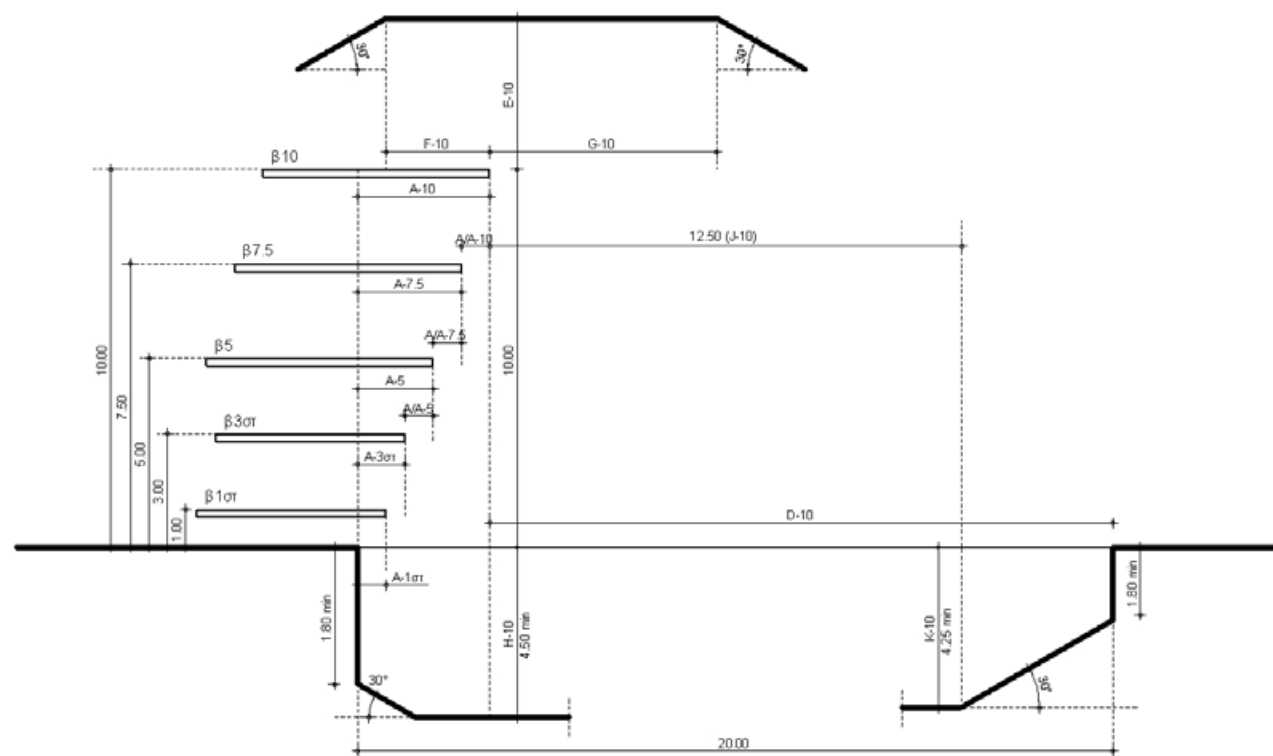


ΚΑΤΑΔΥΣΕΙΣ		ΑΝΑΠΗΔΗΤΗΡΙΑ (ΤΡΑΜΠΟΛΙΝΟ)				ΠΛΑΤΦΟΡΜΕΣ									
		1 μέτρου		3 μέτρων		1 μέτρου		3 μέτρων		5 μέτρων		7.5 μέτρων		10 μέτρων	
ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ ΑΓΩΝΙΣΤΙΚΟΥ ΧΩΡΟΥ FINA - FR 5.3.1 (Μάρτιος 2010)		ΜΗΚΟΣ		4.80	4.80	5.00	5.00	6.00	6.00	6.00	6.00	6.00	6.00	6.00	
		ΠΛΑΤΟΣ		0.50	0.50	0.60	0.60	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50	3.00	3.00	3.00
		ΥΨΟΣ		1.00	3.00	0.60-1.00	2.60-3.00	5.00	5.00	7.50	7.50	10.00	10.00	10.00	10.00
		Οριζόντ.	Κατακ.	Οριζόντ.	Κατακ.	Οριζόντ.	Κατακ.	Οριζόντ.	Κατακ.	Οριζόντ.	Κατακ.	Οριζόντ.	Κατακ.	Οριζόντ.	Κατακ.
A	Από το άκρο του βαθύρα στο πίσω τοίχωμα της δεξαμενής	Χαρακτηρισμός	A-1	A-3	A-1στ	A-3στ	A-5	A-7.5	A-10						
	(μεταλλικός βαθύρας)	Ελάχιστο	1.50	1.50	0.75	1.25	1.25	1.50	1.50						
	(βαθύρας από σκυρόδεμα)	Προτεινόμενο	1.80	1.80											
A/A	Από το άκρο του βαθύρα στο άκρο του βαθύρα που βρίσκεται ακριβώς από κάτω	Χαρακτηρισμός					A/A-5	A/A-7.5	A/A-10						
		Ελάχιστο					0.75	0.75	0.75						
		Προτεινόμενο					1.25	1.25	1.25						
B	Από τον άξονα του βαθύρα στο πλάγιο τοίχωμα της δεξαμενής	Χαρακτηρισμός	B-1	B-3	B-1στ	B-3στ	B-5	B-7.5	B-10						
		Ελάχιστο	2.50	3.50	2.30	2.80	3.25	4.25	5.25						
		Προτεινόμενο	2.50	3.50	2.30	2.90	3.75	4.50	5.25						
C	Από τον άξονα του βαθύρα στον άξονα του παρακείμενου βαθύρα	Χαρακτηρισμός	C-1	C-3	C-1στ	C-3στ	C-5	C-7.5	C-10						
		Ελάχιστο	2.00	2.20	1.85	2.00	2.25	2.50	2.75						
		Προτεινόμενο	2.40	2.60	1.95	2.10	2.50	2.50	2.75						
D	Από το άκρο του βαθύρα στο εμπρός τοίχωμα της δεξαμενής	Χαρακτηρισμός	D-1	D-3	D-1στ	D-3στ	D-5	D-7.5	D-10						
		Ελάχιστο	9.00	10.25	8.00	9.50	10.25	11.00	13.50						
		Προτεινόμενο	9.00	10.25	8.00	9.50	10.25	11.00	13.50						
E	Ελεύθερο ύψος από το βαθύρα μέχρι την οροφή	Χαρακτηρισμός	E-1	E-3	E-1στ	E-3στ	E-5	E-7.5	E-10						
		Ελάχιστο	5.00	5.00	3.25	3.25	3.25	3.25	4.00						
