



A2: 100 m mannequin palmes

DESCRIPTION DE L'EPREUVE

Après un signal sonore, le compétiteur plonge dans l'eau et parcourt 50 m en nage libre avec palmes. L'athlète ne doit pas toucher le mur avant de remonter le mannequin.

Le compétiteur plonge vers le mannequin, le remonte à la surface dans les dix (10) mètres.

L'athlète remorque le mannequin jusqu'à la ligne d'arrivée.

POSITIONNEMENT DES MANNEQUINS

Profondeur

Le mannequin doit être placé à une profondeur comprise entre 1.00 m et 3.00 m.

Direction

Le mannequin rempli d'eau est positionné sur le dos au fond de la piscine, la tête dans la direction vers laquelle il faut nager (vers l'arrivée dans un bassin de 50 m – vers le virage dans un bassin de 25 m). La base du mannequin est contre le mur de la piscine.

METHODE POUR REMONTER LE MANNEQUIN

- Le mannequin doit être remonté et la position de remorquage doit être prise avant que la tête du mannequin ne dépasse la ligne des 10 m.
- Lors de la prise du mannequin, le nageur peut se repousser sur le sol.

MODALITES DE REMORQUAGE

- Le nez et la bouche du mannequin doivent être clairement hors de l'eau comme décrit dans la note ci-dessous.
- Le mannequin ne peut pas être pris à la gorge, à la bouche ou au nez. Les prises au menton (dans lesquelles la prise au menton est très évidente) sont admises.
- Le mannequin doit être tenu par au moins une main.
- L'athlète ne peut pas lâcher le mannequin avant d'avoir touché le mur
- Le mannequin doit être tiré et non poussé.



Note 1 :

Dans les épreuves où un mannequin est employé, il s'agit de simuler un sauvetage. Le sauveteur doit maintenir le nez et la bouche du mannequin (victime) hors de l'eau. L'athlète doit donc éviter une position de détresse constante avec le nez et la bouche sous l'eau. Le sauveteur doit montrer un souci constant en maintenant le mannequin au-dessus de l'eau et ainsi garantir une respiration efficace. Les officiels doivent toutefois également tenir compte du fait que la vitesse d'exécution est un aspect très important de l'épreuve. Si l'eau couvre à certains moments la face de la victime, ceci ne doit pas être considéré comme punissable. Si une attitude contraire est observée, le sauveteur sera pénalisé.

Il n'est pas toujours facile de juger si une vague recouvre le visage du mannequin. Il faut être attentif que le mannequin ne fasse pas de mouvement de haut en bas et qu'on puisse voir l'eau à l'horizontale contre la tête du mannequin. Dans ce cas, il s'agit d'une vague. Si le mannequin bouge de haut en bas alors ce n'est pas une vague et si le nez et/ou la bouche sont sous l'eau, l'athlète est disqualifié.

Note 2 :

Dans un bassin de 25 m, dans lequel un athlète doit pour cette épreuve prendre un virage avec le mannequin en main, l'athlète doit toucher le mur comme lors d'une arrivée. Au virage, l'athlète peut modifier sa prise (même étrangler ou mettre la main sur la bouche), mettre le mannequin sous l'eau, mais pas le lâcher. L'athlète doit avoir repris une bonne position de remorquage dans les 10 m (comptés sur la tête du mannequin), ensuite plus aucune faute ne pourra plus être commise.

Note 3

Si après le départ, l'athlète perd sa ou ses palmes, il doit continuer l'épreuve. Il peut retourner chercher la palmes et continuer. En aucun cas, il ne peut recommencer l'épreuve dans une autre série.

