l'Spas s'anaren repartint per la resta de classificació.

La classificació final del Campionat de Catalunya 2010 quedà de la següent manera:

1. Kike Díaz	Casep	300,00
2. David Mandos	Aps	266,34
3. Oscar Sagué	Aps	261'24
4. Pitu Roviro	Aps	246,71
5. Siscu Díaz	Casep	243,22
6. Dani Rico	Unisub	233,11
7. Toni Salvà	Spas	230,54
8. Susi Navarro	Cas Cb	228,91
9. Alex Terricabris	Spas	205'41
10. Irene Mestre	Spas	201,33

La resta de participants foren: 11 Jose Luis Gómez, 12 Juanma Gómez, 20 Francesc Sánchez, 23 Juan Sánchez, 24 Ferran Sánchez, 28 Oscar Melchor, 34 Pau Lecina, 38 Imma Malé, 39 Lola Guerrero.

En la categoria femenina la Susi Navarro aconseguia el seu desè campionat de Catalunya demostrant que no té rival, mentre que Irene Mestre de l'Spas aconseguia el subcampionat. Cal dir que aquest any han participat vuit fèmies, tot un record.

Pel que fa a la categoria de debutants la clara dominadora fou la Sandra Prat del Geas de Figueres, ja que guanyà totes les proves i a més obtingué un meritori quinze lloc final. El segon classificat fou en Francesc Sánchez de l'Spas, i el tercer la M. Carmen Benítez del Ceps Mataró. Ànims a tots ells i a lluitar a partir d'ara en la categoria sènior.

Pel que fa a la categoria veterans el clar dominador fou en Josep Navarro del Casep seguit del Gabi Sánchez del mateix club. Tercer fou en Juan Sánchez de l'Spas i quart en Manel Llenas del Cas Cb.

Una altra bona notícia fou la participació d'un esportista en categoria juvenil, en Marc Gómez que quedaria el 33 de la general.

Pel que fa al Campionat de Catalunya per equips el campió fou el Casep amb 543,22 punts, seguits de l'Aps amb 527'57, i de l'Spas amb 435,94.

Fins l'any vinent!

Alex Terricabris

Cap de departament de fotosub
en apnea SPAS



CAMPIONAT INTERNACIONAL DE CAÇA FOTOSUB EN APNEA A ITÀLIA

Del 16 al 18 de setembre, a la localitat siciliana d'Acitrezza, es va celebrar el Trofeo Internazionale di Safari Fotosub Apnea, a on varen participar la selecció espanyola de caçafotosub formada pels catalans Susi Navarro i Oscar Sagué, el canari Juan Ramon Marcelino, i el tècnic Carles Font com a capità de la selecció.

Aparentment es tractava d'una competició internacional, però en realitat va ser l'excusa i el context perfecte per discutir i començar a consensuar un reglament internacional que tindrà com a objectiu ser el vàlid per a la 1a competició internacional de caçafotosub apnea organitzat per la CMAS. I així es va fer, italians i espanyols van estar hores i dies esbossant el que podria ser el nou i definitiu reglament per a un campionat mundial CMAS.

Però, tornant al que seria el desenvolupament del campionat, la selecció espanyola va poder gaudir d'un dia d'entrenament oficial a la zona a on es disputaria aquesta competició, l'Àrea Marina Protegida de les Illes Ciclopi. Uns illots situats a pocs metres de la costa davant de la població d'Acitrezza, i a on es podia accedir còmodament nedant. Un paratge amb una gran càrrega d'històries mitològiques, d'aigües clares i càlides (rondaven els 28°), poca fondària (màxim -7 metres, exceptuant les cares exteriors dels illots a on es podien assolir cotes de -22 metres), i lleuger corrent variant segons l'hora del dia, propiciat per l'estret de Messina. Només mullar les ulleres dins l'aigua, el que més va impressionar els esportistes espanyols van ser els diferents espècies i hàbitats tant mediterranis com atlàntics que allà es barrejaven, amb



Preciosa foto d'un nero que va presentar Juan Ramón Marcelino.



L'esquiú sard soldat d'en Tony Palermo, que es va endur la puntuació màxima del campionat.

aquelles latituds mediterrànies i temperatures d'aigua tan càlides. Hi cohabitaven blènnids, gòbids, tota la família dels *Symphodus* típicament mediterranis, amb les "viejas" i d'altres espècies típicament canàries. Tenien la sensació de no saber ben bé a quina part del món (submarí) es trobaven. Com anècdota del dia, just abans d'entrar a l'aigua, en Filippo Massari, seleccionador italià, els hi va fer quatre cèntims del que trobarien: -Hi ha de tot, menys sards soldats, aquí no existeixen. La primera espècie fotografiada només ficar el cap a l'aigua, per la Susi Navarro: un sard soldat. Coses que té la caçafotosub si no arriba a ser per la veracitat que et dóna una foto, encara no s'ho creuen.

L'endemà dia de la competició. Tot perfectament disposat. A primera hora del dia es concentren a la zona de competició seleccionadors i tècnics italians i espanyols, la selecció espanyola (Susi, Oscar i Juan), i una nombrosa selecció dels millors caçafotosubs de la pedrera italiana. La competició s'inicia segons l'horari previst. Tot just cinc minuts de l'inici, la Susi surt de l'aigua demanant ajuda. El seu equip fo-

togràfic s'ha inundat degut al trencament d'un botó de la carcassa i l'amable i sempre atent Filippo Massari intenta ajudar-la eixugant la càmera que, afortunadament, es va salvar. Però malauradament la Susi no va poder continuar la competició amb la qual cosa es quedà sense poder puntuar. Per a la resta de participants tot es va desenvolupar amb normalitat i tothom va esgotar fins els últims segons fotografiant. L'anècdota del sard soldat es repeteix, aquest cop és capturat pel fotògraf italià Tony Palermo. Queda doncs demostrat, existeixen. Sens dubte aquest és un dels grans atractius de la caçafotosub, assolir captures que es creien impossibles. A més, aquesta instantània aconseguida per en Toni Palermo va ser la foto amb la puntuació més alta de la competició i el jurat li va atorgar la puntuació màxima prevista: un 10.

Cal esmentar que el reglament de les competicions italianes difereix sensiblement del nostre, fent que els nostres esportistes s'haguessin d'adaptar a les noves per ells, regles de joc. D'una banda, només es podien realitzar un màxim de 35 espècies; però d'aquestes, només un



La selecció espanyola de caçafotosub apnea. D'esquerra a dreta: Juan Ramón Marcelino, Susi Navarro, Oscar Sagué i el tècnic seleccionador Carles Font.

màxim de 15 podien ser presentades al jurat que les valoraria de 0 a 10, segons la seva qualitat, la resta sumarien només com a fotografies vàlides amb la seva bonificació i coeficient de dificultat corresponent. Per una altra banda, els coeficients de dificultat en el reglament italià varien notablement als nostres, aquells són de 2, 4 i 6, mentre que els nostres són de 1, 1.5 i 2. Això feia replantejar l'estratègia a l'hora de capturar i presentar les diferents espècies pels nostres esportistes, i en això els italians ens portaven clar avantatge.

Un cop escollides i presentades les col·leccions pels esportistes, s'iniciaren les puntuacions. Va quedar demostrat que els italians no només coneixen el seu reglament a la perfecció, si no que a més són uns excel·lents fotògrafs, amb molts anys d'experiència a la caçafotosub i molta qualitat tècnica i criteri propi.

Així doncs la classificació va quedar de la següent manera:

En 1r lloc: Domenico Ruvolo, amb 1.594 punts i 34 espècies. En 2n lloc: Salvatore Freni, amb 1.486 punts i 32 espècies. En 3r lloc: Tony Palermo amb 1.448 punts i 34 espècies. I en el 4t lloc tenim el canari Juan Ramón Marcelino, amb 1.330 punts i 33 espècies, amb una gran qualitat fotogràfica en la seva col·lecció, seguit de l'altre component de la selecció espanyola

i actual campió nacional de caçafoto, el català Oscar Sagué amb 1.194 punts i 35 espècies, essent l'únic participant que va assolir el màxim número de espècies permès.

Així doncs, queda palès que tant l'alta qualitat fotogràfica i la gran experiència acumulada durant molts anys en la pràctica de la caçafotosub, com l'avantatge de jugar a casa dels italians, els va fer assolir els primers llocs a la classificació, però que la selecció espanyola va aconseguir uns meritoris 4t i 5è llocs demostrant tenir un alt nivell gens menyspreable, i sempre ens quedarà el dubte del lloc en la classificació que hagués pogut aconseguir l'altra integrant de la selecció espanyola, Susi Navarro, si no hagués patit la malaurada inundació del seu equip fotogràfic, però això forma part del joc

A destacar en aquesta competició el bon saber fer i la gran hospitalitat italiana, que de la mà del tècnic i seleccionador Filippo Massari i gràcies a les seves in comptables atencions, els nostres esportistes van poder gaudir d'uns dies fantàstics, continuament mimats, amb una molt bona companyia i una experiència inoblidable.

Susi Navarro
Campiona d'Espanya de
fotosub en apnea.



COPA CATALANA PESCAFOTOSUB APNEA 2010

Èxit total de l'SPAS a la Copa Catalana d'enguany.

El passat mes de setembre un total de deu participants es van disputar com cada any la Copa Catalana a dues mànegues. Aquesta vegada es va trobar a faltar la presència d'algunes primeres espases catalanes, segurament degut a què una setmana abans s'havia disputat el campionat nacional a Canàries i això va fer que desistissin a participar. Però bé, tampoc cal restar mèrits als nostres esportistes.

La primera prova l'organitzà com és habitual des de fa un grapat d'anys el club GEAS de Figueres el dia 12 de setembre a Cala Montjoi, Roses. La prova la guanyà la Susi Navarro del CASCB amb 44 peixos i 872,5 punts, seguit de Toni Salvà de l'SPAS amb 45 peixos i 866,5 punts. El tercer fou Alex Terricabris de l'SPAS amb 43 peixos i 787,5 punts. En Ferran Sánchez va fer el vuitè.