		Προτεινόμενο	5.00	5.00	3.50	3.50	3.50	3.50	5.00						
F	Περιοχή σταθερού ελεύθερου ύψους πίσω και εκατέρωθεν του άξονα του βαθύρα	Χαρακτηρισμός	F-1	F-3	F-1στ	F-3στ	F-5	F-7.5	F-10						
		Ελάχιστο	2.50	2.50	2.75	2.75	2.75	2.75	2.75						
		Προτεινόμενο	2.50	2.50	2.75	2.75	3.50	3.50	3.50						
G	Περιοχή ελεύθερου ύψους εμπρός από το άκρο του βαθύρα	Χαρακτηρισμός	G-1	G-3	G-1στ	G-3στ	G-5	G-7.5	G-10						
		Ελάχιστο	5.00	5.00	5.00	3.25	5.00	3.25	5.00						
		Προτεινόμενο	5.00	5.00	5.00	3.50	5.00	3.50	5.00						
H	Βάθος νερού στην επαπτόμενη στο άκρο του βαθύρα κατακόρυφο	Χαρακτηρισμός	H-1	H-3	H-1στ	H-3στ	H-5	H-7.5	H-10						
		Ελάχιστο	3.40	3.70	3.20	3.50	3.70	4.10	4.50						
		Προτεινόμενο	3.50	3.80	3.30	3.60	3.80	4.50	5.00						
J	Απόσταση και βάθος εμπρός από το άκρο του βαθύρα	Χαρακτηρισμός	J-1	J-3	J-1στ	J-3στ	J-5	J-7.5	J-10						
		Ελάχιστο	6.50	7.50	5.25	6.75	7.25	8.50	9.50						
	(μεταλλικός βαθύρας)	Προτεινόμενο	6.80	7.80	3.70										
L	Απόσταση και βάθος εκατέρωθεν της κατακόρυφου από τον άξονα του βαθύρα	Χαρακτηρισμός	L-1	L-3	L-1στ	L-3στ	L-5	L-7.5	L-10						
		Ελάχιστο	1.50	2.00	1.40	1.80	3.00	3.60	4.00						
	(βαθύρας από σκυρόδεμα)	Προτεινόμενο	2.00	3.40	2.50	3.70	1.90	3.20	3.50						
M	Απόσταση και βάθος εμπρός από το άκρο του βαθύρα	Χαρακτηρισμός	M-1	M-3	M-1στ	M-3στ	M-5	M-7.5	M-10						
		Ελάχιστο	1.50	2.00	1.40	1.80	3.00	3.60	4.00						
	(βαθύρας από σκυρόδεμα)	Προτεινόμενο	2.00	3.40	2.50	3.70	1.90	3.20	3.50						
N	Μείγωση κλίση για μείωση των διαστάσεων πέραν εκείνων που προδιαγράφονται υποχρεωτικά	Πυθμένας δεξαμενής	30°	ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Οι διαστάσεις C (από τον άξονα του βαθύρα στον άξονα του παρακείμενου βαθύρα) αναφέρονται σε βαθύρες με πλάτη όπως περιγράφονται παραπάνω. Για βαθύρες με μεγαλύτερη πλάτη, το C αυξάνεται κατά το ήμισυ του επί πλέον πλάτους.											
		Οροφή περιοχής βαθύρα	30°												

