



Butlletí SPAS 50

DESEMBRE 2014



“CAMPIONS D'EUROPA
CAMPIÓ DEL MÓN”



XS COMPACT PRO

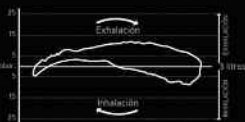
NO SOLO PARA AGUAS FRÍAS

Mecanismo y construcción avanzadísimos, cifras record:
cuerpo en ABS con moléculas metálicas + acero inoxidable con
sólo 6 cms. de diámetro y 150 grms. de peso.
Trabajo respiratorio de alta gama y homologación CE
para buceo en aguas frías (4°C).

Calibrado del mecanismo de inhalación que elimina
resaca interna y proporciona un abastecimiento y
calibrado caudal sin necesidad de explotar el efecto
Venturi. Los resultados de prestaciones lo sitúan por
encima de reguladores considerados de gama más alta.

Características técnicas	Valor	Unidad
Estuero inhalación máxima	0.13	Mbar
Trabajo total inhalación	0.25	Joules/l
Estuero exhalación máxima	11.47	mbar
Trabajo total exhalación	0.75	Joules/l
Trabajo total respiración	0.75	Joules/l

CONEXIONES DEL TUBO		
Producción	50 metros	Caudal respiratorio / minuto
Presión total	40 bar	Número de ciclos de vida
Presión del difusor	5 bar	Volumen total de ventilación



Tamaño muy reducido (106mm),
ultraligero (150gr), monobloque en ABS
con moléculas metálicas y acero inoxidable
y pulsador integral.



El flujo de agua es direccionado para que la
retracción de la membrana se produzca
perfectamente en plano y la leva trabaje
progresivamente y en perfecta perpendicularidad,
independientemente de las condiciones (corriente
frente, movimientos bruscos, etc.).



Cuerpo de la 2ª etapa en una
innovadora composición de termo-
polímeros con moléculas metálicas que
facilitan el intercambio térmico y
evitan la congelación en ambientes
gélidos (homologación CE para uso HP
EN250/2000).



Pulsador de purga sobredimensionado
entre un 80 y un 400% respecto a
cualquier otro regulador del mercado
para facilitar la maniobra de purga.



Ensamblaje de la tapa mediante giro de
bayoneta de 30° > montaje-desmontaje
simplísimo y seguro, incluso para
efectuar labores de limpieza de arena a
pie de playa.

Editorial	4
Pesca submarina	5
Fotosub en Apnea	13
Apnea	22
Entrevista al campió del món de pescasub '14	25
Medi ambient	27
Històries dels socis	33
Medicina i salut	39
Imatge	42
Ones de Mar	53



Campions d'Europa

STAFF

FOTO PORTADA:

Foto portada: Xevi Blanco -campió del món de pesca submarina-, Marc Giménez i Sílvia Sebastián -or europeu de fotografia submarina.

SPAS

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

REDACCIÓ

DIRECCIÓ: Xavier Martínez

CORRECCIÓ DE TEXTOS:

Òscar Montferrer

COL.LABORADORS:

Anna Maria Claus, Marc Giménez, Marc Jacas, Carmel Martínez, Òscar Montferrer, Gregori Muñoz-Ramos, Salvador Punsola, Ferran Roure, Xavier Seglar, Pere Ureta, Isaac Vives i Toni Salvà.

Col.laboradors:

BLAUMAR, CENTRE MÈDIC DE MATARÓ, CRESSI-SUB, FECDAS, FLORS NOÉ, GABINET AYUSO, HOTEL ATENEA, HOTEL IBIS, PINS MAR, NÀUTICA MATARÓ, PORT MATARÓ, TALLERS GIL BO.

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

Ens trobem un cop més davant les portes d'un nou any i, enguany, sembla que el món vulgui canviar, girar cap a un altre costat, trobar nous horitzons, noves il·lusions, espais més dignes i, al cap i la fi, deixar enrere tot allò que ja no ens és vàlid. Certament la societat, i el que la mou, ha d'incorporar nous elements dinamitzadors i aquests han d'aportar dosis de justícia social, que bona falta ens fa. Som davant d'un canvi històric que ben aviat ho remourà tot de cap a peus. Endavant, doncs!

La nostra entitat no és aliena als canvis que es produeixen en el si de la societat. Nosaltres som societat i, com a tal, també participem de forma més o menys notòria en els canvis que es produeixen en el nostre entorn.

Una de les tasques més significatives que fem des de l'SPAS és la constant renovació de les nostres activitats d'acord amb els nous temps i amb el bategar del nostre cor. Posem la nostra feina al servei de la societat i a favor de totes i cadascunes de les nostres disciplines, però no només això sinó que també ho fem amb un ànim constructiu i plenament positiu.

Aquest any ha estat ple de glòria: el Xevi Blanco ha guanyat un mundial de pesca submarina -per primer cop ha estat un català qui l'ha guanyat-; el Marc Giménez i la Sílvia Sebastián, han fet un or i bronze europeu en fotografia submarina. També s'ha aconseguit un subcampionat de fotosub en apnea per part de la Irene Mestre a Canàries; diversos campionats de Catalunya -entre ells, el del Ferran Roure en vi-

deosub i el pescasub per equips gràcies al Xevi Blanco, el Roger Amat i el Sergi Caballeria- i d'altres títols que estan ressenyats en aquesta edició del butlletí que teniu a la mà.

Però no em vull referir tant sols a l'èxit estrictament esportiu com un tot. No és això el que pretenc dir-vos: cal veure en quines parts es compon o descompon, quina estructura té aquest èxit. I és veure això el que, com a president d'aquest club, m'omple de joia.

Tots aquests triomfs han anat de la mà de la noblesa en la pràctica de l'esport, de l'enteniment que no val tot, de saber que l'esport és sinònim de joc net, de treballar amb la discreció, amb l'esforç i amb la modestia del que sap bé que un no és més que un altre. De tenir clar que un esportista aprèn cada dia una mica més si practica, però que també aprèn si observa als altres i que tot plegat el conduirà a ser més bona persona. Si es fa així, si el premi s'assoleix d'aquesta manera, llavors guanyar, ser el primer, agafa tot el sentit del món, pren cos.

Un esportista pot escollir diferents camins quan intenta arribar a dalt de tot, però sols un és el correcte. A l'SPAS sempre ho hem vist així i sempre hem valorat i aplaudit a qui ho ha aconseguit d'aquesta manera i a qui ho ha intentant. Un cop més, estem davant d'uns èxits globals per part del nostres campions. Felicitats a tots, sou un exemple per nosaltres!

Us animo a seguir treballant així! Sort i èxit en el futur! Visca l'SPAS!

Xavier Martínez i Ayuso
President de l'SPAS



CAMPIONAT DE CATALUNYA D'EQUIPS

L'equip de l'SPAS -Xavi Blanco Pastor, Roger Amat Gonzalez i Sergio Caballeira Mateu-, guanyador del Campionat Catalunya Equips de Pesca Submarina "Trofeu Mares"



El 6 d'abril es va celebrar el Campionat de Catalunya per Equips, organitzat per la FECIDAS en les aigües de la bonica Cala Canyelles, que pertany al municipi de Lloret de Mar (Girona). Aquesta edició del campionat va comptar, com a patrocinador especial, amb la marca MARES, que va aportar una segona barca de control i seguretat, obsequis als esportistes, imatge del campionat i pesatge.

La concentració va començar a les 7:30 al Club Nàutic Canyelles amb un dia primaveral, assolat i amb la mar en calma. Alguns

equips havien deixat l'embarcació fondejada el dia anterior i, a poc a poc, es van anar baixant per la rampa les restants. Es van presentar els 28 equips inscrits. Gràcies a la professionalitat del personal de CN Canyelles, les facilitats i els mitjans que van posar per col·laborar amb l'organització del Campionat van ajudar a què tot es desenvolupés tot amb un notable èxit.

L'equip guanyador de la prova va aconseguir el triomf amb un total de 23.255 punts, catorze peces i cinc espècies.

CAMPIONAT DE CATALUNYA



Final campions 2014

L'Òscar Hidalgo Hernández, del club palamosí Skaphos Sub, és el flamant campió de Catalunya de Pesca submarina un cop s'ha celebrada la final del Campionat de l'especialitat.

Les finals del Campionat de Catalunya, organitzades pel club SPAS, de Mataró, i sota la supervisió de la FECIDAS, es van disputar en aigües maresmenques els dies 14 i 15 de juny del 2014.

La primera jornada es va disputar des de coordenades pròximes al port de Mataró fins a d'altres properes al port de Premià. A dos quarts de vuit del matí, l'organització va començar a repartir les bosses de plàstic amb brides per custodiar el peix capturat i els pescadors van començar a baixar les barques per la rampa. Una hora després, el Josep Navarro, com a director de la prova, va donar l'hora des del seu cronòmetre perquè fos sincronitzada pels competidors i va

explicar les últimes instruccions respecte a la prova.

A les 9, el soroll de la sirena va donar la sortida neutralitzada a l'alçada de la Riera d'Argenton i va marcar l'arrencada de la competició: les embarcacions van fer cap immediatament cap a les posicions que havien enregistrat prèviament en els seus aparells de GPS.

De mica en mica, els pescadors van començar a cobrar les seves captures en una zona difícil amb bona mar i poc peix. En aquest sentit, cal destacar el bon comportament dels esportistes, que, implicats amb l'esperit de l'esport net, van respectar la normativa en tot moment i van evitar opcions com ara pescar als voltants l'emissari submarí o dins de zones abalisades per al bany.

El pòdium de la primera jornada de les finals el va encapçalar l'Òscar Hidalgo



Equip organització finals pescasub14

(Skaphos Sub), amb 19.860 punts. El van seguir, en aquest ordre, el Roger Amat (SPAS), amb 11.070 punts; l'Òscar Sagué, (APS), amb 11.020 punts; el Joaquín Jiménez (CASEP), amb 9.095 punts, i l'Omar Tauste (CAS Marman), amb 7.460 punts.

La segona mànega es va disputar des de Mataró a Arenys de Mar i va oferir als participants i als vianants del port mataroní l'espectacle de veure totes les semirígides navegant a altes velocitats darrere de l'embarcació nodrissa de l'organització fins al punt de la sortida neutralitzada.

Durant gairebé tota la nit havia estat plovent, cosa que en principi feia pensar que les aigües podien estar tèrboles. Per això, molts esportistes van optar per pescar en zones properes a terra. L'Òscar Hidalgo i l'Eloy Martínez, però, van optar per anar a pescar a aigües profundes.

El Xavi Blanco va guanyar la prova amb una bonica pescada en què hi havia moltes espècies diferents que li va permetre assolir els 21.920 punts.

La segona posició la va fer l'Òscar Hidalgo, amb 19.490 punts i un preciós con-

gre de 8.730 grams; la tercera va ser la de l'Eloy Martínez, amb 17.395 punts. La classificació la van tancar l'Òscar Sagué, amb 12.525 punts, i l'Enrique Domínguez (ADAS Cavalldemar), amb 9.470 punts.

Després de les tres proves selectives i les dues mànigues de la final, la classificació acumulada definitiva ofereix aquests resultats:

- *Campió de Catalunya:* Òscar Hidalgo Hernández (Skaphos Sub), amb un coeficient del 351,71 %.

- *Subcampió:* Eloi Martínez Caparrós (SES Tarragona), amb un coeficient del 312,16%.

- *Tercer:* Xavi Blanco Pastor (SPAS), amb un coeficient del 305,88 %.

- *Quart:* Òscar Sagué Pla (APS), amb un coeficient del 285,01 %.

- *Cinquè:* Omar Tauste Baptista (CAS Marman), amb un coeficient del 226,01 %.

“Redacció”



Equip de l'SPAS MATARÓ - Xevi Blanco Pastor, Roger Amat Gonzalez i Òscar Hernández, guanyador de la Copa Catalana 2014

Tallers

GILBO, 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**
Email: **gil-bo@gil-bo.com**

Port & Mataró

CONSORCI GENERALITAT DE CATALUNYA
I AJUNTAMENT DE MATARÓ

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

Àmplia 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

CAMPIONAT D'ESPANYA INDIVIDUAL 2014-ROTA



El Xevi Blanco ha assolit, un cop més, una fita realment espectacular: quedar sub-campió d'Espanya individual a Rota. Aquest fet de màxima transcendència li va donar el bitllet per anar de titular al Mundial del Perú que es va disputar a primers de novembre. És un fet sense precedents a l'esport català.

El Xevi ja va quedar en quarta posició ara fa dos anys en els nacionals que es van re-

alitzar a Cadis en guanyar la segona mà-nega amb autoritat.

Les ganes, la preparació i el bon moment de forma d'aquest jove pescador han suposat una combinació perfecta per tancar una magnífica actuació en aquest nacional individual.



CAMPIONAT SOCIAL PARELLES PESCASUB 2014



El Lluís Olmo i el Josep Lluís Pizarro, fent parella, es van proclamar nous campions socials 2014 en un frec a frec amb els vigents campions, el Xevi Martínez i el Joan Graupera, que veien com, per pocs punts, no podien revalidar el títol assolit l'any passat. Les pescades varen ser molt treballades perquè la visibilitat de l'aigua tot just era d'un parell de metres en el millor dels casos.

CAMPIONAT SOCIAL INDIVIDUAL PESCASUB 2014

Aquest any hi ha hagut canvis al capdavant del social individual, que ha guanya de forma clara i contundent el pescador i fotògraf submarí en José Luis Gómez, que debutava en un social. Les dues mànegues en què es va dividir la prova varen ser clarament del seu color. En la primera, disputada a Vilassar de Mar, va realitzar una excel·lent i intel·ligent pescada amb visibilitats de poc més d'un metre.