Seguidament el club organitzador ens va convidar a un magnífic menú en un restaurant de la comarca. Chapeau!

Segona jornada, 18 de setembre a Sant Feliu de Guíxols. La zona de competició fou la mateixa on s'organitzà el campionat nacional del 2003, i tot i l'entrada de vent a primera hora la petita badia quedava molt arrecerada. El guanyador fou Alex Terricabris de l'SPAS amb 41 peixos i 839 punts, seguit de Toni Salvà de l'SPAS amb 38 peixos i 759 punts. El tercer fou en Josep Navarro del CASEP amb 36 peixos i 675 punts

En finalitzar la prova, el club CASCB ens va convidar tots els participants a un magnífic dinar en un restaurant del port. Moltes gràcies.

Així doncs la classificació general donà com a guanyador de la Copa Catalana 2010 a Alex Terricabris de l'SPAS de Mataró amb un coeficient de 190,30 punts, seguit de molt a prop per Toni Salvà de l'SPAS amb 189,8 punts. El tercer fou en Josep Navarro del CASEP amb 167,2 punts.

I d'aquesta manera ens acomiadem del calendari competitiu del 2010, amb el repartiment de trofeus a la seu de la FECDAS i esperant millorar en tot el que es pugui la temporada vinent. Salut!



Àlex Terricabris

Cap de departament de fotosub
en apnea SPAS



ENTREVISTA AMB IRENE MESTRE SUBCAMPIONA D'ESPANYA DE FOTOSUB EN APNEA.



"Agafar una càmera sota l'aigua ha estat descobrir un món increïble del qual no em puc desenganxar"

En primer lloc felicitats pel subcampionat d'Espanya de fotosub en apnea. Com prova?

Doncs molt bé ja que no m'ho esperava després dels imprevistos que vaig patir amb el meu equip fotogràfic.

Estic molt motivada per continuar donant canya l'any vinent!

Com et vas iniciar en el món de la fotosub en apnea?

Per casualitat. Jo estava fent un curs de pesca submarina aquí al club i van venir a una classe uns quants fotosubs a explicar-nos de què anava tot això. La veritat és que ja m'agradava el món de la fotografia però començar a fer fotosub apnea va ser el millor descobriment per continuar anant a la mar amb més ganes si hi cap. Amb la fotosub sempre m'enduc peixos a casa per gaudir-los, en canvi amb la pesca sub-

marina últimament la cosa estava molt fotuda. Agafar una càmera sota l'aigua ha estat descobrir un món increïble del qual no em puc desenganxar.

Quin és el teu referent com a fotògraf?

M'agrada molt com treballen en Quique Diaz i en Dani Rico. Penso que són un bon model a seguir i sempre que parlem de fotografia aprenem moltíssim d'ells.

Explica'ns quin és el teu entrenament esportiu

Ha, ha, ha!! Entrenament? Jo no segueixo un entrenament. No tinc gaire força de voluntat per seguir un planing diari. Simplement intento anar a l'aigua sempre que puc i practicar al màxim. Aquest és un esport que va adreçat a tothom que ho vulgui, sense limitació d'edat, només s'ha de tenir ganes de passar-s'ho bé.

Ara mateix quins són els teus objectius.

Doncs continuar en la meua línia. Si la feina m'ho permet aniré a les properes competicions i intentaré revalidar el meu subcampionat de Catalunya i d'Espanya, però principalment aniré a passar-m'ho bé.

Què ens pots explicar del nacional que vas anar a El Hierro.

Va ser una experiència increïble que m'agradaria repetir. El Hierro és una illa plena de raconets per descobrir i la seva gent és molt hospitalària. Les seves aigües tenen una temperatura ideal i la fauna és molt variada. No vaig tenir temps de descobrir-ho tot i per això m'agradaria tornar-hi de vacances. Amb els nervis i la concentració del Nacional em van passar molt ràpid els dies. Però la festa final va ser espectacular.

Segur que deus tenir una pila d'anècdotes, explica'ns-en una.

Doncs dos dies abans del campionat, vam anar a buscar unes femelles de tauró toro que rondaven per la zona de Tacorón ja feia més d'un mes. Resulta que estaven embarassades i els hi agrada estar a poca aigua per donar a llum. Quan ja estàvem tots a mar ben organitzats per procedir a la recerca, se m'esgota la bateria i he de sortir a canviar-la; amb les presses i l'emoció del moment no m'hi vaig fixar bé i vaig tancar malament la carcassa. La càmera se'm va ofegar! Estava totalment desconsolada però vaig tenir tot el suport dels altres participants i de la organització el que em va donar força per continuar al Nacional encara que hagués d'anar a l'aigua amb una humil compacta prestada la qual no havia utilitzat mai abans. Però finalment tot l'esforç ha merescut la pena.



Xavier Martínez i Ayuso
Subcampió d'Espanya per equips
de pesca submarina



TROFEU COSTA BRAVA SUD 2010

El 31 de gener a Cala Canyelles es donava el tret de sortida al calendari de pesca fotosub apnea amb la presència de moltes cares noves i il·lusions renovades. El fred i la mar de fons foren els clars protagonistes, cosa que es va notar al final de la prova quant observarem que a l'aigua tant sols quedaven quatre participants intentant fer alguna foto més.

Pel que fa als resultats, com sol ser habitual el primer classificat fou l'Enrique Díaz del Casep amb 542 punts, seguit del seu germà Siscu amb 501. La sorpresa, o no, la donà en Toni Salvà de l'Spas que aconseguia 491,5 punts fruit d'una excel·lent estratègia i coneixement de la zona i que ens demostrava que aquest podia ser el seu any de consolidació en els primers llocs de la disciplina. El quart fou la Susi Navarro i cin-

què en David Mandos. Pel que fa a la resta de participants de l'Spas, sisè Jose Luis Gomez, setè Alex Terricabris, onzè Ferràn Sànchez,, dotzè Juanma Gomez, i dissetè Oscar Melchor.

Val a dir que en aquestes proves tipus open es sol premiar a les millors fotos de cada coeficient i en aquest cas en Juanma Gomez de l'Spas va obtenir la millor foto de coef. 2 amb un sard. Al finalitzar la prova el club Cesub Girona ens oferí un refrigeri mentre donava els trofeus de la prova de l'any anterior.

Àlex Terricabris

Cap de departament de fotosub
en apnea SPAS



Tallers

GIL-BO, S.A

SERVEIS DE MECANITZACIÓ

c/ La Resseguidora, 8

08302 **Mataró** (Barcelona)

Pol. Ind. Les Hortes del Camí Ral

Tel. **93 741 48 06**

Fax **93 741 48 07**

E-mail: **gil-bo@gil-bo.com**

Gabinet Ayuso

Xavier Martínez i Ayuso

Economista

Camí Ral, 33 baix

08301 Mataró

Tel. 93 790 85 95

Fax 93 755 31 04

ayuso@economistes.cat

ENTREVISTA AMB SALVADOR PUNSOLA PRESIDENT DE LA FECDAS.



“Catalunya sempre ha estat un referent en les activitats subaquàtiques a tot l’estat”

El teu ha estat un viatge al llarg dels anys, dels càrrecs i dels llocs. Qui és en Salvador Punsola després de tot aquest recorregut?

Crec que l’edat, i en conseqüència el temps que va passant, i les situacions que et vas trobant, et va donant una visió més àmplia del que és el món en general, però sobretot el món més proper que t’envolta. Això fa que entenguis més les coses i a mi, personalment, m’ha accentuat la intolerància cap als intolerants. Dit així sembla incongruent i, segurament, es pot expressar millor, però crec que hem de ser més tolerants amb moltes coses i intolerants amb d’altres com la injustícia, la misèria, les guerres, l’exploatació de l’home per l’home, etcètera.

Parla’ns una mica de tu, dels teus orígens dins del món de les subaquàtiques.

La meua mare de molt petit ja em portava a mar i era una cosa que m’atreia moltíssim. Les meves primeres ulleres les vaig estrenar i perdre el mateix dia. Estava a la platja a Mataró, a la zona de la càrrega amb la meua mare i feia una mica de tràngol; l’aigua era bruta, però jo les volia estrenar, i bo i els consells de la meua mare, vaig posar-me a pet d’ones i, naturalment, l’enfarinada de sorra va ser descomunal. Vaig sortir amb els “Meybas” mig caiguts i plens de sorra, no sé si tenia amb prou feines vuit o deu anys.

Amb quinze anys vaig conèixer l’Anna Maria, i va ser aleshores quan, amb la seva família, vaig conèixer un altre tipus d’anar a mar. El seu pare, en Joan Claus, persona molt coneguda i apreciada que havia estat vicepresident de l’SPAS, em va portar amb ulleres, tub i aletes per davant de l’Hotel Castell de Mata, Casa Blanca, les puntes

de Caldetes, Melodies, etcètera. I vaig anar entrant en el cercle del mar que t'atrapa, amb persones com Barnada, "Maño", Sixto, Serra, Toni, Floriach, Gil,s, "Che" i molts companys més que ara no em vénen al cap, i que em van anar ensenyant tantes i tantes coses.

L'etapa de president de l'SPAS, va ser llarga i va ser un moment de molts canvis a dins del club. Quins hi posaries com a més destacats?

La veritat es que podríem estar parlant hores i hores. Els records dolents els anem oblidant, i ens queden els bons moments com el canvi de la seu social de l'SPAS de l'avinguda Maresme al Port de Mataró i la seva inauguració; el Campionat d'Espanya de 1994 en què va guanyar l'SPAS - aquest va ser un fet històric per a l'entitat -; la celebració del 40è aniversari de l'SPAS; l'Organització de moltes competicions de Campionat de Catalunya de diferents disciplines; però, sobretot, el que queda són moments entranyables de relació amb els companys. Ja més recentment i sent presidenta l'Anna Maria Claus, crec que recordaré força temps l'organització del seguit d'actes del 50è aniversari, entre els que destaca el de l'organització del Campionat d'Espanya de Clubs i la publicació del llibre EL MAR DE MATARÓ, SPAS 1959-2009.