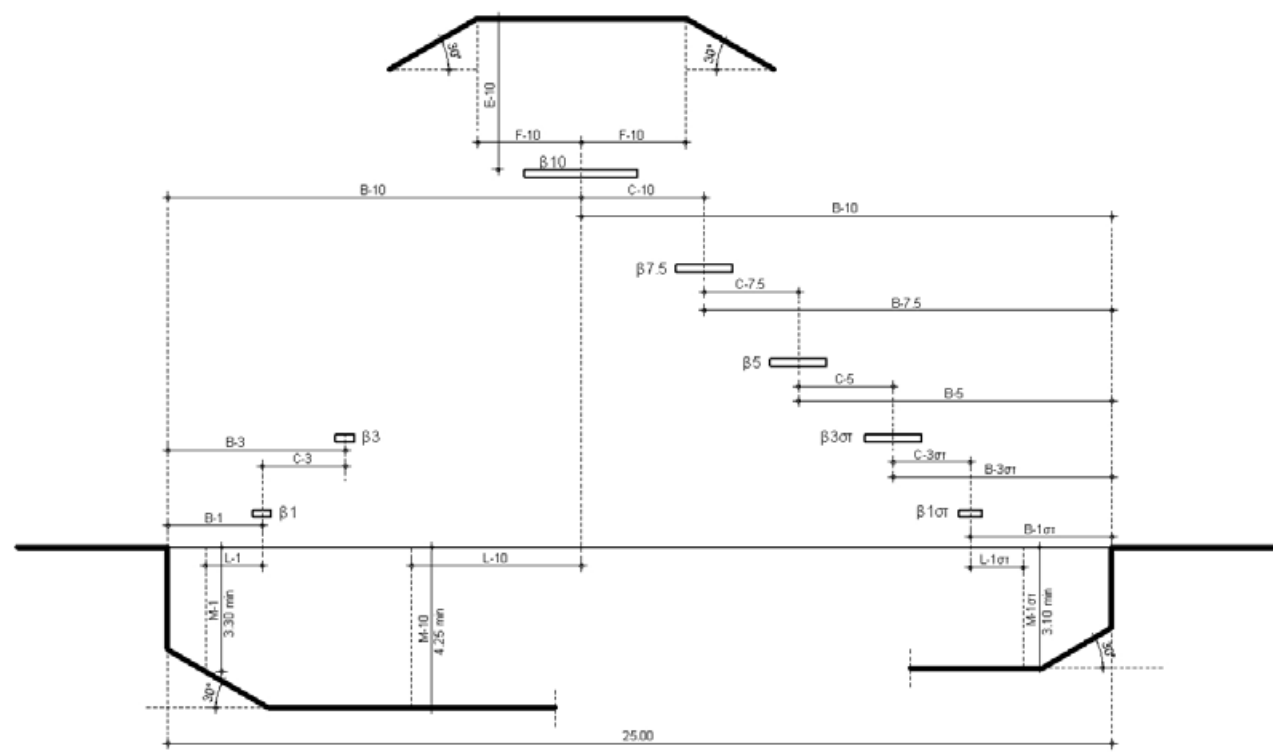
ΣΥΜΒΟΛΙΣΜΟΣ ΒΑΘΥΡΩΝ:

