200m Super Lifesaver

Piscine

Au programme de ILS

Épreuve complète en deux phases : 75 m en nage libre, récupération d'un mannequin au fond (zone 5 m) et remorquage sur 25 m. Puis changement d'équipement — palmes et ceinture — pour 50 m de nage et le remorquage d'un second mannequin sur les 50 m finaux.

Déroulé

1. Plongeon de départ
2. 75 m nage libre
3. 25 m transport du mannequin
4. S'équiper des palmes et de la ceinture Tube
5. 50 m avec palmes et ceinture Tube
6. 50 m remorquage du mannequin

Points importants

✓ Prendre le premier mannequin, plein, à 75 m. En bassin de 25 m, la touche du mur à cette récupération n'est pas obligatoire. Position de transport correcte dans les 5 m.

✓ À 100 m, toucher le mur avant de lâcher le mannequin ; enfiler les palmes et la sangle dans l'eau, puis repartir. Le matériel est préparé au bord selon les consignes.

✓ À 150 m, toucher le mur avant de prendre et clipser le second mannequin (flottant). Fixation correcte avant la ligne des 10 m.

✓ À 175 m, toucher le mur en gardant le visage du mannequin hors de l'eau. Terminer avec la ceinture Tube et le mannequin en place.

Disqualifications

TYPE	SIGNIFICATION	RÈGLEMENT
DQ1	Ne pas terminer/réaliser l'épreuve conformément à sa description ou aux règles générales	ILS
DQ2	Comportement / compétition déloyale	ILS
DQ3	Arrivée tardive à la zone d'appel / pré-départ (Marshalling Area)	ILS
DQ4	Absence au départ de l'épreuve	ILS
DQ5	Dégradation volontaire du site, de l'hébergement ou de biens d'autrui	ILS
DQ6	Abus envers les officiels	ILS
DQ7	Utilisation d'une substance collante/adhésive pour améliorer la prise ou l'appui (mains, pieds, mannequin, ceinture Tube)	ILS

TYPE	SIGNIFICATION	RÈGLEMENT
DQ8	Prendre appui/aide sur le fond de la piscine, sauf lorsque la règle de l'épreuve l'autorise expressément	ILS
DQ9	Sortir de l'eau après l'épreuve avant l'autorisation de l'officiel (coup de sifflet final)	ILS
DQ10	Faux départ : amorcer un mouvement de départ avant le signal	ILS
DQ14	Ne pas toucher le mur/bord à l'arrivée	ILS
DQ16	Ne pas faire surface après le plongeon de départ et avant de toucher le mur/bord du virage	ILS
DQ17	S'aider d'une ligne, d'une marche, du bord ou d'un autre élément du bassin (p. ex. pour remonter)	ILS
DQ18	Mannequin pas en position de transport correcte au-delà de la ligne des 5 m	ILS
DQ19	Transport incorrect du mannequin (poussé, tenu par le bouchon, pieds en avant, immersion non admise, perte de contact)	ILS
DQ20	Visage du mannequin immergé hors de la zone autorisée (y compris au virage)	ILS
DQ21	Lâcher le mannequin avant la touche du virage ou de l'arrivée	ILS
DQ24	Prendre appui sur un équipement de la piscine lors de la fixation de la ceinture Tube autour du mannequin/de la victime	ILS
DQ25	Toucher volontairement le mannequin avant d'avoir touché le mur	ILS
DQ26	Le handler lâche le mannequin trop tôt (avant la touche du compétiteur)	ILS
DQ27	Le handler entre volontairement dans l'eau ou gêne le compétiteur / les officiels	ILS
DQ28	Fermer le mousqueton de la ceinture Tube avant d'avoir touché le mur	ILS
DQ29	Fixation incorrecte de la ceinture Tube autour du mannequin	ILS
DQ30	Ceinture Tube pas correctement fixée avant que le mannequin franchisse la ligne des 10 m	ILS
DQ31	Mannequin poussé ou porté au lieu d'être remorqué	ILS
DQ32	Corde de la ceinture Tube volontairement raccourcie avant le départ	ILS
DQ33	Mannequin détaché de la ceinture Tube	ILS
DQ34	Arrivée sans la ceinture Tube portée ou sans le mannequin correctement fixé	ILS

Les intitulés et les règles de détail peuvent varier d’un règlement à l’autre : référez-vous toujours au règlement officiel de la compétition.