



B4: Line throw (lancer de corde)

DESCRIPTION DE L'EPREUVE

Un athlète « sauveteur » lance une corde à un de ses équipiers « victime » qui se trouve dans l'eau à une distance approximative de 12 m. Il tire ensuite la victime au bord de la piscine.

PREPARATION JUSQU'AU DEPART

Lors d'un coup de sifflet long du juge-arbitre, les deux athlètes se placent dans la zone de lancer et se préparent pour le départ. La corde enroulée se trouve dans la zone de lancer. La victime prend une des extrémités de la corde, saute à l'eau et nage avec la corde jusqu'au milieu du couloir qui lui aura été désigné. Arrivé à la ligne transversale (12m), il jette le reste de la corde au-delà de la ligne transversale et veille à ce qu'elle soit étendue. D'une main, il tient la marque située au milieu de la ligne transversale et de l'autre main il tient la corde.

Ou bien il tient la corde et la ligne transversale de la même main

Le sauveteur se prépare pour le départ : il tient l'autre extrémité de la corde d'une main, le visage vers la victime, jambes jointes et les bras le long du corps.

DEPART

Lorsque le juge-arbitre voit que les athlètes sont prêts, il fait avec le bras un signe au starter. Ce dernier dit « à vos places ». Lorsque tous les athlètes sont immobiles il donne le coup de sifflet du départ.

La procédure de faux-départ est identique à celle des procédures de nage.

DEROULEMENT DE L'EPREUVE

Après le signal de départ, le sauveteur tire la corde à lui (la victime peut continuer à guider la corde) et il la jette ensuite vers la victime.

Dès que la victime attrape la corde sans lâcher la ligne transversale au milieu de son couloir, il peut lâcher la ligne transversale et se laisser tirer vers le bord.

La victime ne peut pas plonger pour attraper la corde.

La victime ne peut pas aller dans le couloir à côté que se soit avec le bras ou la jambe pour attraper la corde. Attention, il est possible qu'une partie de la corde se trouve dans le couloir voisin mais si la victime prend la corde dans son couloir, il n'y a pas de faute

Durant le remorquage, la victime doit être sur le ventre en tenant la corde des deux mains. S'aider des jambes est admis à ce stade de l'épreuve. A la fin, la victime lâche la corde d'une main et touche le bord de la main sans se tirer au moyen de la corde



L'épreuve prend fin lorsque la victime touche le mur.

Il est possible que le sauveteur ne lance pas la corde assez loin la première fois ou que la victime lâche la corde durant le remorquage. Le sauveteur peut dans ce cas ramener la corde à lui et la victime reprend sa place sur la ligne transversale.

La victime reste dans l'eau après avoir touché le mur (càd une partie du corps dans l'eau) et le sauveteur reste dans la zone de lancer (càd au moins un pied entier dans la zone de lancer- mais le pied ne doit pas nécessairement être au sol s'il reste dans la zone) jusqu'au signal de fin d'épreuve.

Lorsque toutes les équipes auront terminés l'épreuve ou après 45 sec, le juge-arbitre donnera par un coup de sifflet l'autorisation aux participants de quitter leur place.

Les victimes peuvent agripper la corde ou le bout en l'air ou dans l'eau. Mais ils doivent toujours tenir le milieu de la ligne transversale en main.

ZONE DE LANCER

La zone de lancer doit être clairement délimitée (par un cadre en bois ou du papier collant ou...). A partir du mur, la zone fait 1.5 m de long, la largeur est celle du couloir.

Le sauveteur doit rester dans cette zone.

LIMITE DE TEMPS

Le sauveteur doit exécuter un bon lancer et ramener la victime dans les 45 secondes au bord. Si le lancer n'est pas correct, le sauveteur peut ramener la corde à lui et lancer à nouveau, aussi souvent qu'il le souhaite durant les 30 secondes impartis. Les participants qui ne parviennent pas à ramener leur victime dans le temps imparti sont crédités d'un temps de 45 secondes.

MATERIEL

- a) La corde à lancer : La corde a une longueur comprise entre 16.5 et 17.5 m et une épaisseur de 0,8cm(+/-0,1cm)
- b) La ligne transversale : de préférence un bâton ou un tuyau électrique en plastique(ou...), placée dans tous les couloirs bien visible à la surface de l'eau. Elle est à 12 m du bord de la piscine. Une marque bien visible doit être apposée au milieu de la ligne transversale. C'est ce point que la victime doit garder en main.

DISQUALIFICATION

- Faux départ
- La victime lâche la marque de la ligne transversale avant d'attraper la corde à lancer.
- Le sauveteur quitte à un moment quelconque la zone de lancer avant ou après que la victime ait touché le mur.



- La victime plonge sous l'eau pour attraper la corde
- La victime attrape la corde avec un bras ou un pied hors de son couloir
- La victime n'est pas sur le ventre pendant qu'elle est tractée
- La victime ne tient pas la corde avec les deux mains pendant qu'elle est tractée
- La victime se tire sur la corde pendant qu'elle est tractée ou à l'arrivée.
- La victime quitte entièrement l'eau avant le signal de fin d'épreuve
- La victime n'a pas été ramenée au bord avant le temps limite (45 secondes)

DESCRIPTION SCHEMATIQUE