D'aquí vas a la FECDAS i et situes al capdavant. Com trobes la Federació i quins impulsos hi vas donar?

Aquest fet va ser de rebot, doncs mai m'havia plantejat l'anar a la Federació. Eren moments difícils per a la Federació. El Xavi Duran va creure que a la seva junta faltava un representant d'un club com l'SPAS que aglutinava tant a pescadors com bussejadors, i on el seu primer eslògan era i segueix sent, el respecte per totes les disciplines i els seus practicants. Ho vaig demanar fins a tres persones de l'SPAS per veure si hi volien anar, però van dir que no. Aleshores el Xavi em va dir que de fet volia que fos jo qui hi anés. Vaig acceptar, encara que no veia què podria fer per la FECDAS. El Xavi em va situar

com a vicepresident. Al cap d'uns tres anys ell es va presentar a les eleccions a la Federació Espanyola i va guanyar-les, deixant el càrrec de president de la FECDAS.

Aleshores vaig seguir amb la tasca que ell havia iniciat, com el nou local social a la zona Fòrum, la racionalització del mitjans disponibles, la signatura de convenis amb diferents administracions que ens ha portat a tenir una mica més de reconeixement institucional. Posar a les mans dels que estan treballant per la FECDAS, per als clubs afiliats i també per als federats, l'eina de l'Intranet de FECDAS, cosa que havia sigut un objectiu i ara és una realitat.

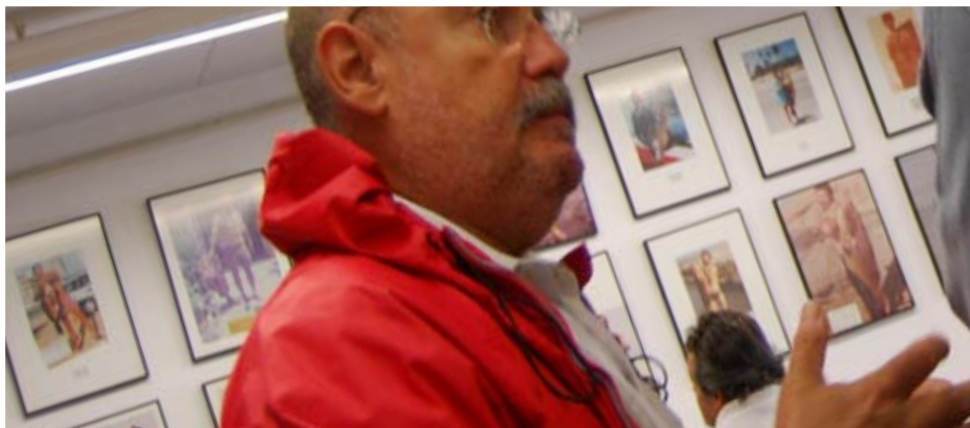
Un tema molt important per a la família subaquàtica en el nostre país, és el projecte del subaquòdrom. La realització d'aquest projecte està parat degut a la gran crisi mundial. El subaquòdrom és un espai d'aigua tancat dedicat a totes les activitats subaquàtiques actualment conegudes que es puguin fer en aigües tancades. Podríem dir que és una piscina elevada amb una paret de vidre.

Ara que l'ensenyament de monitors i instructors està en mans del Departament d'Educació de la Generalitat de Catalunya, passant a ser Tècnics d'Esports, l'objectiu - del que ja es va veient la llum- és aconseguir el reconeixement oficial com a Escola de Tècnics d'Esport. Això és un repte importantíssim, i farà que seguim sent un referent a nivell estatal.

A la FECDAS hi veiem noves seccions, nous departaments, noves maneres de veure el que és i es pot fer sota aigua. Explica'ns aquestes novetats.

La FECDAS és la principal representació a Catalunya de totes les activitats subaquàtiques no professionals. Com a tal, tenim l'obligació d'organitzar juntament amb les administracions, les activitats subaquàtiques en el nostre país.

Hem d'intentar deixar als nostres descendents en les millors condicions possibles l'espai natu-



ral que utilitzem. I aconseguir espais artificials com piscines, pous de busseig, subaquòdroms, on els nostres descendents puguin seguir fent i ampliant les activitats subaquàtiques en el nostre país.

Dues de les últimes incorporacions són el departament de Medi ambient, (abans era de Biologia), i el departament de Protecció del Patrimoni Arqueològic Subaquàtic.

Darrerament es donen molt bons resultats a nivell esportiu en l'àmbit català en totes les disciplines, i es van consolidant any rere any . A què ho atribueixes?

Catalunya sempre ha estat un referent en les activitats subaquàtiques a tot l'estat. No en vam ser els pioners. Desgraciadament, els mitjans de què disposa Catalunya per a l'esport, no són els que els esportistes creiem que haurien de ser. Mira, una vegada un polític de Mataró va dir una gran veritat, i és que la pràctica de l'esport evita el sedentarisme i les malalties derivades. Això hauria de ser un tema del Departament de Salut.

És una situació anòmla que s'hagin d'organitzar els diferents esports des del voluntariat i amb poquíssims recursos. Cal reconèixer que darrerament la Generalitat de Catalunya ha fet un esforç, però el percentatge és encara molt minso pel que hauria de ser.

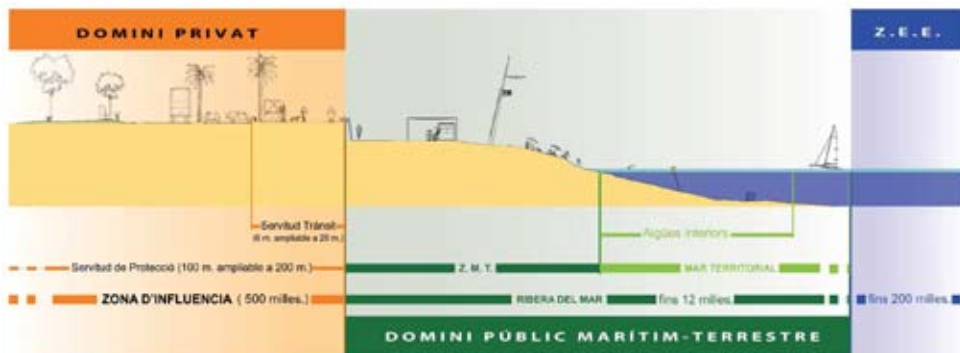
"És igual el que faci o a on estigui, el que vull és ser-hi com a practicant de qualsevol de les disciplines"

Digues-nos quins projectes creus que podem treballar juntament amb les administracions per tal de millorar i aprofitar els recursos d'ambdues institucions.

Un dels problemes és precisament el plural "administracions". Si a terra ferma era i encara és una disbauxa el tema de les administracions, a mar ja és delirant. Sé que hauria de ser molt més breu però voldria deixar clar com tenen organitzat els polítics el tema. No em voldria deixar cap administració o bé confondre les seves eines com administració, però ho intentaré amb l'ajut d'un gràfic facilitat per Barcelona Regional.

Les administracions que tenen competències en l'esport i/o en l'entorn en què es practiquen les activitats subaquàtiques per part de la Generalitat de Catalunya són:

- Secretaria General de l'Esport
- Departament d'Agricultura, Alimentació i Acció Rural
- Departament de Medi Ambient i Habitatge
- Direcció General de Ports, Aeroports i Costes
- Departament d'Educació
- Ajuntaments



La complexitat jurídic-administratiu del litoral és fa palès amb les limitacions del domini públic marítim-terrestre.

Font: Barcelona Regional

Les administracions que tenen competències en l'esport i/o en l'entorn en què es practiquen les activitats subaquàtiques per part del Govern d'Espanya són:

- Consejo Superior de Deportes
- Ministerio de Medio Ambiente, Medio Rural y Marino
- Capitanías Marítimas

Crec que un estat federal, i una millor coordinació entre les nostres administracions, ajudaria molt al desenvolupament de l'esport català.

Sé que estàs molt preocupat pel medi ambient. Què podem fer des de la nostra petita parcel·la? Quines iniciatives podríem promoure?

Crec que és una qüestió d'educació. Observo que la majoria de nosaltres tenim un comportament prou correcte i si fem alguna cosa mal feta sol ser per desconeixement, per la qual cosa cal ajudar-nos mútuament amb la conscienciació.

Per exemple l'SPAS va organitzar el passat mes de setembre una neteja del fons de Mataró. Aquest fet puntual no era l'objectiu principal. Segurament que el que es pretenia era conscienciar els polítics perquè pensin en la necessitat de la construcció de dipòsits anti DSU. També per mentalitzar el ciutadà de que ha d'evitar actes com tirar una "tirta" al wc, o tirar xiclets

o papers de caramel a terra. I naturalment els participants a la festa de recollida van ajudar el medi ambient d'una manera directa.

Des de la FECDAS, com ho tenim per donar un impuls a les seleccions catalanes de les diverses disciplines que competeixen?

La FECDAS funciona democràticament i està formada pels clubs afiliats, els esportistes federats, i entitats adherides. El treball s'ha d'anar fent a cadascun d'aquests nivells.

Esperem que tots plegats puguem anar avançant i normalitzar un fet que des de Madrid volen aixafar però que és qüestió de temps l'aconseguir-ho.

En aquest país no existirà mai una veritable democràcia si no existeix el dret a decidir.

Per acabar, que ets veus fent en el teu futur per les activitats subaquàtiques?

És igual el que faci o a on estigui, el que vull és ser-hi com a practicant de qualsevol de les disciplines. Sense l'aigua no sabria viure.

