100m medley salvataggio

Piscina

In programma di **ILS**

I primi 50 m si nuotano a stile libero. Dopo la virata il soccorritore si immerge verso un manichino a 17,5 m dal bordo, risale entro 5 m e lo trascina al traguardo.

Svolgimento

1. Tuffo di partenza
2. 50 m stile libero
3. Virata, poi 17,5 m sott'acqua
4. Prendere il manichino e riemergere
5. 32,5 m trasporto del manichino

Punti importanti

✓ Dopo i 50 m di stile libero, effettuare la virata e iniziare subito il tratto in apnea. Il manichino è posto a 17,5 m dalla parete di virata; restano poi 32,5 m da percorrere trasportandolo.

✓ Il nuotatore può fare una pausa e respirare alla virata dei 50 m, ma dopo aver lasciato la parete resta immerso fino al recupero del manichino.

✓ Dopo la presa, portare il manichino nella posizione di trasporto corretta nella zona prevista e tenerlo fino al tocco finale.

✓ La spinta sul fondo per riemergere con il manichino è consentita; non deve servire ad avanzare durante l'apnea.

Squalifiche

TIPO	SIGNIFICATO	REGOLAMENTO
DQ1	Non completare la prova conformemente alla sua descrizione o alle regole generali	ILS
DQ2	Comportamento antisportivo / competizione sleale	ILS
DQ3	Arrivo in ritardo nella zona di chiamata / pre-partenza (Marshalling Area)	ILS
DQ4	Assenza alla partenza della prova	ILS
DQ5	Danneggiamento volontario dell'impianto, dell'alloggio o di beni altrui	ILS
DQ6	Comportamento offensivo nei confronti degli ufficiali di gara	ILS
DQ7	Uso di una sostanza appiccicosa/adesiva per migliorare la presa o l'appoggio (mani, piedi, manichino, cintura)	ILS
DQ8	Appoggiarsi o darsi la spinta sul fondo della vasca, salvo quando il regolamento della prova lo consente espressamente	ILS

TIPO	SIGNIFICATO	REGOLAMENTO
DQ9	Uscire dall'acqua dopo la prova prima dell'autorizzazione dell'ufficiale (fischio finale)	ILS
DQ10	Falsa partenza: iniziare il movimento di partenza prima del segnale	ILS
DQ14	Non toccare la parete/il bordo all'arrivo	ILS
DQ16	Non riemergere dopo il tuffo di partenza e prima di toccare la parete/il bordo di virata	ILS
DQ17	Aiutarsi con la corsia, una scaletta, il bordo o un altro elemento della vasca (p. es. per riemergere)	ILS
DQ18	Manichino non in posizione di trasporto corretta oltre la linea dei 5 m	ILS
DQ19	Trasporto scorretto del manichino (spinto, tenuto per il tappo, piedi in avanti, immersione non ammessa, perdita di contatto)	ILS
DQ21	Lasciare il manichino prima del tocco in virata o all'arrivo	ILS
DQ22	Riemergere durante il tratto in apnea, prima di recuperare il manichino	ILS

Nomi e regole di dettaglio possono variare da un regolamento all’altro: fa sempre fede il regolamento ufficiale della competizione.