Podi pescasub 2014 SPAS



Jose Luis amb un bonic llobarro fet a la primera mànega



José Luis e Irene

En segon lloc i també amb una bonica demostració de pesca, se situa el veterà Esteban Patricio. El podi el tanca el José Pérez, jove pescador i apneïsta que, cada cop més, mostra la seva part més competitiva a les proves.

LLIGA D'HIVERN 2014

Com ja és habitual durant la temporada d'hivern, es realitza aquesta lliga, que tot sigui dit, atrau a força socis a participar i, així, els per-



met entrenar-se de cara a la nova temporada de competicions.

Les aigües fredes, brutes i mogudes han sigut la tònica general d'aquesta edició que ha tingut com a seus, en primer lloc, Cala Canyelles, després Llançà i, per concloure, Mataró. El campió aquest any ha estat el veterà David Garrés, que guanya la competició per primer cop. El segueixen el Jaume Raventós i el Xevi Blanco, que ha vist com, en aquestes proves, no hi ha res escrit.

Un cop més, bon ambient i ganes de pescar.

PEÇA MAJOR



Pizarro



Pizarro peça major 2014 servia 40 quilos

DENTEX DENTEX

En llatí Dentex Dentex, el déntol un caçador ràpid, voraç, de mandíbula forta, desconfiat però agosarat alhora, capaç de posar les pulsacions del cor a 100 en distingir-ne el seu color lil·lós. Capaç de deixar-te clavat a la pedra quan s'atreveix a encarar-te aproximant-se a tota velocitat per imposar la seva territorialitat mentre el peix petit fuig d'ell.



El déntol és un espàrid que pot trobar-se durant tot l'any a les nostres costes i que és molt abundant a l'estiu quan l'aigua s'ha escalfat una mica perquè busca el menjar que abunda més durant els mesos calorosos.

Durant aquest període són molt actius, i es desplacen constantment, tot i que tenen les seves zones de caça. Abundants entre cotes que van des dels 6 fins als 40 metres, els desplaçaments solen fer-los en bancs amb exemplars de totes les mides, fins i tot acompanyats d'altres espècies com ara els bonítols, les servioles, grans sorells i fins i tot de tallahams. Acostumats a caçar en grup per poder assegurar l'èxit entre el caos i la confusió.

Durant els mesos de fred, és un peix que migra cap a aigües profundes, fredes i tranquil·les, lluny de les barques recreatives i dels pescadors. No obstant, no és estrany veure'n en cotes molt poc fondes en busca de l'escalf del sol i de menjar. L'actitud respecte al pescador canvia: es tornen molt més desconfiats i distants, són de reflexos més lents i la seva tonalitat de color es fa més fosca: fins i tot poden adoptar un pigat de color negre. En ocasions, van en bancs molt nombrosos i d'una mida considerable.

Pel seu comportament, per la mida d'alguns exemplars i per les grans imatges que ens aporta aquest peix, crec que pot considerar-se, el peix amb més gratitud de pescar a l'espera per excel·lència: és capaç de fer-te perdre la noció del temps d'una apnea mentre et fa la guitza i és una captura exigent que fa treure el millor d'un mateix.

Isaac Vives
Pescador submarí



DISTRIBUIDOR OFICIAL:

ARTABAN - FRETON

**Servei d'hivernada
d'embarcacions**

Venda i Servei

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



**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**

**escola nàutica
maresme**

www.escolanautica.com

Campionat de Catalunya de Fotosub Apnea 2014

Aquest any hem tingut un campionat de Catalunya de Fotosub Apnea molt emocionant. Cada selectiva l'ha guanyat un fotògraf diferent. Per tant, fins a la final, disputada a les illes Medes, no es va poder saber qui seria el guanyador absolut i qui lideraria la categoria femenina.



Campió de Catalunya 2014: Òscar Sagué (APS)

La primera prova disputada a Palamós la va guanyar el Kike Diaz, seguit a molt poques dècimes per l'Oscar Sagué i el Xavier Salvador. De les noies, el podi va ser per la Irene Mestre, seguida de l'Alexandra Prat i la Mari Carmen Maldonado empatades a punts. Després vàrem tenir la prova de la Boia, una selectiva una mica més exigent que les altres perquè les ai-



Subcampió de Catalunya: David Mandos (APS)

gües de Mataró poden ser molt dures segons les condicions meteorològiques i no tenim cota zero per descansar. Aquí es nota la forma física de cada participant. El guanyador va ser l'Oscar Sagué, seguit pel David Mandos i el Kike Diaz. L'Alexandra Prat es va fer amb el pòdium femení, seguida per la Irene Mestre i la Regina Malles. La tercera i última selectiva es va disputar a l'Ametlla de Mar. Molta mar de fons i aigües brutes. Aquest any no hem tingut sort amb les condicions de la mar.



3r Campionat de Catalunya: Enrique Diaz (CASEP)

Tot i això, el Xavier Salvador va aconseguir fer 53 espècies i va proclamar-se vencedor, seguit pel Kike Diaz i el David Mandos. En el pòdium femení, la Irene Mestre va fer el primer lloc seguida per la debutant Marina Navarro.

Arribem a les finals, això no pot estar més ajustat! Ens ho juguem tot en aquesta jornada. Com cada any, tenim uns convidats de luxe. La selecció Italiana. Ells també entren a la classificació general i poden ser determinants a l'hora de marcar els coeficients de cada espècie. Aquí també compta molt l'estratègia de cada partici-

pant. Tenim un dia d'entrenaments oficials i ens hem de planificar al minut com hem de desenvolupar la jornada. Aquí cada segon compta. Només disposem de cinc hores (que se'ns fan curtíssimes) per donar el màxim de nosaltres. Som un total de 24 participants i es troben un total de 84 espècies diferents! Brutal!



Campiona de Catalunya Femenina: Irene Mestre (SPAS)

El Xavier Salvador, del club Skaphos, guanya les finals amb un total de 65 espècies. Assoleix, així, el rècord d'espècies fotografiades en tots els campionats de

Catalunya disputats fins ara i queda campió de Catalunya en la categoria no rèflex. Enhorabona, biòleg!

La segona posició és per l'Òscar Sagué; la tercera és per al David Mandos; la quarta, per al Kike Díaz i la cinquena, per al José Luis Gómez. El pòdium femení el formaran la Irene Mestre, que guanya per primer cop el Campionat de Catalunya, l'Alexandra Prat, la Regina Malles i la Mari Carmen Maldonado. La Marina Navarro es proclama campiona de Catalunya de debutants i el seu pare, el Josep Navarro, el campió de veterans.

La classificació general queda així:

L'Oscar Sagué es proclama Campió de Catalunya de Fotosub Apnea 2014; subcampió, el David Mandos i tercer, el Kike Díaz. El Xavier Salvador, en quarta posició, campió de Catalunya categoria no rèflex. En cinquena posició, el Jose Luis Gómez i, en sisena, l'Antoni Salvà. El Siscu Díaz fa la setena i la Irene Mestre fa la vuitena. El novè és el Josep Navarro i el desè, el Miquel Clavero.



Selecció Catalana de Fotosub Apnea 2014

intentar fer fotos de qualitat i estar a l'alçada. Les cinc hores de competició van passar ràpidament i sense cap incidència greu. Tota l'organització -equips de salvament, exèrcit, etcètera- va estar al nostre servei d'una manera impecable. Això fa que estiguis molt segur i tranquil a l'aigua i que et puguis concentrar al 100% en la competició. A les dues es va fer el bolcat de targetes i més tard, sobre les 8 de la tarda, el lliurament de les col·leccions a presentar. Fins l'endemà no sabríem qui ocuparia el podi. Ara són tot preguntes i especulacions. Aquest any, a la reunió prèvia, es va decidir que quan ens entreguessin les puntuacions, no ens posarien la suma total. D'aquesta manera no sabríem els guanyadors fins a l'entrega de premis. Això ha donat més emoció al campionat.

Un any més, la selecció canària acapara les primeres posicions. Les set primeres places son totes per ells. El Juan Carballo revalida el títol de Campió d'Espanya per tercer any consecutiu. El subcampionat

se'l va emportar l'Isidro Felipe Pérez i el Tanasú Motas va fer el bronze. En categoria femenina, la Pili Diaz es fa amb el títol de Campiona d'Espanya i la Irene Mestre amb el subcampionat, seguida d'un altre canària, la Cristina Camacho. La millor foto de coeficient 2 és la del David Mandos, amb un peix ballesta. La millor foto de coeficient 1'5 és per l'Abigail Marín, amb tres barrigudas molt divertides, i la millor foto coeficient 1 és per al Kike Díaz amb un raor.

La propera edició del Campionat d'Espanya ses farà en aigües mallorquines, a Cala Ratjada, cap a principis d'octubre. Així que ja sabeu, nois i noies, us animo a què vingueu als selectius de Catalunya i a què gaudiu d'aquesta disciplina tan divertida i enriquidora. Mai torneu a casa sense una bona captura!

Un parell de fotos de la meva col·lecció.

Un raor, una escòrpora (*Scorpaena mediterranea*) i una castanyola.





FEDERACIÓN CANARIA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS

XXIV CAMPEONATO DE ESPAÑA DE CAZA FOTOSUB APNEA

San Blas-San Miguel de Abona (Tenerife), del 23 al 26 de octubre de 2014

CLASIFICACIÓN ABSOLUTA

Absolutos	Fem.	Id.	Deportista	Federación	Especies	Puntuación
1		AD	JUAN ANTONIO CARBALLO DIAZ	FED. CANARIA	52	1068.0
2		AI	ISIDRO FELIPE PÉREZ	FED. CANARIA	54	1068.0
3		AF	TANASU MONTAS GARCÍA (Cajamar)	FED. CANARIA	48	960.5
4		AH	JOSE ANTONIO MESA PÉREZ	FED. CANARIA	50	954.0
5		AB	RUYMAN ESCUELA RODRÍGUEZ	FED. CANARIA	48	947.0
6		AV	SERGIO DORIO GONZÁLEZ	FED. CANARIA	44	880.0
7	1	AC	MARIA PILAR DÍAZ RUIZ	FED. CANARIA	42	772.0
8		AD	XAVIER SALVADOR COSTA	FED. CATALANA	42	727.0
9		AT	JESÚS YERAY DELGADO DORTA	FED. CANARIA	43	718.0
10		AM	DAVID MANDOS ROCA	FED. CATALANA	37	690.3
11		AN	EMIROQUE DÍAZ HERNÁNDEZ	FED. CATALANA	41	678.0
12		AR	LUIS ALBERTO MARTÍNEZ	FED. GALLEGA	38	649.0
13		BA	FRANCISCO JAVIER FENÓY	FED. ANDALUZA	39	628.3
14		AL	JUAN CARLOS FLORIT	FED. BALEAR	36	586.5
15		AI	ANTONIO JOSÉ CARBALLO PÉREZ	FED. CANARIA	33	581.0
16		AA	RADA LÓPEZ SANCHEZ	FED. VASCA	33	574.0
17		AK	JUAN JAMIE MOYA GÁLMEZ	FED. BALEAR	33	570.0
18	2	AG	IRENE MESTRE CRAMP	FED. CATALANA	32	555.0
19	3	AE	CRISTINA CAMACHO PUERTA	FED. CANARIA	32	532.0
20		AB	HECTOR COSTA FERNÁNDEZ	FED. GALLEGA	28	531.5
21	4	AP	ALEXANDRA PRAT I PRAT	FED. CATALANA	32	517.5
22		AJ	ABIGAIL MARTÍN HERNÁNDEZ	FED. CANARIA	32	487.5
23		AZ	JOSÉ JAMIE SAMANEGO NAVARRO	FED. VALENCIANA	31	474.0
24	6	AD	MARIA RAYTA MARRERO VEGA	FED. CANARIA	25	399.5
25	7	BC	YAZA CARRETE TORRES	FED. VASCA	28	368.5
26		AN	JOAQUÍN FOXO GELLUDA	FED. VALENCIANA	27	364.0
27	8	AW	ANA MARIA HERNÁNDEZ	FED. CANARIA	27	357.5
28		BB	JESÚS VILLALBA BAJENETA	FED. VASCA	20	308.5
29	9	AY	SONIA MONLLAU BORJÉ	FED. VALENCIANA	14	155.0



FEDERACIÓN CANARIA DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS

XXIV CAMPEONATO DE ESPAÑA DE CAZA FOTOSUB APNEA

San Blas-San Miguel de Abona (Tenerife), del 23 al 26 de octubre de 2014

CLASIFICACIÓN FEMENINA

Fem.	Id.	Deportista	Federación	Especies	Puntuación
1	AD	MARIA PILAR DÍAZ RUIZ	FED. CANARIA	42	772.0
2	AG	IRENE MESTRE CRAMP	FED. CATALANA	32	555.0
3	AE	CRISTINA CAMACHO PUERTA	FED. CANARIA	32	532.0
4	AP	ALEXANDRA PRAT I PRAT	FED. CATALANA	32	517.5
5	AJ	ABIGAIL MARTÍN HERNÁNDEZ	FED. CANARIA	32	487.5
6	AD	MARIA RAYTA MARRERO VEGA	FED. CANARIA	25	399.5
7	BC	YAZA CARRETE TORRES	FED. VASCA	28	368.5
8	AW	ANA MARIA HERNÁNDEZ	FED. CANARIA	27	357.5
9	AY	SONIA MONLLAU BORJÉ	FED. VALENCIANA	14	155.0

CLASIFICACIÓN POR EQUIPOS

Nº	FEDERACIÓN	PUNTOS TOTALES
1	FEDERACIÓN CANARIA	2186.5
2	FEDERACIÓN CATALANA	1417.5
3	FEDERACIÓN GALLEGA	1180.5
4	FEDERACIÓN BALEAR	1186.5
5	FEDERACIÓN VASCA	942.5
6	FEDERACIÓN VALENCIANA	773.0
7	FEDERACIÓN ANDALUZA	628.3

ESTADÍSTICA HISTÓRICA

2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	CAZA FOTOSUB APNEA (NAFOSUBAPNEA)
20	21	22	25	29	24	28	29	Total participantes
3.154	4.242	3.710	4.927	5.813	4.933	7.261	6.207	Total de fotografías realizadas
				20.404	19.108	35.058	35.058	Tamaño en disco
517	666	522	863	1.252	915	1.231	1.053	Total de fotografías presentadas
				460	583	489		Total de fotografías valoración arbitral
64	63	53	62	76	68	93	71	Total de especies fotografiadas entre todos los participantes
7	8	7	8	9	9	9	7	Total fotografías automáticas categoría masculina
3	3	2	2	2	2	3	4	Total fotografías automáticas categoría femenina

ENTREVISTA IRENE-SOTSCAMPIONA D'ESPANYA

Avui tenim l'immens plaer de poder conversar amb l'actual subcampiona d'Espanya de fotosub en apnea, tota una fita que no es queda tan sols en l'apartat esportiu.