Xavier Martínez i Ayuso

President de l'SPAS



L'SPAS ORGANITZA UNA JORNADA DE NETEJA DEL FONS MARÍ DE MATARÓ

Jornada reivindicativa i festiva l'organitzada per l'SPAS el passat 26 de setembre dedicada a la neteja dels fons marins de Mataró. L'objectiu era conscienciar sobre l'important quantitat de residus, altament perillosos, que es llencen al mar. Una trentena de submarinistes es van donar cita durant un matí per tal de recollir tota mena de residus submergits. En total van sortir de sota l'aigua gairebé 200 quilos de deixalles. Entre la brossa que es va recuperar hi havia una gran quantitat de plàstics que provenen del que es tira pel WC. Destaquen, entre el recuperat, tota mena d'estrís com sabates, embolcalls, pneumàtics o pals d'escombra. Aquesta mena de residus provenen, bàsicament, del que es llença a les rieres i que amb les pluges arriba al mar.

L'activitat la va organitzar l'SPAS en col·laboració amb el Consorci Portuari de Mataró, l'Ajuntament, el Departament d'Agricultura Ramaderia i Pesca, l'Agència Catalana de l'Aigua i el centre d'immersió Blaumar. A més, l'Agència Catalana ha cedit una mostra itinerant.



SOCIETAT DE PESCA I ACTIVITATS SUBAQUÀTIQUES

El diumenge dia 17 d'octubre, l'SPAS, juntament amb l'Escola del Mar de Badalona, l'Àrea de Ciutat Sostenible de l'Ajuntament de Mataró, el Departament d'Ecologia de la Universitat de Barcelona, la confraria de pescadors Sant Pere de Mataró, la Secció de Ciències Naturals del Museu de Mataró, el centre de busseig Blaumar, i amb la col·laboració del Consorci Port Mataró, han organitzat la jornada per fer "el seguiment subaquàtic, de l'evolució de la *Posidònia oceànica*" al Camp1 situant a l'alguer del Berruguell.

Els vint bussejadors voluntaris participants van prendre, per catorzena vegada consecutiva, des de que es va començar en el 1997, les dades necessàries per seguir fent la valoració anual de l'estat de la posidònia.

Aquestes dades, que es refereixen a l'enterrament, la densitat i la cobertura, són un indicador mediambiental importantíssim per saber la qualitat de l'aigua i de l'entorn. Les dades un cop tractades s'afegiran a les gràfiques exis-

tents per fer la comparativa de l'evolució de la praderia.

L'equip de seguiment de l'SPAS va detectar que la praderia de la posidònia en aquesta zona, que es troba a uns 12 metres de fons, està molt malmesa després del darrer temporal del pont del Pilar. El motiu, bàsicament, és que el fort temporal que es va registrar per Sant Esteve de 2008 va descalçar la praderia fins a deixar-la molt al descobert; i això ha provocat que no tinguí pràcticament cap mena de defensa de cara a aguantar els temporals normals que es donen totes les tardors, com ha estat aquest darrer.

L'SPAS alerta, com ve dient des de fa molts anys, que les actuacions en regeneracions de platges, tal com es fan, no serveixen per a res, i que en qualsevol cas s'ha de tenir molt present que la nostra costa és molt sensible als moviments de sorra, cosa que fa que qualsevol actuació humana hagi d'estar molt ben pensada i estudiada.



Jordi Lopesino
És escriptor



TEMPERATURA DE L'AIGUA. SEGONA PART.

En l'anterior butlletí de l' SPAS vam fer un petit article on vam explicar el cicle anual de temperatures en la columna d'aigua. Fent-ne un petit resum recordarem que a l'hivern el procés de refredament es produïa homogeniament en tota la columna pels corrents de convecció, provocats per la baixada de temperatura de les capes més superficials que es tornaven més denses i s'enfonsaven a centenars de metres fent aflorar a la vegada aigües lleugerament més calentes que en superfície es tornaven a refredar i enfonsar, i així progressivament. Amb l'arribada de la primavera aquest procés s'aturava i el bon temps començava a escalfar la superfície de l'aigua. En aquest cas l'aigua més calenta era menys densa i es quedava surant per sobre de la més freda formant-se una termoclina, una interfase de separació entre les aigües més calentes de la superfície i les més fredes del fons. A mesura que avançava la primavera i l'estiu aquesta separació es feia més evident i la termoclina era cada cop més marcada i guanyava fondària. Finalment els temporals de tardor subministraven prou energia com per trencar aquesta termoclina i barrejar les aigües fredes i calentes iniciant un procés de mescla que acabava homogeneïtzant tota la columna d'aigua a principis d'hivern.

Ara volem recuperar aquest article del número anterior per continuar explicant com aquests processos físics tenen un efecte directe sobre els processos biològics i els índexs de producció en el medi marí, és a dir, com afecten aquests processos a fets tant singulars o distants com que la majoria de peixos es reproduïen a la primavera, que hi hagi èpoques més propícies a la pesca que d'altres o que una balena trobi més o menys aliment en una o altra zona.

Sempre que es parla o s'analitza la producció es fa a partir de l'estudi de la producció primària. La producció primària és la producció que duen a terme els productors primaris, organismes que són capaços de generar el seu propi aliment a partir d'una font d'energia externa. Aquests

organismes també s'anomenen autòtrofs (s'auto fabriquen l'aliment) en contraposició dels heteròtrofs com nosaltres, que no sintetitzen l'aliment sinó que el consumim ja elaborat. La raó per què s'utilitzen els productors primaris és perquè són la base de les xarxes tròfiques i sobre la seva producció se sustenta tota la resta dels ecosistemes. En el cas de la columna d'aigua quan parlem de producció primària ens referim essencialment a producció fotosintètica (síntesi de matèria orgànica a partir de radiació lumínica, eminentment solar) i el conjunt d'organismes encarregats de realitzar-la és el fitoplàncton, els organismes del plàncton que fan la fotosíntesi.

Com hem dit la fotosíntesi és un procés bioquímic que permet sintetitzar matèria orgànica a partir de la llum. Però la llum no n'és l'únic requisit. Es necessita també aigua, CO₂ i nutrients. Anem a veure breument, un per un, aquests quatre requisits i la seva disponibilitat en el medi marí.

Aigua. L'aigua és imprescindible per fer la fotosíntesi. De fet una de les missions principals de les arrels de les plantes terrestres és precisament obtenir aigua del subsòl. En medi marí, però, la disponibilitat d'aigua és total i per tant no n'és una limitació.

CO₂. El diòxid de carboni s'utilitza com a font de carboni per poder sintetitzar la matèria orgànica. La concentració d'aquest gas en l'aigua és gairebé sempre constant i no és limitant per fer la fotosíntesi, és a dir, els organismes del fitoplàncton en disposen de tant com en necessiten.

Llum. Com hem comentat la llum és un altre dels requeriments principals per la producció primària. La llum del sol però no està sempre disponible ni es troba a tot arreu. A l'hivern, per exemple, les poques hores de llum disponibles i la baixa intensitat de radiació incident fan que la producció sigui força menor que la que hi

pugui haver a l'estiu. A més la llum s'extingeix molt ràpidament en la columna d'aigua i, per tant, només les primeres desenes de metres (la zona fòtica) estaran suficientment il·luminades. Normalment en fondàries superiors als 80-120 metres (zona afòtica) ja no es rep prou llum com perquè hi hagi fotosíntesi.

Nutrients. Els nutrients són sals minerals que aporten els elements necessaris per a que els organismes fotosintètics realitzin el seus processos metabòlics de manera correcta. Algunes d'aquestes sals aporten elements força inusuals com el crom, el ferro o el magnesi, però les més importants són els nitrats, els fosfats i els silicats que aporten respectivament nitrogen, fòsfor i silici. Els nutrients són molt limitadors a l'hora de poder fer la fotosíntesi. La seva concentració és molt elevada en zones fondes, on no arriba la llum i no poden ser aprofitats, mentre que en la zona fòtica tan bon punt es produeixen són consumits pels organismes fotosintètics i, per tant, la seva concentració és molt més baixa.

Ens queda així una situació bastant antagònica, amb una zona superficial ben il·luminada però amb molt pocs nutrients i una zona fonda, rica amb nutrients però sense llum. Aquest patró de segregació ens fa suposar que les taxes de producció en medi marí són més aviat baixes. Ara bé, sota certes circumstàncies, es produeix un ascens d'aigua rica en nutrients cap a les zones superficials més il·luminades que provoquen pics importants de producció i que, a nivell global, permeten obtenir taxes de producció molt més altes de les que a priori s'haurien d'esperar. Anem a veure ara quines són, i per què, les èpoques més i menys productives de l'any.

A l'hivern els corrents de convecció homogeneïtzen tota la columna d'aigua. Les aigües fredes descendents desplacen cap a la superfície les més fondes, riques en nutrients, que a la vegada quan es refreden tornen a enfonsar-se. Aquest procés d'homogeneïtzació afecta també als nutrients en dissolució, de manera que la seva concentració en les capes més superficials s'incrementa notablement. En aquest context

semblaria lògic suposar que l'hivern és una època força productiva, però hi ha tres factors que ho impedeixen:

La intensitat i les hores de llum disponibles en aquesta època són més aviat escasses fet que limita unes taxes altes de fotosíntesi.

La temperatura baixa de l'aigua tampoc ho afavoreix. Aquests organismes tenen una activitat metabòlica que depèn de la temperatura a la que es troben, de manera que a l'hivern aquesta activitat es troba en uns nivells força baixos.

Les pròpies aigües descendents dels corrents de convecció arrossegueu el fitoplàncton a zones molt més fondes on no hi arriba la llum i, tot i que posteriorment seran novament arrossegats cap a la superfície, els temps de residència en la zona fòtica no són suficients com per incrementar de manera important les taxes de producció.

Amb tot plegat, tot i que durant l'hivern es produeix un aflorament de nutrients cap a la superfície, la combinació dels anteriors factors no afavoreixen la producció. Només a finals d'hivern, quan les condicions de llum milloren, i, fruit de que deixa de fer tant fred, els corrents de convecció afluïxen, es pot començar a incrementar minsament.

