Staffetta 4×50m medley (cintura)

Piscina

In programma di ILS

Quattro frazioni da 50 m: stile libero, pinne, cintura di salvataggio, poi traino — il quarto nuotatore con pinne afferra la cintura e trascina il terzo al traguardo.

Svolgimento

1. N1: 50 m stile libero
2. N2: 50 m con pinne
3. N3: 50 m con la cintura, poi 50 m come vittima (aiuto delle gambe consentito, braccia vietate)
4. N4: 50 m con pinne trainando la vittima

Punti importanti

✓ Prima della partenza, N3 indossa già la cintura su una spalla, senza che alcuna parte sporga nella corsia vicina.

✓ All'arrivo di N3, N4 prende la cintura. N3 diventa la vittima e afferra il corpo della cintura e/o il moschettone con entrambe le mani nella zona dei 10 m, senza tirare la cima.

✓ La vittima può battere le gambe e spingersi dalla parete durante il cambio e la virata, ma non può aiutare con le braccia.

✓ La prova termina con il tocco finale di N4; N3 non deve toccare la parete d'arrivo.

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
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
DQ36	Un concorrente effettua più di una frazione	ILS

TIPO	SIGNIFICATO	REGOLAMENTO
DQ37	Lasciare il blocco / il contatto con la parete prima che il concorrente precedente abbia toccato	ILS
DQ40	Agganciare la cintura a un anello a O	ILS
DQ41	La vittima tiene la cintura per la cima	ILS
DQ42	La vittima aiuta con le braccia o non tiene la cintura / il moschettone con entrambe le mani	ILS
DQ43	La vittima non tiene o perde il contatto con la cintura (o il moschettone) dopo la linea dei 10 m	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.