• Bon dia Irene, felicitats en primer lloc! El mèrit és impressionant, tot i que els que et coneixem i et seguim saben de les teves possibilitats, ja demostrades, tot s'ha de dir. Com ho has viscut?

Moltes gràcies!! Anar al Nacional per mi ja era tot un premi i realment anava a gaudir-lo moltíssim. M'ho volia prendre com una experiència enriquidora, perquè pensava que amb l'altíssim nivell que tenen tots els fotògrafs no tenia cap esperança de quedar en el podi. Només volia anar a passar-m'ho bé i viure el moment. Ajudar-me un cop a l'any amb tots els amics d'arreu de la península i anar a l'aigua amb ells és tot un privilegi i intento absorbir com una esponja tots els consells. Fixant-se molt en l'estratègia de cada un també s'apren molt.

• Parlem en primer lloc de com t'entrenes, de com te'n has anat fent com a fotògrafa i competidora a la vegada.

Sempre que puc, vaig a mar. No m'agrada posar-me excuses com avui fa molt de fred, ho hi ha mala mar, l'aigua serà bruta... Cada vegada que tinc l'oportunitat d'anar a l'aigua l'he d'aprofitar perquè, per motius laborals, durant la setmana no faig res d'esport. Algun dia surto a córrer amb el gos però poca cosa més. El meu entrenament es concentra en els caps de setmana i els festius. Ara, però, he passat una temporada llarga de baixa, recuperant-me de l'accident que vaig patir i els últims mesos sí que he portat un bon ritme anant a mar. Bé anant amb pescadors, a fer fotos o simplement a la platja amb la família, mai desaprofites l'ocasió per practicar l'apnea. L'alimentació i el descans també es un 30 per cent de l'entrenament, encara que a vegades ho deixem una mica de costat.

• Algun referent dins d'aquest món?

En tinc molts però, sens dubte, ara mateix l'exemple a seguir és la Selecció Canària capitanejada pel Juan Carballo, actual Campió d'Espanya. L'admiro com a fotògraf, com a esportista i, sobretot, com a persona. Igual que a la Pili Diaz, actual Campiona d'Espanya femenina. Sense oblidar-me del Kike Diaz, del David Mandos i de l'Òscar Sagué, que sempre han estat en el més alt d'aquesta disciplina. El més important per a mi és que sempre han estat al meu costat i fent pinya.

• Quin diries que és el camí que segueix la fotografia submarina en apnea en l'actualitat?

M'agrada que em facis aquesta pregunta. He estat reflexionant en això. Des de fa un parell d'anys, la fotosub en apnea ha agafat un nivell molt i molt alt. Abans no feia falta anar a fer zona gaires dies abans. Si mirem les classificacions, podem veure que fèiem una mitja de 40-45 espècies per competició. Actualment, si no en fas més de 50, estàs fora de les 10 primeres posicions. També, gràcies als jurats que hem anat tenint, la qualitat de les fotos és cada vegada més comparable a la de les competicions amb escafandre. Tenint en compte que nosaltres anem a pulmó lliure i tenim només 5 hores per aconseguir una col·lecció d'uns 30 fotons en una zona de competició a vegades excessiva, la qual



has de recórrer sencera i pentinar-la al mil·límetre per trobar aquella espècie que et pot donar el campionat, has de tenir el cap fred, una bona estratègia i un estat físic òptim, a més a més del factor sort. Actualment, la fotosub en apnea ja no és un joc individual. Sí que es veritat que el dia de la competició t'ho jugues tot tu sol, però, a l'hora de preparar-te un Nacional, si no fas pinya amb la teva selecció, ja has begut oli! Trobo que, en aquest sentit, encara hem de treballar força, però anem pel bon camí.

• **Trobes dura per tu la competició al màxim nivell?**

Sí. Es molt dura. Però molt gratificant. Els nervis que passes, el desgast físic i psicològic, l'exigència que et demanes a tu mateix i la por a que no et surtin bé les coses, que falli alguna cosa de l'equip fotogràfic, que no te trobis bé, que et fallin els peixos que tenies vistos, etc. Després de tres anys sense competir, assolir de nou aquest nivell ho veia realment molt complicat. M'han quedat unes seqüeles físiques que creia que no em deixarien gaudir més d'aquest esport al 100 per

cent però, a base de molt esforç i patiment, aquest any he obtingut la millor recompensa.

• **Bé, arriba el Campionat d'Espanya i quedes segona. T'ho esperaves? Com ho vas viure?**

Se'm va quedar cara de "s'han equivocat, no pot ser! No m'ho puc creure!" Estava flipant! La meva expressió era el reflex del meu estat de sorpresa. Va ser la cirereta del pastís! Una experiència molt emocionant! Aquest any ha estat duríssim i quedar Campiona de Catalunya ja va ser per tirar coets però quedar subcampiona d'Espanya... Brutaaaaa!

• **Com us vàreu preparar la competició, i quina era la teva millor arma d'atac? Com ho veus per guanyar-lo un any d'aquests?**

Vaig anar a l'aigua cada dia. Fèiem unes cinc horetes al matí, dinàvem i, a la tarda, que en teoria era per descansar o fer una mica de turisme, acabàvem un altre cop en remull. La zona era immensa. De punta a punta tenies gairebé mitja hora, tres quarts nedant sense



parar. Ens havíem d'adaptar a les condicions de la mar, les marees, mar de fons, aigües no gaire netes i sobretot la profunditat. A poc a poc vaig anar agafant confiança i fent-me un mapa de com em plantejaria la prova. A primera hora aniria a buscar peixos fonsos i quan estigués més cansada faria els de pet d'ones. Em vaig fer un llistat d'unes 30 espècies i al final vaig aconseguir fer-ne 33. Els peixos pelàgics i la sort comptarien molt. La meua estratègia va ser prendre-m'ho com un dia d'entrenament i intentar deixar la pressió i els nervis de costat. Sempre em mentalitzo de què vaig a gaudir i que sortirà el que hagi de sortir. Així sempre estic de bon rotllo.



T'he de dir que el nivell de les dones en aquest esport és brutal. Assolir un Campionat d'Espanya és molt complicat actualment. Seria un somni guanyar-lo algun dia. L'any vinent se celebrarà a Mallorca i primer m'he de classificar aquí. Em queda un llarg camí per endavant però faré tot el que estigui al meu abast per guanyar. Però prefereixo no obsessionar-me amb això. Si ha de ser serà i si no, no passa res.

• Què n'has après de tot plegat aquest any?

He après que tot esforç té la seva recompensa, he après a ser una mica més pacient, he après que per més dificultats que tinguis, has de seguir lluitant fins a l'últim alè, que no pots rendir-te i que queixar-se no serveix de res. S'ha de ser valent i constant, observa-

dor, perseverant, creure en tu mateix i deixar que el temps et faci madurar. La impaciència no et porta a enlloc. Ara queda el més difícil: revalidar el títol o millorar-lo!

• I ara què? Digues-nos un desig

El meu desig és que aquesta disciplina creixi any rere any i estar en el podi amb la meua parella, en Jose. Sens dubte això seria el súmmum. Li he de donar les gràcies públicament ja que sense el seu suport aquesta fita no hauria estat possible. Sempre ha estat en els moments que més l'he necessitat i això es nota en els resultats. Aquest any no s'ha pogut classificar perquè ha estat més pendent de mi i de si em trobava bé que de competir ell. També he d'agraciar a Mares que continuïn donant-me suport. Tenint en compte aquests anys de secà, encara es d'agraciar molt més. I, per suposat, agrair també al nostre club, l'SPAS el seu suport. I tinc un últim desig. Ara que bona part dels pescasubs teniu aquestes càmeres amb què us graveu les captures i que a més poden fer unes fotos xulísimes, us convido a fer un social de fotosub en apnea! Què us sembla? Accepteu el repte? M'encantaria que canviéssiu el fusell per la càmera una jornada. Sereu capaços?

Moltes gràcies, felicitats un cop més per aquesta magnífica demostració de treball ben fet i animar-te a seguir fent camí dins d'aquest magnífic esport.



Xavier Martínez i Ayuso
President de l'SPAS





FOTOSUB APNEA COPA CATALANA 2014

COPA CATALANA			2014				COPA	CATA	LANA
			LLORET	ROSES	ST FELIU G	LLANÇÀ		3 de 4	
			Canyelles	Montioi	Bigatà	Tamariua	Total	TOTAL	Class
			23/02/14	30/08/14	14/09/14	20/09/14			
O06	SALVADOR, Xavier	SKAPHOS	84,58	93,81	100	100	378,39	293,81	1
O07	SAGUE, Oscar	APS	98,73	100	93,38	X	292,11	292,11	2
O05	SALVA, Antoni	SPAS	73,24	89,35	75,09	82,54		246,98	3
O04	PRAT, Alexandra	ACASCB	85,06	AM / npf	65,29	72,39		222,74	4
O02	CLAVERO, Miquel	ACASCB	52,15	X	72,05	73,68		197,88	5
O01	PANELLA, Enric	ACASCB	87,12	X	52,59	X	139,71		6
O03	LLENAS, Manel	ACASCB	X	26,85	39,2	29,99	96,04		8
O10	GOMEZ, JoseLuis	SPAS	100	X	X	X	100		7
O12	DIAZ, Enric	CASEP	91,75	X	X	X	91,75		9
O13	MANDOS, David	APS	83,58	X	X	X	83,58		10
O14	DIAZ, Francesc	CASEP	74,32	X	X	X	74,32		11
O15	MALLES, Regina	APS	71	X	X	X	71		12
O16	NAVARRO, Josep	CASEP	57,56	X	X	X	57,56		13
O17	NAVARRO, Oriol	CAVALLM	56,47	X	X	X	56,47		14
O18	MESTRE, Irene	SPAS	53,56	X	X	X	53,56		15
O19	SANCHEZ, Francesc	SPAS	32,36	X	X	X	32,36		17
O20	MELCHOR, Oscar	SPAS	27,43	X	X	X	27,43		18
O21	NAVARRO, Marina	CASEP	12,24	X	X	X	12,24		19
O22	BENITEZ, M ^a Carmen	CEAD	npf	X	X	X	np		
O23	PUIG, Jordi	ACASCB	np	X	X	X	np		
O08	GIROUDON, JeanPierre	PP/FFESSM	X	X	X	43,37	43,37		16
(A03127279)									

(A03127279)

SPAS de Mataró

Social Fotosub apnea 2014

Esportista	Cala Canyelles	Trofeo Skaphos	Trofeo SPAS	Trofeo Ametlla	Medes d'Or	Cala Motjol	Sant Feliu de Guíxols	Trofeo CN Llançà	TOTAL	CLASSIF.
A. Salvà	73,24	100	93,58	100	87,13	100	100	100	753,24	1r
J.L. Gómez	100	93,65	100	87,30	100	NP	NP	NP	480,95	2n
I. Mestre	53,56	73,13	57,48	75,72	89,58	NP	NP	NP	349,47	3r
O. Melchor	27,43	42,59	36,85	44,98	60,61	NP	NP	NP	212,46	4t
F. Sánchez	32,36		46,66	43,98	58,08	NP	NP	NP	181,08	5è

ENTREVISTA JOSE PÉREZ SALVADOR

ENTREVISTEM JOSE PÉREZ SALVADOR TERCER MILLOR APNEISTA CATALÀ SÈNIOR 2013-2014

L'esportista del club SPAS de Mataró establert a Blanes ha finalitzat la temporada en el 3er lloc del global de proves que formen el Campionat de Catalunya d'Apnea -Apnea estàtica, Apnea dinàmica amb aletes (proves en piscina) i Jumpblue (prova a mar). En aquesta entrevista coneixerem com ho ha fet i com encara el futur.



- Estàs satisfet amb els resultats obtinguts?

Sincerament, no m'esperava quedar en 3a posició tenint en compte el nivell que hi ha a Catalunya i el fet de que era el primer any que disputava el campionat com a sènior.

En aquest aspecte, estic satisfet tot i que esperava obtenir millors marques aquest any.

- Ha estat molt dura la competència que has viscut en aquest darrer Campionat?

Sí. Com comentava a l'anterior punt, el nivell de Catalunya està molt per sobre del d'altres comunitats autònomes. Prova d'això són els resultats obtinguts com a selecció al campionat d'Espanya.

- En què creus que has millorat respecte anys anteriors?

Respecte a la millora personal, trobo que ha sigut un any d'adaptació. He hagut de fer la transició de bialea (aletes convencionals) a monoalea i he millorat lleugerament la meua marca personal. Respecte a la apnea estàtica, també he millorat lleugerament les meues marques de l'any anterior i he passat dels 6 minuts en competició.

En general, per diferents raons, m'he trobat molt més còmode tant en competició com en entrenaments. Ja no ha estat el primer any en què competia, cosa que et deixa més tranquil perquè ja coneixes tots els protocols d'una competició.

