Staffetta 4×25m manichino

Piscina

In programma di [ILS]

Ognuno dei quattro nuotatori trascina un manichino per 25 m partendo dall'acqua. Il cambio avviene quando il nuotatore tocca il bordo.

Svolgimento

1. I 4 nuotatori trasportano in successione lo stesso manichino per 25 m ciascuno
2. Partenza in acqua; in vasca da 25 m, i 3 passaggi avvengono alla parete

Punti importanti

✓ Prima della partenza, i nuotatori si posizionano ed entrano in acqua secondo le istruzioni degli ufficiali.

✓ Alla partenza, il 1° nuotatore tiene il bordo / blocco di partenza con una mano e il manichino con l'altra.

✓ Chi riceve tiene una mano alla parete fino al tocco del nuotatore in arrivo. Può prendere il manichino con la mano libera prima di questo tocco, senza anticipare la partenza.

✓ Posizione corretta nella zona prescritta (5 m) dopo la partenza e ogni passaggio; il riferimento è la testa del manichino.

Squalifiche

TIPO	SIGNIFICATO	REGOLAMENTO
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
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

TIPO	SIGNIFICATO	REGOLAMENTO
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
DQ35	Assistenza di un terzo concorrente durante il cambio	ILS
DQ36	Un concorrente effettua più di una frazione	ILS
DQ37	Lasciare il blocco / il contatto con la parete prima che il concorrente precedente abbia toccato	ILS
DQ38	Passaggio del manichino fuori dalla zona consentita	ILS
DQ39	Lasciare il manichino prima che il concorrente successivo l'abbia afferrato	ILS
DQ44	Un concorrente rientra in acqua dopo aver terminato la sua frazione	ILS

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