Durant la primavera es produeix una situació paradoxal. L'augment de les temperatures fa que l'aigua s'escalfi i es comenci a crear la termoclina. Com ja hem comentat, la termoclina és una interfase entre aigües de diferent temperatura que dificulta la seva barreja, i quan més gran és el gradient de temperatura més energia es necessitarà per trencar-la i mesclar les aigües adjacents. Aquesta barrera evita que les aigües fondes riques en nutrients accedeixin a la superfície i aïlla en la superfície les aigües calentes i empobrides. D'aquesta manera la termoclina s'ha de considerar un factor limitador per a la presència de nutrients en superfície i, per tant, per a la producció. Per altra banda, els tres factors limitadors dels que parlàvem a l'hi-

vern ja han millorat. Les hores de sol i la radiació lumínica s'han incrementat, la temperatura de l'aigua també ha començat a pujar i els corrents de convecció desapareixen. En principi aquesta tornaria a ser una situació de baixa productivitat, ja que tot i la millora d'aquests tres aspectes tenim la termoclina que ara impedeix el pas de nutrients cap a la zona superficial. Per sort hi ha dos factors que minimitzen aquest problema:

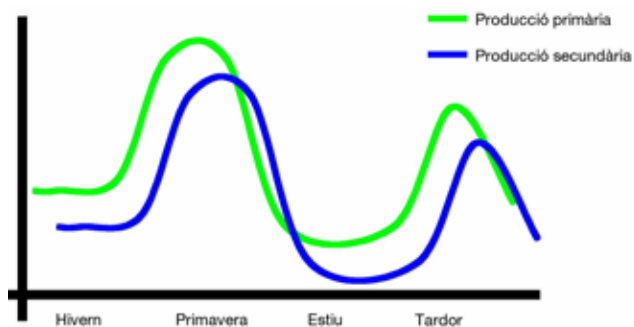
Els nutrients que durant l'hivern han estat redistribuïts encara estan disponibles en les capes superficials ja que la baixa producció de l'hivern no els ha consumit. És a dir, tenim un reservori de nutrients en les capes superficials.

La termoclina és molt incipient i poc estable de manera que petits temporals de primavera poden provocar barreja d'aigües i entrada de nous nutrients.

En aquestes circumstàncies es produeix un increment important de producció, l'anomenat pic primaveral de producció, sent aquesta l'època més productiva de tot l'any.

L'estiu no és més que la prolongació de la primavera. La termoclina és cada cop més marcada i més estable, i la temperatura de l'aigua i la radiació incident augmenten progressivament. Igual que a la primavera, la termoclina impedeix l'accés de nutrients cap a la superfície, però si bé llavors teníem un reservori generat pels corrents de convecció de l'hivern, aquest ja ha estat consumit en el pic de primavera, i les aigües superficials de l'estiu es converteixen en aigües molt pobres en nutrients i molt poc productives. L'estiu és generalment l'època menys productiva de tot l'any.

Amb la tardor arriben els temporals, molt forts, sobretot els de llevant, que són capaços d'aportar suficient energia com per barrejar les aigües que separa la termoclina. Es comença així a produir el seu trencament i, per tant, la mescla de les aigües calentes superficials, pobres en nutrients, amb les més fones, fredes i enriquides. Aquesta barreja torna a subministrar nutrients cap a les zones més superficials i permet una nova època d'alta productivitat, l'anomenat pic de tardor.



En resum podem dividir les quatre estacions de l'any en dos grups. Les més productives de primavera i tardor i les més pobres d'hivern i estiu. Aquest cicle condicionarà i modularà tots aquells processos biològics que es produeixen en la columna d'aigua ja que, com hem dit, tots ells depenen de les taxes de producció primària que s'hi produeixin.

Peu d'imatge: En aquesta gràfica hem representat dos perfils teòrics anuals de la producció primària i la producció secundària, que és aquella generada pels productors secundaris, organismes que s'alimenten directament dels productors primaris, en aquest cas zooplàncton que s'alimenta de fitoplàncton. Podem observar com les dues gràfiques estan perfectament correlades i com la producció secundària depèn totalment de la primària, seguint el mateix patró tot i que amb taxes menors de producció i un petit decalatge temporal entre l'una i l'altra. Aquesta és una mostra més de com la producció primària influeix directament o indirecta en la producció de la resta de l'ecosistema.

Xavier Seglar

És Llicenciat en ciències del mar i tècnic de l'escuela del Mar, Centre d'estudis marins de Badalona.



HISTÒRIES DELS SOCIS

EN MEMÒRIA DE L'ENRIC DALMAU

El passat dia 24 de setembre, després d'una llarga malaltia que finalment li va guanyar la batalla, ens va deixar el nostre company i amic Enric Dalmau.

L'Enric va ser soci del nostre club SPAS durant molts anys, exercint diverses funcions en la organització del mateix i també en l'àmbit federatiu. Ell sempre estava en constant lluita per la defensa dels interessos de la pesca submarina.

El passat dissabte dia 30 d'octubre, els seus companys, els seus amics i la família, ens vam reunir al port de Mataró per varar diverses embarcacions i adreçar-nos, en un navegar lent i cerimoniós, cap a una de les seves zones de pesca habituals.

Un cop reunits i formant una rotllana amb les embarcacions, la seva família li va dedicar unes emotives paraules, fent-nos participants de les mateixes i recordant que, allà on estigui, l'Enric estaria somrient, feliç per veure's acompanyat per tots aquells que, igual que ell, gaudim del mar, de la pesca i, com no, de la seva companyia.

Tot seguit, els seus familiars van procedir a escampar les seves cendres a la zona, lloc on en

tantes ocasions s'havia capbussat i gaudit; lloc en el qual, ja assetjat per la malaltia i impedit de practicar la pesca submarina, navegava amb la seva embarcació, en companyia de la seva dona, també, malauradament, morta, practicant el curricà o qualsevol altra modalitat de pesca amb canya. Al mar ... era feliç, al mar ... descansaran les seves restes, al mar ... els teus amics et recordarem. Descansi en Pau.



Esteban Patricio Rey
Pescador de competició



CALORÓS HOMENATGE A OSCAR HERNÁNDEZ

L'Spas de Mataró fa entrega, durant el sopar de germanor, d'una placa homenatge a l'Oscar Hernández per la seva dedicació en la difusió dels valors ètics dins de la competició de la pesca submarina





Hi ha molts motius per practicar esports subaquàtics: l'esport en sí mateix, l'aventura, l'afany d'explorar, l'esperit de superació, la sensació d'ingravedesa, la fauna, la pesca, la fotografia... Segueixo? Estic segur que molts de vosaltres, lectors inquiets, encara podríeu afegir-ne una desena més en aquesta interminable i personalíssima llista de motius per practicar el submarinisme en qualsevol de les seves disciplines. Però també estic segur que us en deixaríeu un, l'art. Sí, sí, heu llegit bé. He escrit art, o hauria de posar Art, en majúscules?

Aquesta no és una qüestió nova, de fet els orígens del submarinisme al nostre país també van estar marcats per l'Art, però va ser més un desafiament tècnic i esportiu que no pas una fita en la història de l'Art. Parlo d'en Josep Maria Diamant, soci fundador del nostre club i President d'honor, que, l'any 1955, va ser la primera persona a Espanya que va pintar un quadre a l'oli sota aigua. Va venir l'equip de filmació del

NODO a donar testimoni. De tota manera també us he de dir que en Diamant em va confessar que el quadre en qüestió era una horrorosa amalgama de colors i formes que ell va catalogar amb l'apel·latiu de modern i abstracte. També va confessar-me que després d'algunes proves va arribar a la conclusió que havia de llastrar els pinzells amb trossets de plom per no perdre'ls quan els deixava anar. Recordeu que els mànecs de la majoria de pinzells són de fusta i suren. Tot i la nostàlgia no és aquest l'Art subaquàtic al que em referia.

En realitat us volia parlar d'en Jason de Caires Taylor, un artista de debò que s'ha guanyat el reconeixement internacional i artístic pel seu excepcional treball. I què té d'especial l'art d'en Jason? Doncs que ha aconseguit relacionar l'art modern amb el medi ambient submarí. En Jason, de pare anglès i de mare guyanesa, va tenir la sort de créixer entre els esculls de coral de Malàisia, cosa que el va marca molt. Va estar

molts anys fent de instructor de busseig en diferents parts de món i ho va deixar per dedicar-se a la seva veritable vocació, l'art, i més concretament a l'escultura. En Jason es va llicenciar a l'Institut de les Arts de Londres al 1998, però abans va estar molt ficat en el món dels Graffiti on, segons ell, va trobar la perfecta comunió entre l'art i el medi ambient. Aquesta dèria no l'ha abandonat mai i ara la posa en pràctica d'una manera ben curiosa.

En Jason es dedica a fer estàtues de ciment molt realistes i les enfonsa al mig del mar, en zones de poca fondària i molt lluminoses, formant inquietants esculls submergits que van canviant de textura i de forma a mesura que

són colonitzats per diferents microorganismes marins: esponges, coralls, animals invertebrats, etcètera. L'idea d'en Jason és que siguin accessibles a qualsevol visitant, bussejador, apneïsta, snorkel i vaixells amb fons de vidre. En Jason de Caires Taylor és el creador i director del primer parc escultòric submarí a Grenada, amb centenars d'escultures exposades des de 2006. També té obra submergida a Cancún i per tot el mar Carib. Acompanyant aquest article podeu veure algunes de les seves creacions.