Un altre raó és que vaig fer un intensiu d'apnea a Egipte (Blue Hole) en què vaig obtenir el títol d'instructor d'apnea AIDA i que va comportar molts dies d'entrenament.

- En quines disciplines et trobes més còmode, més fort?

La disciplina de piscina que més m'atrau és l'apnea estàtica però també he de dir que, de mica en mica, em va agradant també la apnea dinàmica.



L'apnea estàtica consisteix en aguantar tant de temps com sigui possible immòbil amb les vies respiratòries sota l'aigua. És una disciplina que requereix especialment una gran relaxació i és un joc molt mental perquè l'únic que succeeix durant uns quants minuts és que el teu cos et demana, i de forma progressiva, que respiris. Mantenir la relaxació i treure el cap de l'aigua en el moment adient són clau en aquesta disciplina.

-Explica'ns com ha estat per a tu la transició de la bialeta a la monoaleta?

Força dura, la veritat. A principis de temporada vaig començar a utilitzar monoaleta en la disciplina d'apnea dinàmica i això implica "començar de nou" perquè és una

tècnica completament diferent a la tècnica amb aletes convencionals. El resultat ha estat una lleugera millora en el rendiment però encara queda molt per fer. Alguns cops m'he preguntat si hauria millorat més les marques si hagués continuat amb bialeta, però havia de fer el canvi i vaig decidir començar el més aviat possible.

- Com són els teus entrenaments?

La passada temporada vaig començar a la tardor amb entrenaments d'1 o 2 dies per setmana a piscina.

Vaig decidir dedicar prop del 70-80 % d'entrenaments a l'apnea dinàmica per treballar la tècnica i el físic que es necessita per utilitzar la monoaleta i el temps restant el vaig invertir en tractar de millorar l'apnea estàtica.

Fora de la piscina he complementat els entrenaments d'apnea amb les sortides de pesca submarina i amb estiraments específics.

Els estiraments que se solen practicar estan pensats per permetre guanyar elasticitat a la caixa toràcica i al diafragma. Els de la caixa toràcica et permeten guanyar



capacitat pulmonar i els de diafragma ajuden, entre d'altres coses, a suportar la pressió i a compensar en l'apnea profunda quan estàs a mar.

- Practiques altres esports que t'ajudin a millorar el teu rendiment?

Sí, practico la pesca submarina. Intento sortir, si la mar ho permet, un parell de cops per setmana.

Trobo que és una activitat prou completa i molt respectuosa amb el medi ambient.

- Segueixes una dieta específica? Quina importància té per a tu l'alimentació en l'esport?

No faig cap dieta. Indiscutiblement, és una eina molt important per millorar el rendiment dels esportistes però la veritat és

que de moment tinc altres prioritats i m'agrada menjar de tot.

L'únic que vigilo són els àpats d'abans d'entrenar o de sortir a pescar. Sempre intento no haver menjat res un mínim de 3 hores abans i que el que hagi menjat no sigui res gaire pesat. També evito la cafeïna abans d'entrenar.

- Quins objectius t'has marcat per a la propera temporada?

Una de les prioritats continua sent millorar la tècnica amb la monoaleta i treure-li rendiment de veritat. En estàtica, vull incloure canvis en certs punts i treballar en l'adaptació d'aquests canvis.

Gràcies i felicitats, Jose! Et desitgem molta sort en els teus objectius, que seguirem ben de prop.

Marc Jacas

Cap departament d'apnea SPAS



XERRADA ALEIX SEGURA

El passat 19 de febrer l'apneista Aleix Segura ens va delectar amb una esplèndida xerrada sobre l'apnea feta al nostre club.

L'exposició va girar al voltant de la pràctica i l'entrenament que du a terme per tal de millorar el seu rendiment i de, també, guanyar en autocontrol i seguretat.

La sala es va fer petita i els assistents, un cop escoltada l'exposició, varen fer un munt de preguntes al convidat.



ENTREVISTEM A XAVI BLANCO PASTOR, PRIMER CATALÀ EN PROCLAMAR-SE CAMPIÓ DEL MÓN DE PESCA SUBMARINA.



Xavi Blanco i Pastor neix a Barcelona fa 32 anys i viu bona part de la seva infantesa a la costanera població de Mataró. Ja de ben menut va començar a demostrar una enorme inquietud pel mar i no va trigar gaire a endinsar-s'hi guiat per un instint que l'ha dut fins al lloc més alt d'aquest esport. Compartim amb ell les emocions d'aquesta trepidant temporada.

1. Moltes felicitats, Xavi! T'has convertit en Campió del Món de Pesca Submarina, ho has fet fora de casa en l'any del teu debut i, a més, has estat el primer català en aconseguir-ho. Ja ho has assimilat, tot això? Com et sents un mes després d'haver tornat del Perú?

Molt i molt content. L'impacte ha estat enorme i he trigat forces dies a assimilar-ho tot plegat. Per mi anar al Mundial ja era un somni i quan em van dir que hi anava com a titular imagina com em vaig quedar. Les meves aspiracions eren intentar colar-me entre els 10 primers o a molt estirar fer podi però mai hagués imaginat tot el que vàrem aconseguir.

2. No només tu, sinó que tota la selecció heu fet història en ocupar els tres caixons del podi i guanyant també per equips. Vas pensar en algun moment que tot això podia passar?

En cap moment. El principal objectiu que teníem com a selecció era guanyar el campionat per equips i teníem un equipàs per a fer-ho. Ocupar llocs del podi ja era realment una cosa que vèiem molt lluny. Amb un mar tant difícil i unes condicions de pesca tant dures, res ho feia imaginar.

3. Sabem que les condicions del mar van ser duríssimes, més encara per a un pescador del Mediterrani. Quines van ser les claus per adaptar-te tan bé a aquelles aigües?

El primer de tot era fer hores d'aigua, que és el que més t'ajuda. Anàvem a mirar zona cada dia però sempre ens reservàvem una horeta i mitja al final per anar fora de zona a fer quatre trets. Aquelles aigües eren molt complicades i els tres primers dies recordo que ho fallava tot, no era capaç d'encertar ni un peix. Però poc a poc em vaig anar adaptant a la onada i vaig anar millorant les captures.

4. Què va ser per tu el més complicat al Perú? La manca de visibilitat? Les fortes onades?

El més difícil per mi va ser la mar, el període tant llarg d'onada que teníem. Era un infern. I, després, potser també la poca visibilitat, tot i que ja hi estic molt habituat. Potser això em va ajudar i tot, però realment va ser molt dur.

5. Et veies com el pescador més preparat del conjunt estatal? A qui veies favorit?

Per les condicions de la mar, per mi el més fort era el Santiago Lopez Cid, ja que està més acostumat a pescar dia a dia en aigües molt similars. Però tot i això, va estar força obert perquè, com que hi havia quotes i la possibilitat de

pescar per fora, vaig entendre que al final es faria una pesca mixta. És el que vaig fer, alternar entre pescar a la trencant i alhora tocant baixos més enfora, i em va anar bé.

6. Què creus que fa que un pescador s'adapti a aigües que no són habituals per a ell? Moltes hores mirant zona o també ho fa l'instint, això?

El que fa molt, sense dubte, és l'instint però no oblidem que les hores d'aigua i de preparació de la zona són molt importants. Es necessiten les dues coses a parts iguals. Hi va haver pescadors que van estar dos mesos preparant el campionat i després no els va anar bé.

7. El teu gran trampolí va ser el Campionat estatal de Cadis, on vas quedar segon després d'una increïble pescada. Què destaqués d'aquelles dues jornades?

La primera jornada em va anar francament molt bé i vaig poder fer una bona pescada. Pel que fa a la zona de la segona jornada, havia mirat molt poquet i no tenia gaire marques. És una zona molt bruta i difícil però el segon dia es va mig arreglar, es veia peix i es va poder fer un bon paper.



8. Tot i el gran paper que hi vas fer, el Campionat de Catalunya 2014 ha demostrat novament l'altíssim nivell de què gaudeix la pesca submarina a casa nostra amb grans pescades d'Oscar Hidalgo i Eloy Martínez.

Quin pronòstic fas per a l'edició del 2015?

Sempre he dit que aquí a Catalunya hi ha molt de nivell i sempre hi ha gent que està allà dalt posant-ho molt difícil. L'any vinent serà igual o més difícil de sobresortir pitjor, més encara perquè hi haurà una plaça més disponible per al proper Nacional.

9. Creus que l'efecte "campió del món" pot atemorir els teus rivals més directes o, ben al contrari, creus que ara te tindran més ganes que mai?

Atemorir no, al contrari! Ara ja no només els cracs seguiran donant guerra sinó que qualsevol pescador que vingui a Catalunya hi posarà més ganes que mai. Penso que el fet de poder estar a l'aigua al costat d'un campió del món atraurà molta més gent.

10. Et queden molts anys de pesca per davant i molts títols per guanyar. A banda del títol tant important que has aconseguit, el teu gran somni, n'hi ha d'altres que tinguis com a objectiu?

Sempre m'ha fet una il·lusió especial poder participar en el Màster de Palma. De petit sempre pensava en com seria estar en una prova com aquesta i, ara, aquest dia ha arribat. Hi aniré amb molta il·lusió i amb totes les ganes. De tota manera, penso que encara em queda molt per aprendre i això és el més bonic d'aquest esport.

Sabem que darrere de tots aquests èxits s'hi amaguen jornades de sol a sol dedicades a aquest esport, llargs viatges, avions i moltes hores restades a la família. Desitgem que descansis i que recuperis ben aviat les forces perquè et volem tornar a veure novament al lloc que et correspon, a dalt de tot dels millors podis.

Orgullosos del Campió en que t'has convertit i més encara de la gran persona que ets, felicitats Xavi!

Marc Jacas

Delegat Apnea SPAS Mataró



QUI EMBRUTA EL MAR?

L'any 2000 vaig assistir a unes jornades que, amb aquest mateix títol, volien ser una reflexió sobre com s'embrutava el mar. Es va editar una publicació amb les diverses intervencions. Aquest dies l'estava fullejant i ja es feia referència a la brutícia que es generava en el mateix mar i a la que arribava des de terra. El concepte de brutícia era molt ample i hi havia articles que tractaven dels efectes dels hidrocarburs, dels compostos organoclorats, de les pintures antiincrustants i dels agents tensioactius sobre els animals marins. De manera genèrica es parlava dels abocaments a mar des de vaixells, des de sistemes de sanejament terrestres, des d'instal·lacions industrials, de les aportacions de sorres a la costa, de la construcció d'infraestructures costaneres, de la introducció d'espècies exòtiques i també de com la normativa s'intentava adaptar per disminuir tota aquest problemàtica.

Malgrat els avenços tecnològics i les intervencions realitzades, sobretot en infraestructures de sanejament, seguim



embrutant el mar. Ja no utilitzem el mar com a abocador, ja no li tirem directament tot tipus de residus que semblava que el mar s'empassava, però sí que el tenim com a abocador en cas d'emergència: les aigües pluvials i residuals s'abocuen a mar en cas de fortes pluges i les indústries instal·lades a prop de rius o de la costa poden produir abocaments en cas d'emergències. Els vaixells no poden llençar a mar les aigües brutes però de quan en quan arriben a les nostres platges taques sospitoses.

Tenint en compte que el 80% de la contaminació que entra en el mar Mediterrani és d'origen terrestre és clar que si contaminem la terra també embrutem el mar. El 2000 s'exposava que l'entrada d'hidrocarburs al mar es donava en un 9% via atmosfèrica i el 37 % pels residus urbans i descàrregues industrials. Moltes ciutats catalanes, i sobretot les de l'Àrea Metropolitana de Barcelona, estan dins d'una zona de protecció atmosfèrica per la seva mala qualitat de l'aire. La principal causa d'aquesta mala qualitat es deguda al gasos que emeten els vehicles i no tant per emissions de la indústria. Les mesures que potencien el transport públic i que fan disminuir l'ús dels vehicles privats ens ajuden a millorar la qualitat de l'aire i de les aigües litorals.

Les primeres pluges arrossegueu els materials que hi ha als nostres carrers. Residus varis com ara les puntes de cigarretes i els productes que el trànsit diposita sobre el asfalt es condueixen cap al clavegueram. Si la pluja és molt intensa, tots aquests materials van a parar a mar. No embrutar els carrers de les nostres ciutats també ens ajudaria a tenir més net el mar.

Utilitzar productes de neteja i detergents ecològics també hi contribuiria.

En els darrers anys han aparegut productes d'higiene, com les tovalloletes i el paper higiènic humit, que són materials que senzillament haurien d'estar prohibits ja que, malgrat la seva comoditat, la societat no és capaç de utilitzar-los correctament. És més: com que es fa servir la tassa del vàter com a paperera, tots els productes susceptibles de tenir aquest destí final, per normativa, hauria de ser 100% biodegradables, fins i tot la seva part impermeabilitzant. No és possible que a les platges de Catalunya apareguin aplicadors de tampons, bolquers, compreses, bastonets de les orelles... després d'un episodi de pluges intenses.



Residus acumulats en el fons a Badalona

Darrerament, amb la tecnologia dels robots submarins, hem pogut accedir a estudiar les grans fondàries dels nostres mars i una de les coses que s'han descobert són acumulacions de residus en els canons submarins. Ho podeu llegir a <http://www.icm.csic.es/el-mar-un-abocador-en-alguns-punts-del-mediterrani-hem-extret-m%C3%A9s-escombraries-que-biomassa>. Una de les conclusions extreïdes és que es generen microplàstics que els animals marins ingereixen i que els provoca la mort per ofegament o per desnutrició ja que els obstrueixen els seu sistema digestiu. A més, l'estudi deixa constància que és una problemàtica comú a les zones profundes dels oceans i no només del mar mediterrani. També m'agradaria que poguéssiu entrar a la web: <http://www.midwayfilm.com/>: és un documental sobre l'efecte dels plàstics en les aus marines en unes illes que es troben a 2.000 km de terra ferma.