Αναπηδήτήριο (τραμπολινό) 1 μέτρου: β1
 Αναπηδήτήριο (τραμπολινό) 3 μέτρων: β3

Πλατφόρμα 1 μέτρου: β1σ
 Πλατφόρμα 3 μέτρων: β3σ
 Πλατφόρμα 5 μέτρων: β5
 Πλατφόρμα 7.5 μέτρων: β7.5
 Πλατφόρμα 10 μέτρων: β10



TOMH A-A
ΚΛ. 1:200



TOMH B-B
ΚΛ. 1:200

ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ:

Γενικές παρατηρήσεις:

- Οι καταδύσεις είναι άθλημα στο οποίο αγωνίζονται άνδρες και γυναίκες, είτε ατομικά, είτε σε ζευγάρια. Τόσο οι προπονήσεις, όσο και οι αγώνες διεξάγονται είτε σε ανοιχτό, είτε σε κλειστό χώρο.
- Στους ολυμπιακούς αγώνες περιλαμβάνονται τα εξής αγωνίσματα:
 - Καταδύσεις από πλατφόρμα 10 μ. (άνδρες και γυναίκες)
 - Καταδύσεις από αναπηδήτήριο 3 μ. (άνδρες και γυναίκες)
 - Συγχρονισμένες καταδύσεις από πλατφόρμα 10 μ. (άνδρες και γυναίκες)
 - Συγχρονισμένες καταδύσεις από αναπηδήτήριο 3 μ. (άνδρες και γυναίκες)
- Η δεξαμενή κολύμβησης πρέπει να ανήκει υποχρεωτικά σε οργανωμένο κολυμβητήριο, με αποδυτήρια και λοιπούς υποστηρικτικούς χώρους.
- Η διάταξη του κολυμβητηρίου να είναι τέτοια, ώστε οι αθλούμενοι να διέρχονται διαδοχικά από τα αποδυτήρια, τα αποχωρητήρια, τους καταιονητήρες και να καταλήγουν στον κολυμβητική δεξαμενή.
- Σε περίπτωση πρόβλεψης θεατών, τόσο οι θέσεις τους, όσο και οι απαιτούμενες εξυπηρετήσεις τους να διαχωρίζονται σαφώς από το χώρο των αθλουμένων.
- Ο αγωνιστικός χώρος έχει ελάχιστες διαστάσεις 25,00x20,00 μ. και κυμαινόμενο ελάχιστο βάθος ανάλογα με το είδος και το ύψος του βαθύρα, όπως φαίνεται στον παρακείμενο πίνακα: από 3,20 έως 4,50 μ. στο σημείο κατάδυσης (στην επαπτόμενη στο άκρο του βαθύρα κατακόρυφο). Σε κανένα σημείο της δεξαμενής το βάθος δεν επιτρέπεται να είναι μικρότερο του 1,80 μ.
- Οι βαθύρες διακρίνονται στις εξής κατηγορίες:
 - Αναπηδήτριά (τραμπολινό) 1 μ. και 3 μ.
 - Πλατφόρμες 1 μ., 3 μ., 5 μ., 7,5 μ. και 10 μ.
- Στα κλειστά καταδυτήρια, το ελεύθερο ύψος του χώρου από το βαθύρα μέχρι την οροφή κυμαίνεται από 3,25 έως 5,00 μ., ανάλογα με το είδος και το ύψος του βαθύρα, όπως φαίνεται στον παρακείμενο πίνακα.
- Στα ανοιχτά καταδυτήρια, προτείνεται οι βαθύρες να είναι προσανατολισμένοι προς το βορρά, προκειμένου να αποφεύγονται προβλήματα θάμβωσης των αθλητών.

Τεχνικά χαρακτηριστικά:

- Τα τεχνικά χαρακτηριστικά που αφορούν στην κατασκευή της κολυμβητικής δεξαμενής (κανάλι υπερχλίσης, περιμετρικός διάδρομος κυκλοφορίας, παράθυρα ηλεκτροπληκής κάλυψης, περιμετρικός μηχανοδιαδρομος, σήμανση πυθμένα) περιγράφονται στο σχέδιο ΔΕΞ 01 (Προδιαγραφές Κολυμβητικών Δεξαμενών - Κλασική Κολύμβηση).
- Η θερμοκρασία του νερού πρέπει να είναι τουλάχιστον 26° C.
- Για έγχρωμη ηλεκτροπληκή κάλυψη, η μέση κατακόρυφη φωτιστική ένταση πρέπει να είναι:
 - Για ολυμπιακούς και διεθνείς αγώνες $E_{\text{m}}=1500 \text{ Lux}$ από την πλευρά λήψης της κύριας ηλεκτροπληκής κάμερας και $E_{\text{m}}=1000 \text{ Lux}$ από τις υπόλοιπες πλευρές, με ομοιομορφία $U1=E_{\text{min}}/E_{\text{max}}=0,6$ και $U2=E_{\text{min}}/E_{\text{max}}=0,4$.
 - Για εθνικούς αγώνες $E_{\text{m}}=1000 \text{ Lux}$ και $E_{\text{m}}=700 \text{ Lux}$ αντίστοιχα, με ομοιομορφία $U1=0,6$ και $U2=0,4$.
- Για εθνικούς αγώνες χωρίς απαίτηση έγχρωμης ηλεκτροπληκής κάλυψης, η μέση οριζόντια φωτιστική ένταση θα είναι $E_{\text{mh}}=800 \text{ Lux}$, με ομοιομορφία $U1=0,7$ και $U2=0,5$. Για προπόνηση - εκμάθηση, η μέση οριζόντια φωτιστική ένταση θα είναι $E_{\text{mh}}=400 \text{ Lux}$, με ομοιομορφία $U1=0,6$ και $U2=0,4$.
- Απαιτείται προσοχή στο χειρισμό του φυσικού φωτισμού, για αποφυγή θάμβωσης των αθλουμένων. Το πρόβλημα αντιμετωπίζεται με τον κατάλληλο προσανατολισμό του κτιρίου ή της δεξαμενής, τη φύτευση και την τοποθέτηση σκιάστρων.
- Για τη διεξαγωγή αγώνων, πρέπει να εξασφαλιστεί χώρος για τους κριτές στις δύο πλαϊνές πλευρές της δεξαμενής, μπροστά από το προσβόριο των βαθύρων.
- Όσον αφορά στα τεχνικά χαρακτηριστικά των βαθύρων, ισχύουν τα εξής:
 - Τα αναπηδήτριά έχουν διάσταση 0,50x4,80 μ. και κατασκευάζονται σε ύψος 1,00 μ. ή 3,00 μ. Μπορεί να είναι μεταλλικά ή από σκυρόδεμα και αποσπώσιμα με ανιολισθηρή επιφάνεια. Οι αποστάσεις όλων των αναπηδήτρίων από τα τοιχώματα της δεξαμενής και τα υπόλοιπα αναπηδήτριά περιγράφονται στον παρακείμενο πίνακα. Τα αναπηδήτριά σπηρεύονται μέσω ενός κινητού κινδύρου (εγκατάσταση απόσβεσης, η οποία επιτρέπει μικρή μετατόπιση της επιφάνειας του βαθύρα) πάνω σε μία σταθερή πλατφόρμα. Στα αναπηδήτριά των 3,00 μ. πρέπει να υπάρχουν δεξιά και αριστερά χειρολιθθέρης ύψους τουλάχιστον 1,00 μ. Για τις συγχρονισμένες καταδύσεις, πρέπει να κατασκευάζονται δύο αναπηδήτριά στο ίδιο ύψος και διπλά-διπλά έτσι, ώστε να μην εμποδίζεται η ορατότητα μεταξύ των αθλητών.
 - Οι πλατφόρμες έχουν τις εξής διαστάσεις:
 - 0,60x5,00 μ. όταν κατασκευάζονται σε ύψος 0,60 έως 1,00 μ.
 - 1,50x5,00 μ. όταν κατασκευάζονται σε ύψος 2,60 έως 3,00 μ.
 - 1,50x6,00 μ. όταν κατασκευάζονται σε ύψος 5,00 ή 7,50 μ.
 - 3,00x6,00 μ. όταν κατασκευάζονται σε ύψος 10,00 μ.
 Κατασκευάζονται από σκυρόδεμα και πρέπει να είναι σταθερές, οριζόντιες και με ανιολισθηρή επιφάνεια. Με εξαίρεση τις πλατφόρμες του 1,00 μ., πρέπει να υπάρχουν δεξιά και αριστερά χειρολιθθέρης ύψους τουλάχιστον 1,00 μ. Οι αποστάσεις όλων των πλατφορμών από τα τοιχώματα της δεξαμενής και τις υπόλοιπες πλατφόρμες περιγράφονται στον παρακείμενο πίνακα.
- Το μπροστινό άκρο της πλατφόρμας πρέπει να έχει πάχος 0,20-0,30 μ. και μπορεί να είναι κάθετο ή κεκλιμένο, υπό γωνία το πολύ 10° ως προς την κατακόρυφο εσωτερικά της γραμμής κατάδυσης.
- Η επιφάνεια και το μπροστινό άκρο της πλατφόρμας πρέπει να είναι καλυμμένα με ελαστικό και ανιολισθηρό υλικό. Οι δύο επιφάνειες πρέπει να καλύπτονται ανεξάρτητα, ώστε να εξασφαλίζεται καθαρή γωνία 90°, ή όπως περιγράφεται στην προηγούμενη παράγραφο.
- Το ύψος των βαθύρων από την επιφάνεια του νερού μπορεί να κινείται μεταξύ +0,05 και -0,00 σε σχέση με τα ύψη που περιγράφονται στον παρακείμενο πίνακα.
- Όταν δύο πλατφόρμες είναι τοποθετημένες η μία ακριβώς πάνω από την άλλη, τότε το μπροστινό άκρο της πάνω πλατφόρμας πρέπει να εξείχει τουλάχιστον 0,75 μ. (προτείνεται 1,25 μ.) μπροστά από το αντίστοιχο άκρο της κάτω πλατφόρμας. Παρ' όλα αυτά, είναι προτιμότερο μία πλατφόρμα να μην κατασκευάζεται ακριβώς κάτω από άλλη πλατφόρμα.
- Η διαγράμμιση του πυθμένα τοποθετείται στο κέντρο κάθε διαδρομής και πρέπει να δημιουργεί έντονη χρωματική αντίθεση με την υπόλοιπη επιφάνεια της κολυμβητικής δεξαμενής. Έχει πλάτος 0,20-0,30 μ. και μήκος 21,00 μ. για τις δεξαμενές μήκους 25,00 μ. Κάθε γραμμή διαδρομής τερματίζει 2,00 μ. από τον τοίχο της δεξαμενής, με μία ειδική κάθετη γραμμή ίδιου μήκους και μήκους 1,00 μ. Αναλυτικές οδηγίες για τη διαγράμμιση σημειώνονται στην παράγραφο FR 5.3.11 των προδιαγραφών της FINA για τις δεξαμενές καταδύσεων.