Jordi Lopesino

És escriptor



JOSEP MARIA (LLOP DE MAR) DIAMANT



Amb vuitanta-cinc anys d'edat, ben fets i ben portats, en Josep Maria Diamant és un vell llop de mar que en comptes de passar les hores ficant vaixells dins d'ampolles de vidre, com és



sabut que fan els vells llops de mar, es dedica, al menys l'últim any, a construir bells diorames representant diferents fets destacats del submarinisme al nostre club, i al nostre país. Els socis de l'SPAS ja coneixem moltes de les aventures que ha viscut en Josep Maria al llarg de la seva trajectòria esportiva. Els que fa anys que el coneixem les hem pogut sentir de la seva boca, fet que és tot un privilegi. Els associats més nous tenen la possibilitat de llegir les seves gestes en el llibre que el club ha editat pel seu cinquanta aniversari. Per cert, ja l'heu comprat? El cas és que ara en Josep Maria ha immortalitzat algunes d'aquestes gestes en uns interessants, bells i artesanals diorames. Acompanyant l'article en



podeu veure algunes imatges. Començarem pel diorama on es veu un submarinista, amb una palanca, envoltat per les restes d'un naufragi. Es veuen canons i restes metàl·liques de 300 anys d'antiguitat. El naufragi d'una nau pirata, segurament sarraïna, que es dedicava al pirateig pel litoral català, i que en Josep Maria va trobar per casualitat, l'agost de 1959, quan pescava al furió d'Aigua Gèlida, al costat de Tamariu. En Diamant s'esplaia explicant com va trobar els canons i com els va treure, però també explica perquè s'havia enfonsat el vaixell. «Mentre la majoria dels pirates estaven a terra, robant i cremant, un grup de veïns de Tamariu va atacar la nau i la van cremar, quan aquesta estava més indefensa».



El diorama que representa l'Empordanès, un vaixell de càrrega enfonsat davant de les costes de Mataró, serveix a en Diamant per recordar el dia que el va visitar sota l'aigua, però també per recordar les circumstàncies del seu enfonsament. Segons en Josep Maria, l'Empordanès es deia realment "Nou Empordanès" i va xocar amb el vaixell mercant "Montenegro l'onze de



març de 1918. El seu capità es deia Josep Gelpi i el vaixell feia la ruta, Barcelona-Palamos-Roses-Sete i l'inrevés. En Josep Maria m'assegura que si el vull trobar he d'anar a 41,28°N i 002,31°E. Diu que està descansant a uns 67 metres de profunditat.

No tenim prou espai per explicar tots els diorames, un per un, però voldria destacar breument uns quants més. La balena de Mataró, n'és un: en aquesta història hi participa l'avi del nostre actual president, en Xavier Martínez Ayuso. L'avi Ayuso i en Diamant van ser els que van trobar i treure, cap a 1980, la famosa balena de Mataró. Un altre Diorama ens mostra el moment en que una embarcació del CN Mataró "pesca" una mina submarina de la segona guerra mundial cap al 1982. I potser el diorama que destacaria pel seu paper més ecològic és el de la presa de Caldes de Boi. On en Josep Maria Diamant, a l'any 1955, sota un total i absolut secretisme, va ser forçosament enrolat per reparar una comporta encallada de l'embassament en construcció. La intervenció d'en Josep Maria va impedir que es tingués que buidar la reserva d'aigua de l'embassament, uns 10 milions de metres cúbics d'aigua que haguessin malbaratat la fabricació de cinc milions de KW d'energia elèctrica.

Us convido a fer una ullada als diorames d'en Diamant, ni que sigui en fotografia. I quan els mireu vull que recordeu que no són simples batlletes d'un llop de mar, sinó fragments de la nostra Història, Història amb majúscules.

Jordi Lopesino

UNA VISIÓ MÉS SOLIDARIA



El meu darrer escrit per als amics de l'SPAS de Mataró va ser el 2008 i parlava dels objectius futurs de la FECDAS. Tornar-lo a llegir ha significat valorar el que hem fet durant aquest tres anys.

Moltes competicions, algunes nacionals i internacionals, i els nostres esportistes amb molt de sacrifici particular ens han donat moltes alegries i allà a on anaven han deixat de record sempre una imatge impecable i afectuosa.

Ara bé, la FECDAS, federació autònoma d'exemple per a tot Espanya, no es pot adormir. Per un costat, de la mà del nostre president Salvador Punsola i del mataroní Jaume Minguell han creat aquest 2010 la web www.fecdas.cat que molt aviat estarà en total rendiment i servirà per agilitzar tots els tràmits administratius i tenir la màxima informació al dia i a prop dels federats.

Per l'altra banda, el 2011 serà un any en què tenim com a objectiu que d'una vegada hi hagi els instructors d'apnea, de pesca submarina i fototub apnea que faci millorar els nostres resultats esportius al llistó dels esportistes d'elit. No serà

fàcil, doncs encara tenim les conseqüències de la Llei de les titulacions professionals que obliuen a les federacions a tractar les titulacions esportives com a professionals, augmentant una barbaritat les hores lectives. Mentre, altres organitzacions fan els seus cursos lliurement i sense impunitat.

Un canvi obligat per la societat en aquests darrers anys, ha estat buscar una imatge de la FECDAS més solidària i mediambiental adaptada a la realitat actual. Així, per exemple, les competicions de pesca submarina han passat a anomenar-se competicions esportives benèfiques. En l'article mostrem una de les fotos d'agraïment dels diferents centres on hem fem arribar les captures de peix fresc de les competicions, cosa que posen en dubte alguns col·lectius, que no coneixen la realitat del que fa la FECDAS o bé per interessos particulars i econòmics.

Per això en els darrers anys i en el futur, la FECDAS defensa i defensarà en tot moment les nostres activitats recreatives i les d'altres col·lectius perquè el que fem té futur i som els primers en voler per a tots un mar sa i per molts anys.

Carles Font i Planella

Vicepresident Primer de la FECDAS. Delegat territorial de Girona i cap del Departament d'Apnea (pesca submarina, apnea i fotografia en apnea)



LA IMPORTÀNCIA DE L'APNEA EN LA PRÀCTICA DEL BUSSEIG LLIURE

Cada dia són més les persones que practiquen snorkel o busseig lliure. Es passen hores observant la flora i fauna marina; gaudint de la interacció amb animals, capturant imatges de les profunditats, o practicant la pesca submarina, per necessitat o per plaer, tot això és el que fa atractiva aquesta modalitat.

El busseig lliure consisteix a submergir-se diversos metres per sota de la superfície de l'aigua, solament amb l'aire dels pulmons. És una pràctica en la qual s'ha de tenir en compte les pròpies limitacions físiques de l'individu.

Per submergir-nos sota l'aigua hem de tenir una bona preparació física, és molt important aconseguir una bona relaxació del cos i una adequada concentració mental.

Una clau important en tot això és el coneixement i control de la tècnica respiratòria. L'aprenentatge i realització de la tècnica d'apnees és bàsic per a la pràctica d'aquesta modalitat.

Una de les formes d'arribar a dominar la tècnica d'apnees és a través de la gimnàstica hipopressiva coneguda com Reprocessing Soft Fitness (*RSF). Des de fa uns anys, professionals de la salut i de l'activitat física treballen per aconseguir evolucionar cada dia més els mètodes d'entrenament.

L'últim avanç aconseguit és la Gimnàstica Abdominal Hipopressiva. Creada per Dr. Marcel Cauriez, prové de la Fisioteràpia en la rehabilitació del postpart; i posteriorment adaptada al món de l'activitat física i entrenament, coneixent-se

com a Abdominals Hipopressives Dinàmiques o Reprocessing Soft Fitness.

Tenen com a objectiu la prevenció i la millora de la salut, l'estètica i el rendiment esportiu. La hipopressió, com el seu propi nom indica, busca disminuir la pressió en la cavitat abdominal i toràcica. Aconseguint això provoquem la contracció involuntària de la baixa abdominal i del sòl pelvià; augmentant, en conseqüència, el to d'aquesta musculatura.

Al contrari de la major part de les accions quotidianes i esportives, el que fan aquestes és augmentar la pressió a la zona intra-abdominal (hiperpressió), provocant com a conseqüència la distensió de la faixa abdominal i la debilitació del sòl pelvià.

Així doncs, aquest mètode d'entrenament ens ajuda a la prevenció i el tractament d'aquells problemes que poden derivar-se de la desprogramació de les fibres del nostre abdomen (incontinència urinària, prolapses, hèrnies discals o inguinals, patologies posturals, disfuncions sexuals, etc.)

Tot i que sembli una paradoxa, els beneficis d'aquest tipus d'exercici s'obtenen sense exercitar voluntàriament la musculatura interessada. Per mitjà d'un fenomen de divergència neurològica s'aconsegueix, creant una situació de hipopressió, que el sistema neuromuscular activi de forma reflexa els músculs de la faixa abdominal i del sòl pelvià.

D'aquesta manera augmentarem el to muscu-

lar que en molts casos es troba afeblit a causa d'un continu excés de pressió, ja sigui per haver donat a llum, per pràctiques físiques esportives o pel propi envelliment de la persona.

Els augments del to i de la força del sòl pelvià que proporcionen els exercicis de les Tècniques Hipopressives són demostrats pel Dr. Caufriez mitjançant un examen tonimètric perineal (increment de l'I.T.I. to de repòs +58%; increment del S.A.A., to d'esforç +48%; augment de la força +20%).

Les millores comprovades en la postura demostren que en un mes d'exercicis de les Tècniques Hipopressives s'aconsegueix un re posicionament de la projecció de l'eix de gravetat i una disminució de la fletxes lordòtiques lumbar ($p=99,9\%$), cervical ($p=99,8\%$) i una disminució de la cifosi dorsal ($p=99,5\%$). Les desviacions laterals són també menys importants ($p=96\%$).

El sentiment de «confort postural» augmenta significativament (millor mobilitat, major flexibilitat, menor pesadesa, menys dolor) ($p=95\%$). Es constata amb la pràctica de les Tècniques Hipopressives un augment de la mobilització de l'energia explosiva i de la capacitat anaeròbica, amb un increment de fins al 15% del metabolisme en dos mesos d'entrenament (Caufriez, 2004).

La hipòxia (privació d'oxigen al cos) creada per la repetició de l'aspiració diafragmàtica en apnea aspiratòria augmenta el nivell d'EPO en sang fins al 65% (Burk, R. 2007).