La conclusió de la jornada, a l'any 2000, era que el mar l'embrutàvem entre tots i malauradament la situació al 2014 no ha canviat. Crec que entre tots podem minimitzar el problema, inclòs el nostre col·lectiu de submarinistes, encara que egoïstament, ja que volem gaudir d'uns fons marins de bona qualitat ambiental.

Gregori Muñoz-Ramos
Departament medi ambient SPAS-biòleg



mares |
pure instinct



NETEJA DELS FONS MARINS DE MATARÓ

Un any més, des de l'SPAS, hem organitzat la neteja dels fons marins. Certament, l'activitat ja s'ha consolidat com una de les més seguides pels nostres socis. Es tracta, doncs, d'una activitat social amb clara voluntat constructiva, però sempre des del vessant reivindicatiu. Aquest any, la quantitat de restes que es varen trobar als fons mataronins superava els 100 quilos.



L'Oscar fent l'exposició inicial

La jornada va arrencar amb una explicació per part del nostre soci Òscar Montferrer sobre com abordar les deixalles que es podien trobar i de com manipular-les. Un cop fora l'aigua, les deixalles extretes es varen depositar en contenidors específics que va posar el Port de Mataró a disposició del club.

Grup de voluntaris



LES ESPÈCIES MÉS PERILLOSES DEL MEDITERRANEE



**JORNADA
MEDIAMBIENTAL**

Diumenge, 26 d'octubre

**NETEJA DEL
FONS MARÍ**

Inscripcions a:
spas@spas-mataro.cat
Tl. 639 119 093
annamaria@blaumar.cat

organitzat: SPAS
SOCIETAT
DE PESCA I
ACTIVITATS
SUBAQUEÀTIQUES

QUI EMBRUTA EL MAR?



Mataró, ciutat
mediterrània

Port de Mataró

Ajuntament
de Mataró

50 ANS
1965-2015

SPAS

BLAUMAR

SPAS poster neteja fons



Abans de realitzar l'immersió

LES DIVISIONS DELS OCEANS

Tots hem sentit molts cops termes com ara regió abissal, sistema bentònic o zona afòtica i tot i que sabem que són zones del medi marí, sovint desconeixem exactament a què es refereixen molts d'aquests conceptes. Amb aquest article intentem presentar d'una manera senzilla els principals sistemes que s'usen per dividir les diferents zones dels mars i oceans, quins són els paràmetres que es prenen com a referència i quines són les diferents regions resultants d'aquesta classificació.

Una de les divisions més típiques i també més conegudes dels oceans és la que es fa en funció de la fondària. Segons aquest paràmetre podem trobar les següents regions:

Zona epipelàgica: Delimitada entre la superfície i els 200 metres. De manera general se sol establir que aquesta és la zona on arriba prou llum com perquè es pugui fer la fotosíntesi, tot i que aquest límit varia molt i depèn de tants factors que aquesta referència és més conceptual que real.

Zona mesopelàgica: Es troba situada entre els 200 i els 1000 metres. Igual que amb la zona epipelàgica, se sol considerar que en aquest regió la llum encara hi arriba però no amb prou intensitat com perquè s'hi pugui fer la fotosíntesi. Tal com hem explicat abans, això no deixa de ser una aproximació. També és en aquesta zona on se sol trobar la termoclina permanent, un canvi bruscat de les temperatures més calentes de les aigües superficials a les molt més fredes de les més profundes.

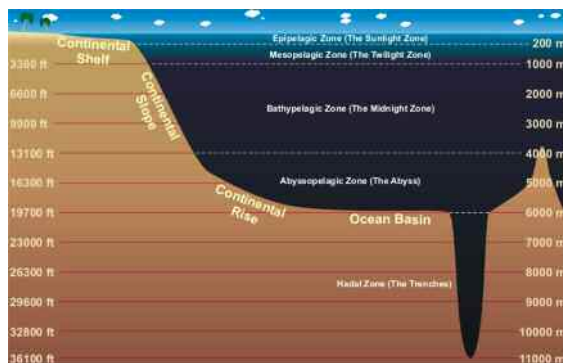
Zona batial: Situada per sota de la zona mesopelàgica, s'allarga fins als 4000 metres i coincideix amb la zona de més pendent del talús continental, del que ja parlarem més endavant.

Zona abissal: Possiblement la més coneguda, va des dels 4000 als 6000 metres i coincideix amb la part final del talús continental,

on la pendent se suavitza, i la conca oceànica, que és pròpiament el fons dels oceans.

Zona hadal: És la regió que se situa per sota dels 6000 metres, una fondària poc habitual i que normalment coincideix amb les fosses més profundes del planeta, arribant fins als prop de 11 quilòmetres de la fossa de les Marianes.

Cal puntualitzar que, tot i que les regions esmentades són les que són i el seu ordre és l'exposat, no hi ha un consens absolut en els límits de les mateixes i és normal trobar bibliografia o pàgines web on s'estableixin uns marges lleugerament diferents. Davant d'aquestes discrepàncies, he optat per seguir el criteri de la NOAA (National Oceanographic and Atmospheric Administration), l'agència oceanogràfica del govern dels Estats Units, possiblement la més avançada del món tant en materials i tecnologies emprades com en estudis i investigacions desenvolupades. No obstant això, i com les fondàries de referència són arbitràries, altres valors que s'hi aproximïn seran igualment vàlids.



Esquema de la divisió dels oceans en funció de la fondària.
Font: NOAA http://www.srh.noaa.gov/jetstream/ocean/layers_ocean.htm

Mirant l'esquema anterior podem trobar altres conceptes que també estan relacionats amb les diferents divisions dels oceans. El primer d'ells té una clara influència ecològica i ens permet dividir l'oceà en:

Pelagos o sistema pelàgic: Fa referència a tot allò que es troba en la columna d'aigua. El conjunt de totes aquelles partícules o organismes que es troben en suspensió s'anomena sèston, que engloba tant el conjunt de partícules orgàniques i inorgàniques inanimades, que s'anomena trípton, com els éssers vius, que a la vegada es divideixen en plàncton - organismes que viuen en la columna d'aigua i van a la deriva - i nècton - organismes que viuen en la columna d'aigua i amb capacitat natatòria suficient com per vèncer els corrents.

Bentos o sistema bentònic: Fa referència a tot allò que es troba lligat al fons marí.

És per això que, en la figura anterior, a les zones batial i abissal se les cita com bati-pelàgiques i abissopelàgiques respectivament, termes usats si només ens referim a la columna d'aigua.

També observant el gràfic de més amunt podem veure encara una altra divisió que aquest cop està relacionada amb la zona del fons marí on ens trobem. Segons aquest paràmetre tindrem:

Plataforma continental: És la zona menys profunda dels fons marins i representa la continuïtat de les superfícies terrestres per sota del nivell del mar. Es caracteritza per ser una zona de suau pendent que s'allarga fins al trencament del talús. La plataforma continental pot variar molt d'amplada. Hi ha zones on gairebé no existeix com a les regions de subducció de plaques tectòniques i regions on es pot allargar més enllà dels 1000 kilòmetres com en el cas de la plataforma siberiana de l'Àrtic. De mitjana, l'amplada de la plataforma continental se situa al voltant dels 65 kilòmetres i la fondària a la que s'acaba es troba sobre els 130 metres.

Cal no confondre la plataforma continental geogràfica amb la que estableix el dret marítim internacional que es regeix per uns altres criteris.

Talús continental: La fi de la plataforma continental i l'inici del talús continental ve

determinat per un canvi de la pendent del fons, passant del descens suau de la primera a un pendent molt més pronunciat del segon. El talús continental pot tenir bastants kilòmetres de llargària i arribar a fondàries de fins a 9000 metres, tot i que l'habitual sol situar-se entre els 3000 i 4000.

Enmig del talús podem trobar, com si fossin cicatrius, els canons submarins, valls excavades dins del talús pels forts corrents que baixen pendent avall arrossegant sediments i detritus de tots tipus.

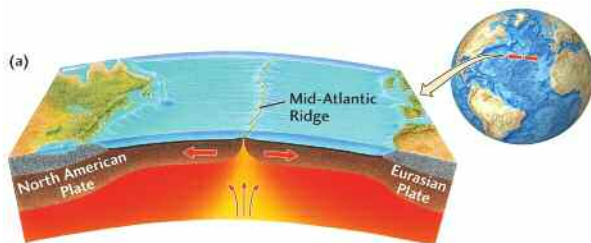
Peu del talús: El peu del talús és la zona final del talús on el pendent se suavitza de manera notable a causa de l'acumulació de tots els sediments que han estat arrossegats cap al fons.

El peu del talús representa el final del marge continental i una zona de transició cap a la conca oceànica.

Conca oceànica: L'inici de la conca oceànica coincideix amb la fi del marge continental, implica el canvi de les plaques tectòniques continentals a les oceàniques i és pròpiament dit el fons dels oceans. En el seu si hi trobem les planes abissals i les dorsals o serralades submarines. Aquestes últimes solen trobar-se en mig de la conca oceànica i aporten nou material a l'escorça oceànica. Les planes abissals són zones sense gairebé pendent que es troben entre les dorsals oceàniques i el marge continental.

En la conca oceànica podem trobar també illes volcàniques i les famoses fosses oceàniques.

En aquesta última divisió caldria afegir també a l'inici la zona litoral i fins i tot la in-



En aquest esquema es pot veure com funciona la conca oceànica de l'Atlàntic Nord (<http://bc.outcrop.org/images/tectonics/press4e/figure-02-06a.jpg>)

termareal, però aquests són conceptes molt més locals i influïts pels interessos i les activitats humanes, de dimensions molt més reduïdes i que molts cops són obviats quan es fan divisions d'abast oceànic.

També cal citar el que és coneix com a província o zona nerítica. És la zona marina que es troba just per sobre de la plataforma continental. És la que generalment conté més abundància i diversitat d'organismes i ecosistemes i la que també es veu sotmesa a una major explotació per part d'activitats humanes de tots tipus, especialment pesqueres. Quan sortim de la plataforma continental passem de la zona nerítica a la província o zona oceànica.

L'última divisió que exposarem és aquella que depèn de la presència o no de llum en la columna d'aigua. En aquest cas trobem dues regions:

Zona fòtica: És la zona on hi arriba la llum

del sol. A la vegada es divideix en:

Zona eufòtica: Zona on hi arriba llum del sol suficient com perquè els organismes fotosintètics puguin fer la fotosíntesi.

Zona disfòtica: Zona on arriba llum del sol però no amb la intensitat suficient com perquè hi hagi fotosíntesi.

Zona afòtica: Zona de la columna d'aigua on no hi arriba la llum del sol.

Aquestes són només algunes de les possibles divisions que ens podem trobar en el medi marí. Òbviament, hom pot perfilar la columna d'aigua segons el paràmetre que més li convingui (salinitat, temperatura, densitat...) i segons els resultats obtinguts establir la seva pròpia divisió. Podem obtenir, per tant, tants mètodes de classificació com vulguem o ens interessi. En aquest escrit hem presentat els més comuns i el més utilitzats.

Xavier Seglar

Tècnic de l'Escola del Mar de Badalona



GABINET AYUSO

Economistes-Assessors Tributaris
Procediments Concursals



Camí Ral, 33 baix 08301-Mataró
Telf: 937 90 85 95
Mail: ayuso@economistes.cat

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

L'SPAS I LA FECDAS HOMENATGEN EL XEVI BLANCO, CAMPIÓ DEL MÓN DE PESCA SUBMARINA

El club SPAS i la FECDAS fan un acte d'homenatge dedicat al Xevi Blanco, flamant campió del món de pesca submarina

L'acte ha tingut lloc el dissabte 29 de novembre a la mataronina sala Cabot i Barba i ha comptat amb l'assistència d'autoritats civils i esportives, com ara la de l'alcalde de Mataró, Joan Mora; la del director del Consell Català de l'Esport, Gerard Martí Figueras; la del regidor mataroní Miquel Rey; la del president de la Federació Catalana d'Activitats Subaquàtiques (FECDAS), Salvador Punsola; la del vicepresident de la Federació Espanyola d'Activitats Subaquàtiques Eduard Cente-

lles i la del president del club SPAS (Societat de Pesca i Activitats Subaquàtiques), Xevi Martínez Ayuso.



Família



Amics

També han fet costat al jove esportista el caps dels departaments de Pesca submarina de la FECIDAS i de la FEDAS, Josep Navarro i Pere Noguera, respectivament; el cap de departament d'Apnea i Fotosub apnea de la FECIDAS i membre del comitè d'Apnea de la FEDAS Carles Font; el membre de l'executiva de la FECIDAS Jaume Raventós i el representant de Cressi a Catalunya, Robert Terol.

L'acte d'homenatge ha començat amb una més que emotiva intervenció de la mare del Xevi Blanco, que ha glossat els

temps en què l'actual campió del món va començar a relacionar-se amb el mar i l'evolució que ha seguit des d'aquells moments.

També hi ha hagut intervencions protagonitzades per les autoritats esportives presents a la sala, en el decurs de la qual l'SPAS ha lliurat al Xevi Blanco la insígnia d'or del club i la FECIDAS, una placa de reconeixement a la feina feta i al títol que ha guanyat recentment al Perú.

L'acte d'homenatge s'ha clos amb l'emissió d'un vídeo en què, a través de fotografies, es censa l'evolució del Xevi Blanco com a pescador submarí i en què hi ha lloc per a una gran quantitat de felicitacions que han estat recopilades pels autors del treball audiovisual i que donen veu a figures destacades presents i històriques de la pesca submarina i, també, a amics i companys del que ha estat el primer català a guanyar un campionat del món d'aquesta disciplina esportiva.

