

## 5.5 B5: 4x50m Pool Lifesaver Relay

### A) Description générale de l'épreuve

- 1er athlète : 50m nage libre
- 2<sup>e</sup> athlète : 50m nage libre avec palmes
- 3<sup>e</sup> athlète : 50m remorquage du mannequin (25m remorquage du mannequin pour les benjalmins et minimes)
- 4<sup>e</sup> athlète : 50m remorquage du mannequin avec palmes (25m remorquage du mannequin avec palmes pour les benjamins et minimes)

#### **Remarque 1:**

*Le 1er, 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> athlète doivent quitter la piscine dès qu'ils ont touché le mur ou qu'ils ont transmis le mannequin sans gêner les adversaires.*

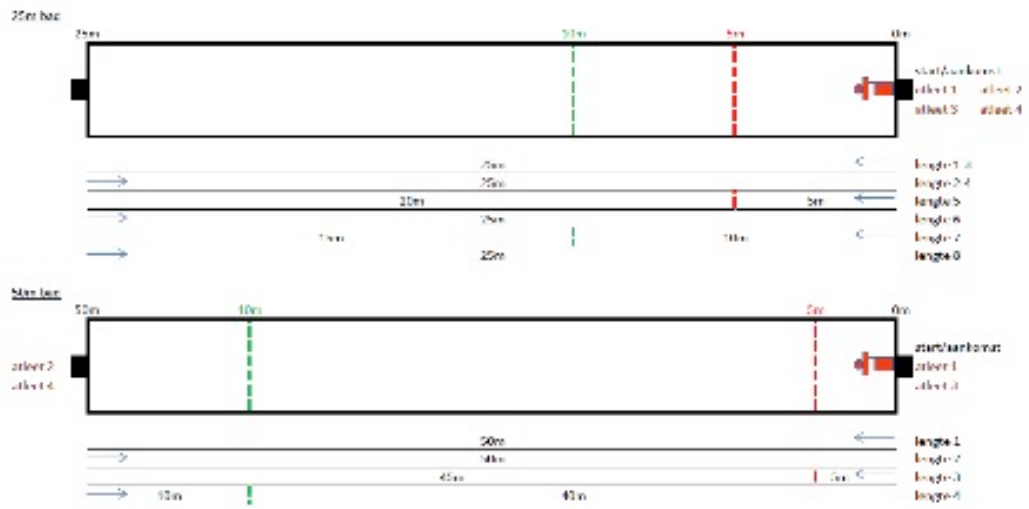
*Les benjamins et les minimes dans une piscine de 50m, le troisième athlète attendra le coup de sifflet indiquant la fin de l'épreuve pour sortir de l'eau.*

### B) Représentation schématique

#### Petit mannequin



#### Grand mannequin



### C) Description détaillée de l'épreuve

Le 1<sup>er</sup> athlète : Après un départ plongé faisant suite au signal acoustique, le 1<sup>er</sup> relayeur nage 50m en nage libre, sans palmes.

Le 2<sup>e</sup> athlète : Après que le 1<sup>er</sup> relayeur ait touché le mur, le deuxième athlète plonge dans l'eau puis nage 50 mètres en nage libre avec palmes pour finalement remonter le mannequin à la surface. Le deuxième athlète ne doit pas toucher le mur avant de transmettre le mannequin au troisième athlète.

Remarque : le deuxième athlète peut nager toute la distance en apnée avant de récupérer le mannequin ou remonter plusieurs fois en surface entre le départ et la récupération le mannequin.

Le 3<sup>e</sup> athlète : le 3<sup>e</sup> athlète attend dans l'eau (sans palmes), en contact avec le mur ou le plot de départ avec une main minimum. Le 3<sup>e</sup> athlète récupère le mannequin transmis par le 2<sup>e</sup> relayeur dès que le mannequin a cassé la surface de l'eau. Le 3<sup>e</sup> athlète remorque le mannequin sur 50m et touche le mur avant qu'il ne transmette le mannequin au 4<sup>e</sup> athlète.

Le 4<sup>e</sup> athlète : le 4<sup>e</sup> athlète (avec palmes) tient le mur avec une main minimum jusqu'au moment où il reçoit le mannequin. Il le remorque ensuite jusqu'à l'arrivée.

Dans une piscine de 25m :

Le troisième athlète remorque le mannequin sur 25/50m et touche le mur avant de passer le mannequin au quatrième athlète.

Le quatrième athlète (avec des palmes) tient le mur avec au moins une main jusqu'à ce qu'elle/il reprend le mannequin. Le quatrième athlète remorque le mannequin sur 25/50m jusqu'à l'arrivée.