Carmel Martínez
Entrenador Personal
Tècnic especialitzat en RSF



ONG

MAKAMARU X GAMBIA



www.makamaru.org / maka-maru@hotmail.com

MALALTIES LABORALS PRODUÏDES PER AL·LÈRGIA AL MARISC

El continu augment en les últimes dècades del consum de peix i marisc, ha donat lloc a un increment de les malalties laborals entre els treballadors de les indústries on es manipulen aquests aliments. En concret, les malalties laborals originades en la indústria alimentària per la manipulació de marisc, inclouen manifestacions respiratòries (rinitis, conjuntivitis, asma) i afeccions cutànies (urticària de contacte i dermatitis de contacte per proteïnes). Estudis realitzats han demostrat que les proteïnes del marisc s'aerosolitzen durant la manipulació industrial del marisc, rentat amb dolls d'aigua o amb aire a pressió, cocció, de closca de potes i cossos, i que l'aigua de cocció o rentat conté líquids corporals amb capacitat allergògena. La majoria dels casos d'asma ocupacional dels treballadors exposats a crustacis es deuen a mecanisme al·lèrgic. I s'han documentat sensibilitzacions primàries a través de la inhalació dels aerosols generats i del contacte cutani directe, i es sospita que també per la deglució de partícules alliberades durant la manipulació.

La prevalença d'asma ocupacional deguda al manipulat d'aliments d'origen marí varia entre 1% i el 36%. S'ha trobat una major prevalença associada a l'exposició als crustacis que a mol·luscs i peixos. Les malalties ocupacionals millor estudiades són les ocasionades en la indústria del cranc. Treballs d'investigació realitzats per Cartier i col·laboradors troben l'existència de rinoconjuntivitis en el 18% dels treballadors i que un terç dels mateixos desenvoluparan asma.

Els casos que apareixen de rinoconjuntivitis i de dermatitis, generalment ocorren associats i solen precedir l'asma. L'asma quan apareix sol ser de tipus immediat i dual, encara que també pot ser retardat, manifestant-se en aquests casos al final o després de la jornada laboral, fet que dificulta el diagnòstic del mateix, ja que costa més d'establir la relació causa efecte amb

el treball. Els factors de risc més importants per part dels treballadors, associats a una sensibilització al·lèrgica al marisc i l'aparició de clínica d'asma, són la atòpia i l'hàbit del tabac. L'atòpia és un factor de risc associat a una forma més de sensibilització davant de molècules d'alt Pm en general i a determinats aliments en particular, com són el marisc.



El desenvolupament dels símptomes sembla estar en relació amb la intensitat, el tipus i la durada de l'exposició, la potència sensibilitzant de l'aliment i la concentració del mateix. Es va trobar que un terç dels treballadors amb asma laboral per la manipulació de cranc presenten símptomes cutanis i gastrointestinals amb la seva ingestió, l'inici del qual és posterior als símptomes respiratoris.

Les lesions cutànies en els treballadors de la indústria alimentària sovint comparteixen diversos mecanismes patogènics, com l'irritant, l'al·lèrgic, i fins i tot infecciosos. Poden coexistir diversos tipus en un mateix pacient. La urticària de contacte i diferents tipus de dermatitis de contacte eczematosos, sobretot dermatitis de contacte per proteïnes, són les principals manifestacions cutànies associades a aliments marins i es localitzen, sobretot, a les mans. La majoria de les substàncies responsables de la reacció immediata en els treballadors de la indústria alimentària són al·lèrgens derivats de les proteïnes alimentàries crues. La immuno-

genicitat de les proteïnes és el principal factor de sensibilització. Si bé la pell és relativament impermeable a grans molècules, com les proteïnes al·lèrgiques, tanmateix, el seu contacte pot provocar reaccions immediates i retardades en els treballadors, com a conseqüència d'una dermatitis irritant laboral prèvia, que facilita la sensibilització.



La urticària de contacte és més freqüent entre treballadors de marisc i peixos, probablement perquè les erosions produïdes per espines i l'exosquelet poden afavorir la penetració de l'antigen i la sensibilització. La urticària de contacte pot anar des d'un grau lleu amb prujia i eritema, fins a donar lloc a l'aparició de faves a la zona de contacte amb l'aliment, de durada variable entre minuts i hores.

La dermatitis de contacte per proteïnes és una entitat complexa, que es presenta en la seva

fase aguda amb picor i eritema, i amb posterior aparició de vesícules. La seva patogènia assembla en algun punt a la de la urticària de contacte, ja que les vesícules poden aparèixer de forma immediata a l'exposició a l'aliment. Es presenta també com un èczema crònic o recurrent amb aguditzacions episòdiques pocs minuts després d'un nou contacte amb l'aliment causal. El desenvolupament d'una reacció immediata de contacte generalment requereix repetits contactes cutanis, encara que una primerenca sensibilització a través d'ingestió o inhalació, i un subsegüent contacte cutani puguin desenvolupar la dermatitis. Les àrees predominantment afectades són la cara, el coll, els braços i el dors de les mans.

En les formes més severes, el contacte cutani amb els aliments marins pot provocar una urticària generalitzada o símptomes sistèmics d'angioedema i dificultat respiratòria. La urticària de contacte ha estat descrita sobretot amb crustacis (gambes, gambetes, llagosta, crancs) i amb ostres. La dermatitis de contacte per proteïnes amb gambes i calamar. L'atòpia és un factor de risc per patir urticària de contacte i dermatitis de contacte per proteïnes, però no per a un altre tipus de dermatitis laborals. En el cas de la urticària de contacte, són factors de risc per a la seva aparició, a més, la pèrdua de la barrera cutània i altres factors associats a les condicions laborals, com les baixes temperatures i la humitat.

L'evolució de les dermatitis és variable i de vegades, malgrat la cessació de l'activitat, els símptomes per mariscs persisteixen, sobretot en el cas de les dermatitis de contacte. En els casos d'urticària de contacte, l'evitació del contacte porta a la curació sense seqüeles en 24 hores. Molts dels pacients sensibilitzats per contacte toleren la ingestió, d'altres, tanmateix, no.

Dr. Màrius Tubella

Metge Especialista en Al·lèrgologia



ENTRENAMENT PER A L'APNEA

Aquesta capacitat o qualitat és l'element definitori del nostre esport. Per tant, haurem de realitzar un adequat entrenament per a millorar-la.

En l'entrenament per a la millora de l'apnea, distingim dos aspectes importants:

- Exercicis dirigits a l'adaptació del nostre organisme, per tal d'habituar-lo a funcionar amb menys oxigen del normal, conduint-lo a un estat nou de normalització. Així, el nostre organisme s'adapta a un consum d'oxigen menor, freqüència cardíaca més baixa, etc.
- Exercicis destinats a obtenir un domini i un autocontrol tant físic com mental, per tal d'assolir l'estalvi d'O₂ i afavorir la seva utilització en les parts del nostre organisme que més ho necessitin.

Exercicis d'adaptació de l'organisme

Donada la peculiaritat de l'activitat en apnea en pesca submarina, una part de l'entrenament ha de ser específica per tal d'adaptar el nostre organisme per funcionar amb menys oxigen que el normal.

Si bé l'entrenament de la resistència ja provoca unes adaptacions que beneficiaran i contribuiran a la millora de l'apnea (disminueix la freqüència cardíaca, augment de la mioglobina, augment i millora de la capilaritat...), cal tenir en compte que l'adaptació de l'organisme al treball físic en apnea s'ha d'assolir per l'apnea en sí mateixa.

Amb la pràctica directa de la pesca submarina, en totes les condicions i amb la utilització de les diferents tècniques de pesca (espera, pesca a cau, a poca o molta fondària, planejades, etc.), és de la manera més adequada per millorar aquesta capacitat, però, el fet de no poder anar cada dia a practicar específicament el nostre esport, fa necessària una pràctica d'entrenament alternativa i destinada al manteniment i/o mi-

llora de la nostra condició física i, en especial, de l'apnea.

Així, s'haurà de procurar, amb assiduitat i rigor, en determinades èpoques de l'any encara més (hivern) i durant la setmana, els dies que no es va a pescar, realitzar alguns dels exercicis que proposarem tot seguit:

- Cursa continua ("footing"), i en evolucionar l'entrenament, realitzar intervals d'apnea.
- En piscina:
 - Apnees estàtiques, amb diferents durades i diferents temps de recuperació entre apnees
 - Apnees amb desplaçament subaquàtic, diferents trajectes i/o distàncies, variant la intensitat de natació.
 - Circuits subaquàtics, en apnea, realitzant diferents tasques. Amb això assolirem oblidar-nos que ens trobem en apnea, factor psicològic important
- En mar: tot i que si les condicions ho permeten, és convenient practicar les diferents tècniques del nostre esport, també es poden destinar algunes jornades a realitzar diferents exercicis en el nostre medi natural: apnees estàtiques, desplaçaments en apnea, apnees profundes (rigorosament controlats i vigilats), etc.

En principi, la recuperació entre apnees haurà de tenir en compte el restabliment de la freqüència cardíaca a valors normals (serà suficient que baixi a valors de 110 a 120 p.p.m.). En fases més avançades d'entrenament, podem escurçar el temps de recuperació, per tal d'assolir una millor adaptació del nostre organisme.

Podríem dir que aquest és un entrenament a intervals, en el que es realitzen fases d'exercici i fases de recuperació entre les repeticions d'un determinat exercici. Aquest sistema era utilitzat ja pel campió d'apnea profunda Enzo Maiorca, i també per Umperto Pellizari i Francisco Ferrera (Pipín), recordmans de l'apnea profunda amb pes constant i amb pes variable en la dècada dels 90.