Òscar Montferrer



Lliurament insígnia d'or SPAS



NIT DE L'ESPORT 2013

Realment ha estat una bona notícia per als esports subaquàtics que aquest any un esportista com el Marc Giménez hagi aconseguit estar entre els tres millors esportistes sèniors de la ciutat de Mataró.

La gran quantitat d'esportistes nominats, de totes les disciplines que hi ha, i els mèrits assolits per cadascun d'ells, fan que l'èxit de Marc sigui certament excel·lent.

Esperem que n'hi hagin més!!



En Marc i en Xevi com a president SPAS amb el trofeu obtingut



Marc Giménez tercer classificat

REBUDA AL SALÓ DE LLEONS DE L'AJUNTAMENT DE MATARÓ

L'Alcalde, el Regidor d'Esports i el Director de l'Institut d'Esports de l'Ajuntament de Mataró varen rebre al Marc Giménez i a la Junta de l'SPAS per la consecució de la medalla d'or en fotografia submarina a l'Europeu realitzat a les Açores.

Durant l'acte, en Marc va explicar a l'Alcalde i al regidor d'Esports com havia anat l'Europeu, a la vegada que, també donava a conèixer una disciplina que cada cop més és més present i més coneguda per l'esport mataroní i pels seus representants.



Acta de reconeixement del ajuntament de Mataró a Marc Giménez



culti de flor i planta ornamental

Inici On som? E-mail Links

<http://www.florsnoe.com>



Grizzly



Husky





Presence





Rosalyn



Savia



Marshall



Campions del món i d'europa



El regidor d'esports lliurant trofeus durant l'acte



Toni Salvà rebent un trofeu de mans del Salvador Punsola



Moment musical



Taula de socis



En Xevi i l'Irene



RESTAURANT

Pins Mar

Carretera N. II Km 651

Tel. 93 792 69 02

08392 - SANT ANDREU DE LLAVANERES

LESIONES MUSCULARES FRECUENTES

Las lesiones musculares más frecuentes cuando realizamos actividad física son:

• Lesión muscular con sustrato anatómico.

Lesión en la que la fibra muscular sufre daño estructural (se rompe total o parcialmente). Hay tres grados en la lesión atendiendo al número de fibras lesionadas:

- *Grado I:* Rotura miofascial o fibrilar (Se rompe una sola fibra muscular).

- *Grado II:* Rotura multifibrilar o fascicular (Se rompen varias fibras musculares, rotura parcial del músculo).

- *Grado III:* Rotura tendomuscular completa.

• Lesión muscular sin sustrato anatómico

Lesión en la que la fibra muscular no sufre daño estructural. Las lesiones más comunes son:

- *Contracturas:* contracción muscular mantenida. Aparece en esfuerzos prolongados y con malas posturas.

- *Calambres:* contracción espasmódica severa dolorosa por fatiga muscular. Mucho más doloroso que la contractura. Aparece durante el ejercicio en un momento concreto.

DOMS: Nombre científico de las agujetas.

Dolor muscular de aparición tardía, normalmente entre 24 y 72 horas después del ejercicio físico.

Elongaciones: Estiramiento excesivo del músculo que provoca dolor pero no rotura.



¿Qué Sintomatología presentan?

Es similar en ambos tipos de lesiones: aparición de dolor fuerte que puede venir acompañado de impotencia funcional si el grado de afectación es severo. En las lesiones con sustrato anatómico también es frecuente la equimosis, la depresión del vientre muscular y el chasquido audible (lesiones grado 3).

¿Cómo actuar?

En una lesión muscular con sustrato anatómico

• Tranquilizar a la persona.

- RICE: Reposo, hielo, compresión y elevación.
- AINES: antiinflamatorios no esteroideos. *En una lesió muscular sin sustrato anatómico*
- Contracturas: masajes, estiramientos, relajación y calor.
- Calambres: movimientos y estiramientos suaves hasta que cese el dolor agudo.
- DOMS: AINES y movimientos suaves a baja intensidad.
- Elongaciones: reposo y frío (por si lleva asociada una microrrotura).

Carmel Martínez
Entrenador Personal-Masajista



NAUTICA MATARÓ

AGENTE OFICIAL

**EVINRUDE
Johnson**



SERVICIO TÉCNICO

VOLVO PENTA

MARINER



Port de Mataró, local 42 · MATARÓ
Tel. 93 790 29 17 · Fax 93 790 14 07
www.nauticamataro.com
email: info@nauticamataro.com

OTITIS, ACCIDENT O MALALTIA?

Novembre 2014

Tots el que anem sota aigua sabem de la importància de les nostres orelles.

En els cursos d'immersió aprenem la importància de compensar i de realitzar correctament la maniobra de Valsalva.

Quan parlem d'accidents d'immersió, parlem, entre d'altres, dels barotraumes. Entre ells, el més freqüent és el barotrauma d'oïda o timpànic.

Això que tenim més o menys clar contrasta amb un problema freqüent a l'orella que també està íntimament relacionat amb la immersió però que algunes asseguradores a vegades no contemplen com a accident: és l'otitis.

L'otitis és la infecció d'una part de l'orella.

Si fa referència al conducte que va de l'exterior fins al timpà, és el que diem orella externa o oïda externa. En aquest lloc és on freqüentment hi trobem taps de cerumen.

Quan aquest conducte s'inflama fa un dolor considerable i precisa de tractament immediat. Cal no tocar-lo amb objectes i no posar-hi taps.

Si la part de l'orella que s'inflama és la mitjana, afecta al timpà i a la trompa d'Eustaquí, provoca també un gran dolor –fins i tot més que l'externa- i pot venir acompanyada per mareig.

Una otitis mitjana cal tractar-la immediatament pel gran risc de perforació del timpà. Però, amics, encara us queda una part molt i molt important: pensem en ella. És l'oïda interna. Allà s'hi troben el cargol i els canals semicirculars. El cargol s'encarrega

de transmetre l'audició i els canals semicirculars s'encarreguen de informar del nostre equilibri al cervell.

Quan aquest s'inflama o es lesiona, tenim molt freqüentment pèrdua d'audició i vertigen, amb incapacitat per caminar recte o poder quedar dret.

Això pot estar induït per immersions successives típiques de viatges i aigua contaminada o amb plàncton.

La majoria de assegurances, si no ho cobreixen com accident de immersió, ho cobreixen com a malaltia comuna perquè quasi sempre queden cobertes també les malalties comunes.

En qualsevol cas hem de fer com sempre: prevenció.

Què farem?

En primer lloc, protegir les nostres orelles i no ficar-hi bastonets ni cap objecte a l'oïda externa. Si tenim por de tenir tps, el nostre metge a la revisió mèdica ens ho dirà i, si cal, els traurà.

Per una altra banda, la importància de la caputxa és primordial. A les immersions nocturnes, la llum de les nostres llanternes atrau molts cucs i altres animals que poden entrar dins de l'orella i provocar infeccions.

Pel que fa referència a l'oïda mitjana, el més important és compensar be, sense forçar i sense sentir mai dolor; evitar estar constipat i fer un rentat de mucositats abans de començar amb l'aigua de mar.

Per l'oïda interna només podem fer prevenció amb la maniobra de Vasalva compensant amb molta cura per no forçar.

MEDUSES, ¿QUE FEM?

Un altre tema són las freqüents picades de meduses.

Ens poden picar accidentalment per contacte al no portar protecció -neoprè i guants-, però de vegades ens piquem naltros mateixos en fer una transferència al tocar-les amb els guants i després tocar-nos la cara o altres parts.

En el cas de picades per medusa, podem posar-nos de seguida aigua de mar amb una barreja de amoníac al 10 % (1 part d'amoníac i 9 parts d'aigua de mar) o també aigua de mar i vinagre al 50%. És bo deixar una tovallola trempada a la solució durant una bona estona i després aplicar una pomada i un embenat.

Davant de qualsevol dubte, consulteu al vostre metge que, de bon segur, vos donarà la solució.

Molt bones immersions.

Dr. Pere Ureta

*Pescasub, apneïsta i submarinista
abans que metge.*



Tu hotel en Mataró,

Reserva en
ibis.com

**IBIS BARCELONA
MATARÓ**

Tordera, 2 - 08302 Mataró, BARCELONA

Tel.: 93 756 23 00
H6409@accor.com

RESUM NOTICIES BUTLLETI IMATGE 2014 SPAS

TROFEU SPAS DE FOTOSUB 2014

El 23 de març, el club SPAS va organitzar la primera prova de la Copa Catalana de Fotosub. El tema era Peixos i 12 equips varen participar en aquesta prova.

Les guanyadores van ser la Susi Navarro i la seva companya, la Regina Males, del club ACASCB. En segona posició, l'Antonio Segura i el Ferran López, de l'S-PAS, i, en tercera posició, la Senda Jiménez i el Rafael Cosme, del CN Port de la Selva.



Trofeu SPAS de Fotosub 2014
Tema: Macro (no peixos)
23 de març 2014
spas@spas-mataro.cat

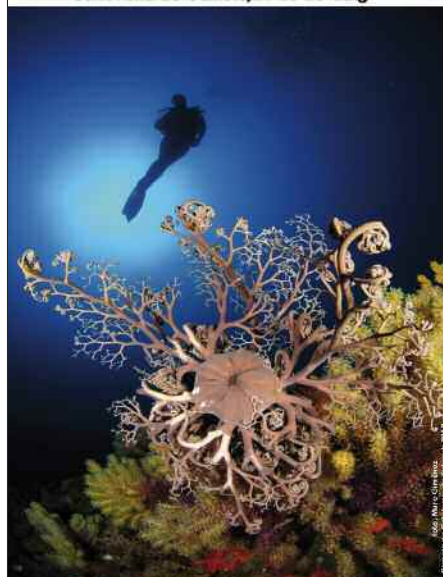


PòsterTROFEU SPAS 2014

CAMPIONAT DE CATALUNYA D'IMATGE SUBMARINA 2014

El cap de setmana del 24 i 25 de maig es va celebrar la Final de Catalunya d'Imatge Submarina 2014, prova organitzada per la FEDAS i amb la participació de l'Ajuntament de Sant Feliu de Guíxols, el Club Nàutic de Sant Feliu i el centre de busseig Divers de s'Agaró.

Campionat Catalunya d'Imatge Submarina 2014
Sant Feliu de Guíxols, 24-25 de Maig



CARTELL CAMPIONAT de CATALUNYA 2014

32 esportistes federats varen participar en aquesta primera edició que ha fet que la disciplina de fotosub i videosub s'ajuntin per poder equiparar-ho amb el campionat estatal, que ja en la seva organització de l'any 2013 ho va realitzar conjuntament.

El dia 8 de juny és va celebrar a la sala d'actes del Monestir de Sant Feliu de Guíxols el lliurament de premis del campionat de mans de l'excel·lentíssim alcalde de Sant Feliu de Guíxols, de la regidora d'Esports i del regidor de Medi ambient.

El guanyador de la Final de Catalunya de Fotografia Digital 2014 va ser l'equip format pel Jordi Riba i la Beth Espinalt, del club CugatSub. El segon equip classificat va ser el del Miguel Angel Rosa i la Senda Jiménez, del club CN Port de la Selva, i el tercer equip classificat va ser el de la Susi Navarro i la Regina Males, del club ACASCB.

Per categories, macro, peixos i ambient les va guanyar totes l'equip del Jordi Riba i la Beth Espinalt. La millor model va ser la Regina Males.

El guanyador del campionat de Catalunya de Videosub va ser l'equip format pel Carles Castillo i el Ferran Roure, de l'SPAS. En segona posició, el Marc Cubells i el Jordi Ayala, del SES Tarragona. En tercera posició, el Marc Pedrals i el Pep Fillat, de The Busseing Pallars. En quarta posició, el Lluç Riera i el Víctor Sánchez,

del club SPAS. En cinquena posició, el Jesús Fernández i l'Eduard Solano, del CN Poblenou.

NAFOSUB 2014-CEVISUB 2014

Del 16 al 21 de setembre es va celebrar a la població murciana del Port de Mazarrón el 26 Campionat d'Espanya de fotosub NAFOSUB i el 16 Campionat d'Espanya de videosub CEVISUB.

La FECIDAS va enviar en representació de Catalunya a dos equips en fotografia i dos en vídeo.

Aquest serà un dels campionats que recordaré per una incidència que va tenir lloc durant el desenvolupament de la prova de videosub: l'enfonsament d'un vaixell en el qual ens trobàvem els dos equips catalans juntament amb un de Canàries, un d'Andalusia i un de Ceuta. Finalment, podem dir que, tot i la pèrdua de material, podem donar gràcies perquè aquesta incidència no va comportar cap desgràcia personal.

El dissabte 20 es va fer l'acta de lliurament dels resultats del NAFOSUB i CEVISUB 2014.

Els equips catalans de fotosub, formats pel Marc Giménez i la Silvia Sebastián, de l'SPAS, i el Jordi Riba i la Beth Espinalt, del club CugatSub, van aconseguir la sisena i la desena posició, respectivament.



Campions de Catalunya de Videosub 2014

L'equip català de videosub format pel Marc Cubells i el Jordi Ayala, del SES Tarragona, van aconseguir la quarta posició i l'equip de l'SPAS format pel Carles Castillo i el Ferran Roure va aconseguir la vuitena posició.

Aquest resultat, amb dos llocs entre els deu primers, permeten que la FECIDAS, en el pròxim campionat d'Espanya, pugui enviar amb tota seguretat tres equips en fotosub i tres en videosub.



Poster Open Blaumar 2014

OPEN BLAUMAR DE FOTOSUB 2014

El 5 d'octubre es va disputar l'Open Blaumar de fotosub 2014. Aquesta prova, en què va col·laborar l' SPAS, és la penúltima de la Copa Catalana i en ella varen participar un total de 12 equips federats.