DISQUALIFICATION

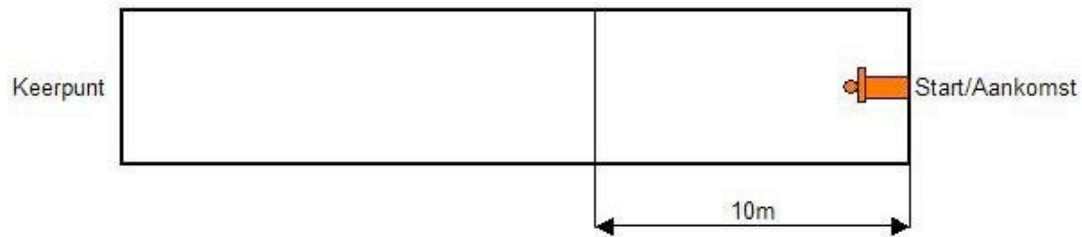
- Faux départ : comme décrit dans la Section 5 - départ
- S'accrocher à un appui fixe ou flottant de la piscine pendant la plongée vers le mannequin. Par exemple ligne d'eau, escaliers, etc....
- Remonter la tête (le crâne) du mannequin au-delà des 10 m
- Remorquer le mannequin de manière non-règlementaire comme décrit dans la partie remorquage du mannequin.
- Ne pas toucher le mur, avec une partie quelconque du corps, lors du virage (dans un bassin de 25 m)
- Lâcher le mannequin avant de toucher le bord à l'arrivée.
- Si les entraîneurs, les coachs, les membres du club, les parents, les supporters, dérangent les officiels et que de ce fait ces derniers ne savent pas exécuter convenablement leur tâche.
- Ne pas maintenir le nez et la bouche du mannequin d'une façon claire hors de l'eau.
- Utiliser une mauvaise technique de remorquage. Prise de la main ou des mains sur la gorge, sur la bouche ou sur le nez.

Les responsables d'équipe et les concurrents sont tenus de connaître ce règlement, y compris les règles et les procédures le régissant.

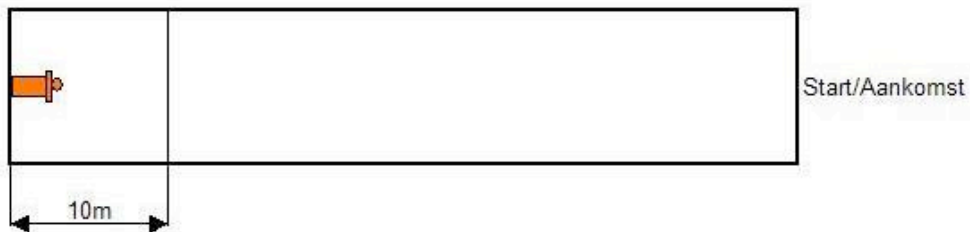


DESCRIPTION SCHEMATIQUE

25m bad



50m bad



BENJAMINS ET MINIMES

Les benjamins et minimes effectuent la même épreuve avec les mêmes règles mais sur une distance de 50m et avec le mannequin jaune

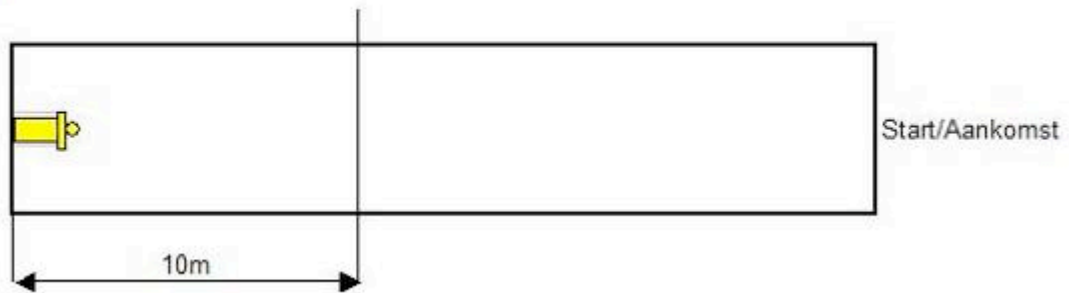
En bassin de 25m, le mannequin sera posé « pieds » contre le mur.

En bassin de 50m, le mannequin sera placé avec la ligne passant sous les bras sur la ligne des 25m. Ces deux catégories ne font donc pas de tournant.



Benjamins/Miniemen

25m bad



50m bad

Aankomst