Una altra cosa a tenir en compte és que, en principi, quan realitzem els exercicis en apnea, és millor no controlar el temps, no estar pendent del cronòmetre, i fer cas de les nostres sensacions internes, acabant les apnees quan es produeixen les contraccions diafragmàtiques, fer cas de la nostra freqüència cardíaca... i d'aquesta manera, millorarem la durada i efectivitat de les nostres apnees.

Cal dir que, tot i que hem indicat el "footing" en primer lloc, és més adient realitzar els exercicis en medi aquàtic, i millor amb aletes, ja que realitzant-los així, tal i com després els farem en la pràctica del nostre esport, impliquem a la musculatura que realment ens interessa, essent més adequades l'adaptació i la millora.

Per últim, diré que és fonamental conèixer els propis límits, i no voler fer mai proeses ni intentar rècords, ja que podem perdre-hi molt en aquests intents inútils i sense sentit.

A continuació veiem algunes de les millores més importants que es produeixen amb l'entrenament de l'apnea en el nostre organisme:

- L'organisme s'acostuma a treballar amb menys O₂ (consum menor d'O₂).
- Millor resistència al CO₂ en sang.
- Augment del número de glòbuls vermells (més capacitat de captació i transport d'O₂).
- Disminueix la freqüència cardíaca.
- Millora l'eficiència cardíaca.

Exercicis de control físic i mental

Si bé és de gran importància l'entrenament per a la millora de l'apnea, també ho és l'entrenament per tal d'assolir un estalvi de l'O₂ per part del nostre organisme,

El pescador ha de buscar la màxima relaxació, i evitar tot moviment inútil que significaria un augment innecessari del consum d'O₂.

Amb un entrenament on s'hi contemplin tècniques de relaxació (sofrologia, training autogen de Schultz, etc.), autocontrol i exercici respiratori (ioga respiratori o Pranayama), podem assolir aquest objectiu.

Apneïstes de la categoria de Jacques Mayol, Stefano MaKula, Frank Messegué, Pellizzari, han incorporat i, fins i tot basat, el seu entrenament en el ioga, per tal d'assolir un autocontrol i relaxació que els permet realitzar cada apnea amb el mínim consum d'oxigen, tot just el necessari per al funcionament de les parts de l'organisme que estan treballant durant l'apnea.

A tot això, hi contribuirà també un bon domini de la tècnica (natació en superfície, cop de ronyó, descens, accions en immersió, ascens...), un perfecte domini del nostre cos durant la immersió (aquacitat), i un perfecte llast depenent de les condicions en que estem pescant (estat de la mar, profunditat, tècnica de pesca...).

Antoni Salvà
És Llicenciat en educació física



9È CAMPIONAT DE CATALUNYA DE VÍDEOSUB VIDEOCAT 2010 I 6È OPEN S.P.A.S. VIDEOSUB



El Departament de Vídeo Submarí de l'S.P.A.S. va organitzar la prova final del 9è Campionat de Catalunya de Vídeo Submarí i paral·lelament a aquesta prova es realitzaria el 6è Open S.P.A.S. de videosub.

Per part del club S.P.A.S. van cedir les seves instal·lacions per fer el control de documentació, lliurament de cintes i per fer els duplicats de les mateixes.

El diumenge 9 de maig a les vuit, un total de deu participants i el comissari de la prova es van trobar a la seu del club SPAS de Mataró.

A un quart de nou es va començar a fer el control de titulacions, assegurances federatives i certificats mèdics, després d'aquest control es va dur a terme l'entrega per part del comissari de les cintes precintades als participants.

Abans de la sortida del port, els participants van haver d'ensenyar al comissari l'attrezzo que duïen pel seu control abans d'entrar a l'aigua.

La primera immersió va començar a dos quarts de deu disposant els participants de noranta minuts. Es va realitzar a la zona de la Galera, l'últim participant va sortir a tres quarts menys cinc d'onze.

Després de prendre un petit refrigeri ofert pel club als participants, a dos quarts d'una la segona immersió es va realitzar a la zona del Negre, sortint l'últim participant de l'aigua a dos quarts i cinc de dues.

En arribar al port i després de descarregar el material i netejar i guardar els equips, els participants van anar a fer el lliurament de les cintes al comissari a la seu de la base nàutica.

A dos quarts de tres va començar el duplicat de les cintes dels participants. El club SPAS va oferir un pica-pica a tots els participants mentre es feia el duplicat de les mateixes.

El duplicat de les cintes va finalitzar a les quatre de la tarda.

A dos quarts de cinc va finalitzar la prova de presa d'imatges d'aigua del VIDEOCAT 2010.

El dissabte 5 de juny a les 10:30 el Sr. Jaume Minguell, Director de l'Escola d'Imatge de la FECDas, va reunir tres Jurats, el Sr. Carles Castillo, el Sr. Lluís M. de Baldomero i el Sr. Quim Roca per puntuar els treballs enviats pels participants del Videocat 2010.

Amb el següent resultat:

Pos.	Punts	Participants
1	153	Marc Cubells
2	146	Carles Xifré
3	112	Alejandro García
4	93	Albert Esteve
5	86	Jesús Fernández.

Segons els criteris dels tres Jurats reunits els resultats del 6è Open SPAS de Videosub són els següents:

Pos.	Punts	Participants
1	153	Carles Xifré
2	146	Alejandro García
3	112	Albert Esteve

Per clubs el resultat ha estat el següent:

Pos. Equips	Punts	Participants
1	239	Sarc Vilanova
2	153	Ses Tarragona
3	86	Natació Poblenou

Aquest any el Departament de Videosub ha demanat un altre cop l'organització del VIDEOCAT 2011.



Pòster del Campionat de Catalunya 2010

Ferran Roure
Departament de videosub de l'SPAS





L' SPAS A LA RÀDIO

DATA	ENTREVISTAT	TEMA i/o CÀRREC	FETA PER
03/12/09	Jordi Lopesino i Xevi M. Ayuso	SPAS. Valoració dels actes emmarcats dins el 50è aniversari de l'SPAS	Salvador
18/12/09	Amadeo Perxach	Escola Nàutica Maresme: escola, titulacions, vaixells, assegurances, navegació	Salvador
22/01/10	Xavier Fort i Albert	Director del centre de fitness El Sorral	Salvador
05/02/10	Oscar bedo	Bombers de la Generalitat de Catalunya (subaquàtic)	Salvador
19/02/10	Carles Aguilar	FECAS-CASC Centre d'Arqueologia Subaquàtica de Catalunya	Salvador
05/03/10	Francesc Xavier Camps	Biòleg - Bios educació	Salvador
19/03/10	Enric Canher	Biòleg - El canvi climàtic	Salvador
02/04/10	Xavier Seglar	Biòleg - La temperatura del mar	Salvador
23/04/10	Enrique Sanchez	La Meteorologia	Xevi M. Ayuso
07/05/10	Gregori Muñoz Ramos	Biòleg - La posidònia oceànica, dades del seguiment i efectes dels temporals	Salvador
26/05/10	Joan Ribe i Alex Casas	El cau del tauró. La pesca de peixos vius per a aquaris	Salvador
11/06/10	Oscar Sagué	GenCat - Departament d'Agricultura Alimentació i Acció Rural	Salvador
25/06/10	Restaurant La Sal	Restaurant de cuina fresca, ecològica i de qualitat	Salvador
03/09/10	Sito Alarcon	Vicegerent de Barcelona Regional. Tema: dipòsits anti DSU	Salvador
24/09/10	Rafael Tarradas	Associació d'Usuaris Port Esportiu de Mataró	Salvador
08/10/10	Pep Urtado	Director Gerent de Litoral Consult. Empresa dedicada a estudis, assajos i projectes ambientals	Salvador
22/10/10	Angel Remacha	Cap del Servei de Promoció de Ciutat i Comerç - IMPEM	Salvador
05/11/10	Evelyn Segura	El projecte SILMAR (Iniciativa Fundació Mar amb la col·laboració de la Fundación Biodiversidad)	Oscar Montferrer
19/11/10	Marta Ruiz	IMPEM - la Ruta del Mar, des de l'ermita de Sant Simó al port.	Oscar Montferrer



**escola nàutica
maresme**

Port Mataró, locals 14 i 15 (baixos)

08301 MATARÓ

Tel. 937 963 004

Fax. 937 551 008

**Cursos teòrics i pràctics
Gestions nàutiques
Assegurances de vaixells**

www.escolanautica.com



SERVEI
ENTRADES

CAIXA LAIETANA

**Si t'agrada gaudir del temps
lliure, aquest és el teu web**

www.serveientrades.cat

Concerts, teatre, festivals...

Entra i informa-te'n.

Pregunta a la teva oficina habitual com pots aconseguir
invitacions o descomptes per als millors concerts de l'any.

ESPERIT JOVE

Experiència juvenil



CAIXA LAIETANA

www.caixalaietana.cat · www.serveientrades.cat

2013: 150

CENT CINQUANTE
ANIVERSARI



Neopreno de alta densidad para una menor necesidad de lastre y mejor protección térmica en profundidad, con forro exterior 100% Ultraspan® súper elástico e interior microporoso con imprimación Blacklite que permite colocarse el traje sin mojarlo.

TECNICA La calidad... que los peces no ven



TECNICA CARATTERISTICHE: **TECNICA** Neopreno de alta densidad para una menor necesidad de lastre y mejor protección térmica en profundidad. / Forro exterior 100% Ultraspan®, extraordinariamente elástico e inderosionabile. / Camuflaje invertebrado: nodosita transfer que ha perfecciona la elasticidad original del neopreno. / Interior: microbolitas con imprimación Blacklite que permite colocarse el traje sin mojarlo. / Biceps y piernas perforados, sin cables transversal en la articulación. / Entallado por zonas que garantiza adaptación en zonas críticas: hombro, codo y cadera. / Zona elástica tipo de costuras para una mejor movilidad y elasticidad. / Banda de neopreno lisa en el interior de la parte baja de la chaqueta para evitar rozar la zona de la cadera. / Dorsales en T, 3 y 5 mm de espesor. / Transmisiones Superskin® articulación elásticas.