Εξοπλισμός:

- Για καλύτερη αναγνώριση της επιφάνειας του νερού από τους αθλητές τοποθετούνται μικρά μπλε ψεκασμού ή ανακλαστές ή σύστημα τεχνητής ανακίνησης της επιφάνειας του νερού ("mechanical surface agitation" - βλ. προδιαγραφές FINA FR 5.3.10).
- Μηχανή παραγωγής φουσάλιδων ("bubble machine"): τοποθετείται στον πυθμένα της κολυμβητικής δεξαμενής και ενεργοποιείται μέσω τηλεχειριστηρίου από τον προπονητή κατά τη διάρκεια των προπονήσεων μόνο, προκειμένου να μειώνεται η αωματική καταπόνηση των αθλητών λόγω της πίεσης που δέχονται από το νερό με τις συνεχόμενες καταδύσεις.
- Σε ολυμπιακούς και διεθνείς αγώνες πρέπει να προβλέπεται στην εγκατάσταση τζακούζι, στο οποίο οι αθλητές κάθονται μεταξύ των καταδύσεων, προκειμένου να διατηρούν το σώμα τους ζεστό και τους μύες τους χαλαρούς. Βάσει των προδιαγραφών της FINA (FR 6.4), είναι επιθυμητό να υπάρχουν επίσης και βαθύρες (ένα αναπηδήτριά και μία πλατφόρμα) με δυνατότητα προσείσης σε λάκκους με ειδικό αφρώδες υλικό, για την προθέρμανση των αθλητών.

ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΜΕΛΕΤΩΝ ΑΘΛΗΤΙΚΩΝ ΕΡΓΩΝ ΤΜΗΜΑ ΕΡΕΥΝΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΩΝ			
ΚΑΤΑΔΥΣΕΙΣ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ ΚΟΛΥΜΒΗΤΙΚΩΝ ΔΕΞΑΜΕΝΩΝ (Για έλεγχο των διαστάσεων σε δεξαμενές υφιστάμενες κατά την 26η Σεπτεμβρίου 2013)			
ΕΡΓΟ:			Ημ/νία: ΟΚΤ 2013
Μελετητής:	Ζ. ΣΙΔΕΡΗ		Αριθμός Σχεδίου:
Τμηματάρχης:	Ι. ΜΠΟΥΣΙΟΥ		ΔΕΞ 03α
Διευθυντής:	Τ. ΤΡΙΑΜΠΕΛΑΣ		