Participants open blaumar fotosub 2014

La prova va ser guanyada per l'equip format pel Jordi Riba i la Beth Espinalt, del club CugatSub. En segona posició van quedar l'Enric Cahner i el Ramon Pujol, de l'SPAS, i en tercera posició, el Marc Giménez i la Silvia Sebastián, de l'SPAS.



Entrega de premis open blaumar 2014

1R CAMPIONAT D'EUROPA DE FOTOSUB ORGANITZAT PER LA CMAS

L'equip de fotosub que formen el Marc Giménez i la Sílvia Sebastián, tots dos de l' SPAS, va guanyar la medalla d'or en ambient sense model i la medalla de bronze en la categoria macro al 1r Campionat Europeu de Fotografia Subaquàtica que es va disputar a principis del mes de setembre a l'illa de la Graciosa a les Açores i que va organitzar la CMAS (Confederació Mundial d'Activitats Subaquàtiques).

L'Excel·lentíssim Alcalde de Mataró, el regidor d'Esports i el director d'Esports de l'Ajuntament de Mataró varen retre un reconeixement a la sala d'actes dels Lleons de l'Ajuntament a aquest esportista que ha aconseguit tants mèrits esportius en aquests darrers temps.



CARTELL CAMPIONAT d'EUROPA de FOTOSUB



Centre Mèdic de Mataró

Més de 25 anys al servei d'una sanitat de qualitat al Maresme

Més de 30 especialistes a la vostra disposició

Amb la pràctica **totalitat de proves** complementàries

Revisions per a activitats subaquàtiques

Incorpora ara les especialitats de

PNEUMOLOGIA I DERMATOLOGIA

i estén els seus horaris d'atenció al públic els

**DISSABTES AL MATÍ DE 9 A 14 H. per a
MEDICINA GENERAL I PEDIATRIA**

(Sense cita prèvia. No s'atendran trucades telefòniques)

Treballem amb les principals mútues.

C/ Colon, 63 - 08301 MATARÓ - TEL. 93 790 84 84 - FAX: 93 790 70 64

www.centremedicmataro.cat - info@mediccentermataro.com



FEDERACIÓ CATALANA D'ACTIVITATS SUBAQUÀTIQUES

Moll de la Vela, 1 (ZONA FÒRUM)
08930 SANT ADRIÀ DE BESÒS
Tel: 93-356 05 43
Fax: 93-356 30 73
E-mail: info@fecdas.cat

----- ACTA DE COMPETICIÓ DE FOTOGRAFIA SUBAQUÀTICA -----

Proba: CAMPIONAT DE CATALUNYA D'IMATGE SUBMARINA

Data: 24-05-14

Club organitzador: FECDAS

Tema: VIDEOCAT 2014

Àmbit: Campionat de Catalunya

Població: Sant Feliu de Guíxols

							Puntuació fotografies							
	%	Total	Fotògraf	Federativa	Club	Assistent	Var.	F1	F2	F3	F4	F5	F6	
D	100.00%	142.0	CARLES CASTILLO	77610020	SPAS	FERRAN ROURE	1.0	22	24	23	23	25	25	
E	99.29%	141.0	MARC CUBELLS BALLARIN	39696021	SES TARRAGONA	JORDI AYALA BRIL	1.0	26	24	22	19	24	26	
C	69.01%	98.0	MARC PEDRALS PRAT	39370356	THE BUSSEIG	PEP FILLAT I GIL	1.0	13	18	17	17	17	16	
B	59.15%	84.0	LLUC RIERA CONESA	47885853	SPAS	VICTOR SÁNCHEZ	1.0	11	17	12	18	13	13	
A	52.11%	74.0	JESUS FERNÁNDEZ PÉREZ	46011708	CN POBLE NOU	EDUARD SOLANO	1.0	9	12	16	16	11	10	

Incidències: F-1=GUIÓ F-2=QUALITAT TÈCNICA F-3= BANDA SONORA F-4=FAUNA I FLORA

F-5= IMPRESSIÓ GENERAL F-6=EDICIÓ

El secretari del jurat: Ferran Roure

El Club organitzador:

FECDAS

Jurat: Carles Xifré

FECDAS

Luis Baldomero

Ramón Casaballó



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Secretaria General de l'Esport

www.fecdas.cat





FEDERACIÓ CATALANA D'ACTIVITATS SUBAQUÀTIQUES

Moll de la Vela; 1 (ZONA FÒRUM)
08930 SANT ADRIÀ DE BESÒS
Tel: 93-356 05 43
Fax: 93-356 30 73
E-mail: info@fecdas.cat

----- ACTA DE COMPETICIÓ DE FOTOGRAFIA SUBAQUÀTICA -----

Proba: CAMPIONAT DE CATALUNYA D'IMATGE

Data: 24-05-14

Club organitzador: FEDCAS

Tema: Ambient-Peixos-Macro

Àmbit: Campionat de Catalunya

Població: sant Feliu de Guíxols

	%	Total	Fotògraf	Federativa	Club	Assistent	Puntuació fotografies							
							Var.	F1	F2	F3	F4	F5	F6	
I	100.00%	307.0	JORDI RIBA APARICIO	39363503	CUGAT SUB	ELISABET ESPINALT	1.0	103	96	108	0	0	0	
F	90.22%	277.0	MIGUEL ANGEL ROSA	46764382	CN PORT DE LA	SENDA JIMÉNEZ	1.0	99	95	83	0	0	0	
H	86.64%	266.0	ASCENSIÓN NAVARRO	38798155	ACAS COSTA BRAVA	REGINA MALLES	1.0	95	84	87	0	0	0	
D	81.75%	251.0	ANTONIO SEGURA	46518484	SPAS	ANGEL RIBES	1.0	71	91	89	0	0	0	
B	76.87%	236.0	FERRAN SÁNCHEZ DE LA	77116027	SPAS	LAURA PASTOR	1.0	79	74	83	0	0	0	
C	76.22%	234.0	JAVIER FERRANDO	33920862	CE ICTINIO	CARLES ÚBEDA	1.0	75	71	88	0	0	0	
E	75.89%	233.0	JOSÉ SÁNCHEZ GARRIDO	46518484	SASBA	RAFA COSME DAZA	1.0	88	61	84	0	0	0	
G	69.70%	214.0	MARC GIMÉNEZ LARREA	37685465	SPAS	SILVIA SEBASTIÁN	1.0	77	50	87	0	0	0	
A	63.19%	194.0	JOSÉ Mª BÁÑEZ PELÁEZ	33920862	CN BÉTULO	JORDI CABÚS GRIÑO	1.0	63	72	59	0	0	0	

Incidències:

El secretari del jurat: Ferran Roure

Jurat: Jaume Minguell

José Mª Campos

Josep Lluís Peralta

Juan Galamba

El Club organitzador:

FEDCAS

FEDCAS



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Secretaria General de l'Esport

www.fecdas.cat



**ACTA DE COMPETICIÓ DE FOTOGRAFIA SUBAQUÀTICA****Proba:** TROFEU SPAS FOTOSUB 2014**Data:** 23-03-14**Club organitzador:** SPAS**Tema:** Macro-no peixos**Àmbit:** Copa Catalana**Població:** Mataró

Puntuació fotografies

	%	Total	Fotògraf	Federativa	Club	Assistent	Var.	F1	F2	F3	F4	F5	F6
K	100.00%	152.0	Susi Navarro	38141250	ACASCB	Regina Males	1.0	30	23	22	26	29	22
C	99.34%	151.0	Antonio Segura	46216426	SPAS	Ferran López	1.0	27	26	23	25	25	25
H	97.36%	148.0	Senda Jimenez	46402920	CN PORT DE LA	Rafael Cosme	1.0	30	23	21	25	23	26
G	97.36%	148.0	Jordi Riba Aparicio	39363503	CUGAT SUB	Beth Espinalt	1.0	23	23	23	25	24	30
A	96.71%	147.0	Rafael Cosme	44986338	CN PORT DE LA	Senda Jiménez	1.0	25	25	22	23	26	26
D	91.44%	139.0	Òscar Montferrer	38074167	SPAS	Sabine Michel	1.0	25	24	24	22	21	23
I	90.78%	138.0	Jose A. Fuentes	45468299	CN PORT DE LA	Oriol Navarro	1.0	25	21	20	28	21	23
E	86.18%	131.0	Sabine Michel	X3293778V	SPAS	Òscar Montferrer	1.0	21	24	22	22	26	16
F	85.52%	130.0	Josep Lluís Peralta	38791524	SPAS	Antoni Salva	1.0	28	26	20	19	20	17
J	75.00%	114.0	Lluc Riera	47885853	SPAS	Victor Sánchez	1.0	18	16	20	19	21	20
L	69.73%	106.0	Oriol Navarro Moratona	38141250	CAVALL DE MAR	Jose A. Fuentes	1.0	14	20	13	21	23	15
B	63.15%	96.0	Antoni Salva	38792416	SPAS	Josep Lluís Peralta	1.0	16	14	22	22	9	13

Incidències:

El secretari del jurat: Ferran Roure

Jurat: Marc Giménez

José Sánchez

David Antoja

Francesc Xavier

El Club organitzador:

SPAS

FEDAS



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Secretaria General de l'Esport

www.fecdas.cat



----- ACTA DE COMPETICIÓ DE FOTOGRAFIA SUBAQUÀTICA -----

Proba: OPEN BLAUMAR FOTOSUB 2014

Data: 05-10-14

Club organitzador: CI BLAUMAR-SPAS MATARÓ

Tema: PEIXOS

Àmbit: COPA CATALANA

Població: MATARÓ

	%	Total	Fotògraf	Federativa	Club	Assistent	Puntuació fotografies					
							Var.	F1	F2	F3	F4	F5 F6
L	100.00%	183.0	Jordi Riba	39363503	Cugat Sub	Elisabet Espinalt	1.0	30	26	32	35	31 29
B	93.44%	171.0	Enric Cahner	47275093	SPAS	Ramon Pujol	1.0	25	30	26	29	31 30
F	90.71%	166.0	Marc Giménez	37685465	SPAS	Sílvia Sebastián	1.0	27	23	30	31	29 26
K	79.23%	145.0	Josep Lluís Peralta	38791524	SPAS	Sabine Michel	1.0	25	29	28	23	23 17
I	78.68%	144.0	Antonio Segura	46216425	SPAS	Miquel Villena	1.0	25	20	25	23	26 25
E	70.49%	129.0	Ramon Pujol	38797132	SPAS	Enric Cahner	1.0	19	17	23	24	21 25
A	70.49%	129.0	Jordi Lopesino	38797077	SPAS	Àlex Turrión	1.0	20	22	18	25	23 21
J	64.48%	118.0	Sabine Michel	x3293778	SPAS	Josep Lluís Peralta	1.0	22	20	17	18	16 25
H	64.48%	118.0	Víctor Sánchez	39404630	SPAS	Lluc Riera	1.0	23	20	21	24	13 17
G	63.93%	117.0	Miquel Villena	37683809	SPAS	Antonio Segura	1.0	22	18	14	18	24 21
C	53.55%	98.0	Lluc Riera	47885853	SPAS	Víctor Sánchez	1.0	8	13	22	18	24 13
D	44.80%	82.0	Àlex Turrión	43693000	SPAS	Jordi Lopesino	1.0	13	16	9	8	18 18

Incidències:

El secretari del jurat: FERRAN ROURE

Jurat: JOSEP BORRAS

JOSÉ SANCHEZ

FRANCISCO ROCHO

DAVID ANTOJA

El Club organitzador:

CI BLAUMAR-SPAS MATARÓ

FEDCAS



www.fedcas.cat



Ferran Roure
Cap del departament d'Imatge FEDCAS i SPAS"



NOTICIA DE DARRERA HORA

En Marc Giménez i la Sílvia Sebastian han estat seleccionats per participar en el mundial de fotosub 2015 amb la selecció espanyola com a titulars. El campionat del món es disputarà a Holanda. Aigües fredes i brutes, tot un repte pels nostres socis.

Un gran notícia per tota la gent de l'SPAS i una immensa joia per ells dos.

Felicitats campions!!



Ja sol ser habitual haver d'entrevistar al Marc Giménez. Aquest cop, perquè l'ha fet més grossa: ha guanyat dues medalles -una d'or i una altra de bronze- en un Europeu de fotografia submarina a les Açores. Déu n'hi do!

Bon dia, Marc! Felicitats un cop més! Certament, ens sorprens en majúscules amb aquest nou triomf en un europeu. Com ho has viscut?

Doncs molt bé! Sempre és una gran experiència poder participar en competicions internacionals d'aquest nivell. Tot plegat es viu amb molta intensitat i tornar cap a casa amb dues medalles de cinc categories possibles ja és la bomba.

Explica'ns una mica com ha anat l'europeu.

Si ens fixem en els resultats crec que molt bé tot i que les condicions de mar varen ser una mica dures. El fet és que quan

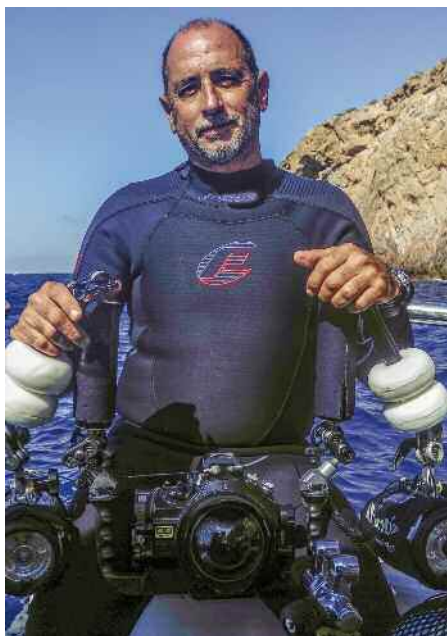
passa això és per a tothom igual o sigui que no serveix d'excusa per a res però sí que es tradueix en el nivell general de les fotos.

Bé, ja ets dins de la selecció espanyola, club reservat a ben pocs. Què et sembla ser-ne part?

És una passada pel que això representa. És a dir, el fet de ser-hi vol dir que estàs considerat com un dels de l'Estat en aquest esport i això es un reconeixement de la feina feta. Estic molt agraït a la FEDAS perquè han apostat per nosaltres i també agraeixo tot el suport que hem rebut de cara a la competició. En correspondència a tot això, si es donés el cas en futures seleccions, nosaltres sempre sempre hi donarem el màxim. Dit això, com en tots el altres esports, espero que algun dia puguem tenir les nostres pròpies seleccions per poder participar a les competicions internacionals representant al nostre país.

Parla'ns una mica de la dinàmica dins de la selecció.

La característica més important ha estat el treball en equip. Concorríem dos fotògrafs amb les nostres models i un capità i des del primer moment vàrem treballar els cinc en equip per preparar la competició. El resultat final aquí esta: dues medalles d'or i dues de bronze per a la FEDAS de cinc categories possibles. Aprofito per felicitar al Yeray i la Abigail de la federació canària per l'èxit. Com a regal afegit, després d'aquesta competició ens ha quedat una intensa amistat i aquestes coses són per



Marc Gimenez

sempre. De fet, hem continuant treballant en equip al Nafosub i també a l'Open del Hierro.

Com va anar l'Open al Hierro?

Tan bé que vàrem guanyar. Enguany estaven format amb totes les incògnites que això representava. És a dir, era el primer any que la competició es feia per equips. Hi havia quatre equips i l'organització va nomenar un Màster com a director de cadascun dels equips. Jo vaig ser un dels Màsters triats, els altres eren Arturo Telle, David Barrio i Rui Guerra, quasi res. I vàrem guanyar. El treball en equip amb el Yeray i els altres components crec que va ser la clau del nostre èxit.

A la nit de l'esport mataroní has obtingut un tercer lloc com a millor esportista de l'any. És el primer cop que això succeeix amb algú vincular a una disciplina de subaquàtica. Què et va semblar, tot plegat?

Fins després no vaig saber que era el primer cop que es reconeixia a algú relacionat amb les activitats subaquàtiques malgrat que ja feia un temps que es treballava en aquest sentit. Espero que ara, un cop trencat el gel, sigui un no parar i espero que al 2015 arrasi el Xavier Blanco amb el seu espectacular èxit al mundial del Perú.

A la darrera entrevista ens comentaves que el teu desig era participar en el Mundial del 2015. Ho veus possible?

Sí que m'agradaria! I molt! Crec que estic entre els candidats però és la FEDAS la que fa la selecció així que haurem d'esperar encara un dies per saber-ho

Com et veus actualment?

Jo em veig molt bé. Estic en un bon moment, amb molta il·lusió i amb moltes idees i gaudint molt del que faig. No puc demanar res més.





De nou, ens dius un desig?

Doncs, posats a demanar, anar al Mundial del 2015 i guanyar-lo. Somiar es gratis, no? Almenys de moment!

Moltes gràcies i felicitats a la Sílvia també! Realment esteu en un moment esplèndid en la vostra carrera esportiva i, des del club, volem dir-vos que sou un referent i que ens omple de satisfacció veure-us allà dalt, sobretot per la manera en què ho esteu portant.

Xavier Martínez i Ayuso
President de l'SPAS



Som a Internet:

www.fecdas.cat

Som al Twitter:

@FECDAStwit

Som al Facebook:

<http://ca-es.facebook.com/fecdaspag>

<http://facebook.com/Fecdas>



Som amb tu!

A PUNT PER AL CANVI

Un any més, Ones de mar ha estat la veu de l'SPAS a la graella de Mataró Ràdio, en què ha ocupat un lloc de manera constant des que l'emissora municipal de la capital del Maresme va començar a fer via en l'ara ja un pèl distant setembre del 2006.

Com sempre ha fet, Ones de mar ha proposat una aproximació multidisciplinària a una realitat que els socis de l'SPAS senten com a pròpia i, sempre que es possible, tenen a tocar sinó és que hi estan immersos: el mar que és de tots i que sempre ens acompanya.

Sense que hi hagi hagut premeditació –les coses, a la ràdio, com a la vida, van com van-, la necessària mirada enrere que ajuda a fer balanç del 2014 delata una presència important: la referència al món de la imatge.

El primer a obrir foc –metafòricament- ha estat el Marc Giménez, campió de Catalunya i de l'Estat de fotografia submarina, que va fer ones el 13 de gener i va exposar, amb bonhomia i voluntat pedagògica, la manera en què es relaciona –exitosament, afegim- amb el vici de retratar sota l'aigua.

Entrada la sempre benvinguda primavera, el 19 de maig, el Martín González Damonte i l'Enric Saurí, membres de la productora In Blue Films, van explicar la gènesi, el desenvolupament i l'estat actual de la producció cinematogràfica que té com a protagonistes les restes del Triunfante, un vaixell que va sotsobrar durant la Guerra del Francès i que, en haver-se estudiat, ha aportat informació valuosíssima

per a aquells que estan interessats en la història de la nàutica.

Passat l'estiu, el 30 d'octubre, l'Andrés Clarós, l'Enrique Dauner i la Cristina Latorre, van obrir per als seguidors del programa les portes de la mostra Càmeres submarines. El repte de fotografiar sota l'aigua, que es manté en actiu els primers mesos del 2015 i que descriu amb profusió d'exemples l'evolució que ha seguit la captació d'imatges en immersió des que les aigües de la Catalunya Nord van acollir la primera provatura moderna a finals del segle XIX.

El recorregut pel món de la imatge el tanca l'historiador i cineasta submarí Josep Maria Castellví. El 13 de novembre va atendre el programa per parlar de la seva trajectòria al darrere d'una càmera, una trajectòria que inclou fites com ara haver dedicat un film al pioner Eduard Admetlla i l'haver format part del memorable i enyorat programa de Televisió Espanyola Al filo de lo imposible.

Encara amb relació amb el món de la imatge, però d'una altra imatge, cal dir que, el 10 de febrer, Magí Marcé va donar a conèixer el llibre de divulgació infantil L'Anna parla amb els peixos, que ha estat –i encara és- un èxit de vendes i que ha aplanat el camí per al segon lliurament de la sèrie, en què la jove protagonista entra en contacte amb els peixos pelàgics.

L'atenció al medi ambient ha fet acte de presència en els continguts d'Ones de mar també aquest any: el 10 de març, l'Àlex Bartolí, que havia visitat el programa

per parlar dels taurons en una temporada anterior, ha repetit com a convidat ara en condició de membre de la Coalició per a la Conservació del Mar Profund (DSCC), una organització que treballa en l'àmbit europeu amb l'objectiu de decantar les lleis a favor de la preservació del medi natural.

La visió tècnica l'ha aportada, aquest any, el doctor Agustín Sánchez-Arcilla, director del Centre Internacional d'Investigació de Recursos Costaners: el 7 d'abril va aportar un gavadal d'informació generalment poc coneguda i, per això, extremament interessant sobre la feina que es fa, des de l'Administració, per a la preservació del litoral i de les franges costaneres del mar.

El capítol mediambientalista el tanca, el 30 de juny, la Carla Chicote, cap de projectes de l'empresa de serveis ambientals marins Submon, amb l'exposició de les bases i el funcionament del projecte, fet realitat, que proposa el consum de pesca sostenible i que implica en primera persona tant els pescadors com els consumidors.

L'esport, en la seva concepció més pura, ha tingut com a representant l'Aleix Segura, subcampió del món d'apnea estàtica. El 24 de febrer, l'Aleix va fer badar moltes boques amb l'exposició de les seves marques de rècord en les diferents modalitats d'apnea que practica i, també, de la complexitat –entrenaments, alimentació, preparació física...- que acompanya un acte aparentment tan senzill com ara aguantar la respiració.

El doctor en Història moderna Joan Giménez Blasco també ha de rebre l'etiqueta de repetidor. Treballador incansable quan es tracta de dur al negre sobre blanc la relació que han mantingut històricament el Maresme i el mar que el banya –o en què es banya!-, el Joan, el 9 d'octubre, ha fet venir ganes de visitar la mostra 'Mataró 1714. Entre dos mars i dues corones', de què és comissari i que forma part del seguit d'ac-

tes amb que la capital maresmenca contribueix a la celebració del Tricentenari.

I, com diuen els anglesos, last but not least –finalment, però igualment important-, cal aixecar acta que l'Ones de mar va rebre el 27 de gener el president de la Federació Catalana d'Activitats Subaquàtiques (FEC-DAS), Salvador Punsola, amb qui es va fer un repàs a l'actualitat de la federació, en concret, i a la manera en què els canvis socials recents alteren el concepte tradicional del club i sotmeten aquestes entitats al repte d'evolucionar amb agilitat i eficàcia per mantenir viva la seva capacitat de seducció.

Fins aquí, la crònica d'aquest 2014 de meteorologia infreqüent que acaba amarat d'una fredor hivernal potser un pèl exagerada. I si les cròniques de l'activitat d'Ones de mar que han precedit aquest text s'acomiadaven en arribar a aquest punt, en aquesta ocasió cal deixar escrita alguna cosa més.

A partir del gener, Ones de mar queda una mica orfe i demana a l'SPAS –al col·lectiu que formen els seus socis i les seves sòcies- que faci un pas endavant per assumir-ne la realització i la continuïtat. És un programa senzill de fer que només demana il·lusió i ganes de parlar del mar, un còctel gens explosiu que és el que l'ha mantingut viu des del 2006 gràcies a les diferents veus que hi ha hagut al davant dels micròfons de Mataró Ràdio.

Algun voluntari, alguna voluntària? Un equip de voluntaris? Un de voluntàries?

La crida està feta i es manté amb l'esperança que el proper butlletí que arribi a les mans dels socis i les sòcies de l'SPAS inclogui una relació ben llarga de convidats i convidades amb el segell del 2015.

El mar s'ho mereix. I l'SPAS, també: no tots els clubs poden vantar-se de tenir un programa de ràdio en el seu haver.

RELACIÓ DE CONVIDATS D'ONES DE MAR 2014

Al llarg de l'any 2014, sota la conducció de l'Òscar Montferrer, s'ha dut a terme un seguit d'entrevistes a Mataró Radio, totes elles relacionades amb el nostre mar. Parlar del mar escoltar des de perspectives i àmbits diferents és l'objectiu del nostre programa de ràdio.

13-01-2014: Marc Giménez, campió de Catalunya i de l'Estat de fotografia submarina

27-01-2014: Salvador Punsola, president de la FECIDAS

10-02-2014: Magí Marcé, autor del llibre L'Anna parla amb els peixos

24-02-2014: Aleix Segura, subcampió del món d'apnea estàtica

10-03-2014: Àlex Bartolí, membre de la Coalició per a la Conservació del Mar Profund (DSCC)

07-04-2014: Agustín Sánchez-Arcilla, director del Centre Internacional d'Investigació de Recursos Costaners

19-05-2014: Martín González Damonte i Enric Saurí, membres de la productora In Blue Films

30-06-2014: Carla Chicote, cap de projectes de l'empresa de serveis ambientals marins Submon

09-10-2014: Joan Giménez Blasco, doctor en Història moderna, sobre la mostra Mataró 1714. Entre dos mars i dues corones'

30-10-2014: Andrés Clarós, Enrique Dauner i Cristina Latorre, sobre la mostra Càmeres submarines. El repte de fotografiar sota l'aigua

13-11-2014: Josep Maria Castellví, historiador i cineasta submarí

 **HOTEL ATENEA PORT**

★★★★

El teu Hotel davant del Mar

Celebracions a la carta i càtering

Esdeveniments empresarials

Sales amb capacitat fins a 500 persones

Restaurant Nuus i Lounge bar

Packs Regal d'estades romàntiques,
gastronòmiques, de benestar i amb amics



“SERVEI DE MENÚ DIARI I DE CAP DE SETMANA”

NUUS
-restaurant-



Passeig Marítim, 324 · 08302 Mataró · Barcelona · Tel. +34 93 222 60 06 · ateneaport@cityhotels.es · www.cityhotels.es

Neopreno de alta densidad para una menor necesidad de lastre y mejor protección térmica en profundidad. Forro exterior 100% Ultraspan® super elástico e interior microporoso. Costuras cosidas con máquina plana y sellado LIQUID SEAL que garantiza la estanqueidad y la resistencia al rozamiento.



SCORFANO

Nunca existió un camuflaje tan versátil (y... elegante).



CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS | Neopreno de alta densidad para una menor necesidad de lastre y mejor protección térmica en profundidad | Forro exterior 100% Ultraspan® extraordinariamente elástico, hidrodinámico y de rápido secado | Costuras selladas con Liquid Seal | Camuflaje integrado en el propio tejido que no perjudica su elasticidad original | Interior microporoso puro | Brazos y piernas preformados con costura transversal en las articulaciones | Evolucionado patronaje que garantiza una excelente adaptación en zonas críticas: lumbar, axilar y nuca | Zona axilar libre de costuras para una mejor movilidad y elasticidad | Inserciones Supatex® antiblister | Nuevo apoyo de carga sobredimensionado con acolchado y tejido Melor® anti deslizante y anti desgano | Disponible por separado chaqueta y pantalón | Pantalón sin trantes para una óptima expansión de la caja torácica y mayor movilidad con Sistema Aquastop® | Micromanguitos en cara, muñecas y tobillos | Disponible en 7 y 5 mm de espesor.

professional diving equipment since 1946/

www.cressi.it / www.cressi.net

CRESSI