Dans une piscine de 50m :

Pour les catégories +14ans, voir la description en piscine de 25m.

Pour les benjamins et les minimes :

Dans un bain de 50m, le relais entre le troisième / quatrième athlète à lieu au milieu de la piscine. Le passage du mannequin entre le troisième / quatrième athlète doit se faire entièrement dans la zone de 5 m au milieu de la piscine, compris entre 122,5 et 127,5 m.

La zone de transfert au milieu de la piscine doit être spécifiée. La zone de passage de relais doit au moins être indiquée par 4 cônes (2 de chaque côté de la piscine).

Dès que l'athlète entrant entre dans la zone de relais située au milieu de la piscine (la tête du mannequin doit être dans la zone), les règles de remorquage du mannequin ne s'appliquent plus. Cela signifie que le mannequin peut disparaître, être étranglé, mais pas lâché. Lors du passage du mannequin, les deux athlètes doivent avoir un contact simultané avec au moins une main avec le mannequin. Dans la zone de passage du relais, l'athlète est considéré comme le nageur partant. Cela veut dire que le mannequin peut couler, ...

L'athlète entrant peut aider en poussant le mannequin dans la zone de relais tant que le haut de la tête du mannequin reste dans la zone de relais. L'athlète qui prend en charge le mannequin peut prendre appui sur le fond de la piscine. Le quatrième athlète (avec palmes) qui a repris le mannequin est jugé sur le transport du mannequin que lorsque le haut de la tête du mannequin passe la

ligne des 135m. Cela signifie que le mannequin dans la zone de passage de relais peut couler, ....

Le quatrième athlète remorque ensuite le mannequin sur 25 mètres jusqu'à l'arrivée.

#### D) Positionnement du mannequin

##### Profondeur

Le mannequin doit être placé à une profondeur située entre 1 en 3 mètres.

##### Remplissage

Le mannequin doit être complètement rempli d'eau de manière à ce qu'il soit complètement couché sur le dos.

##### Placement

##### **Grand mannequin et petit mannequin**

*En piscine de 25m ou de 50m:*

La base du mannequin se situe au milieu du couloir, contre le mur de la piscine avec la tête en direction du virage et le visage vers le haut.

*En piscine de 50m :*

La base du mannequin se situe au milieu du couloir, contre le mur de la piscine avec la tête en direction de l'arrivée et le visage vers le haut.

#### E) Le passage de relais avec mannequin

L'athlète en fin de relais peut aider le relayeur suivant. Il peut pousser aussi longtemps que le haut de la tête du mannequin reste dans la zone de relais.

Des drapeaux ou cônes déterminent les zones de relais :

- Passage entre le 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> athlète – 5 m à partir du mur.
- Passage entre le 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> athlète – 10 m à partir de mur. Pour les benjamins et minimes en piscine de 50m, la zone de relais se situe entre 122.5m et 127.5m.

Les athlètes ne sont pas autorisés à lâcher le mannequin avant que le relayeur suivant ne l'ait saisi (c'est-à-dire que les athlètes doivent avoir un contact simultané (main) avec le mannequin).

Le troisième et le quatrième athlète peuvent se repousser du mur par la main, le bras ou les pieds après avoir récupéré le mannequin, pour nager leur distance respective (pas applicable au 4<sup>ème</sup> athlète benjamin ou minime dans une piscine de 50 m).

#### F) Modalités de remorquage

Les modalités de remorquage du mannequin sont décrites au point 3.2.

Une méthode incorrecte entraîne une disqualification.

##### **Remarque 1:**

*Pour un virage avec mannequin en piscine de 25m, cfr pt 3.2C.*

#### G) Récupérer ses palmes perdues

Les athlètes peuvent récupérer leurs palmes perdues tant que les règles concernant le tractage du mannequin sont respectées et tant que cela se produit dans leur couloir. Les athlètes ne peuvent pas reprendre le départ dans une autre série.

**Remarque 2:**

*Si après le départ, l'athlète perd sa ou ses palmes, il doit continuer l'épreuve. Il peut retourner chercher la(les) palme(s) et continuer. En aucun cas, il ne peut recommencer l'épreuve dans une autre série.*

**Remarque :** Le relais Pool Lifesaver peut être réalisé de deux manières :

- Comme un relais mixte. Il y a deux dames et deux hommes dans chaque équipe. Le juge-arbitre tirera au sort les parties d'épreuves réalisées par chacun des sexes. Le résultat n'entre pas dans le classement général.
- Par sexe. Le résultat est intégré au classement général. Lors de la création d'une équipe mixte, reportez-vous au Règlement Général. (Valable pour CP / CB.)

H) Disqualifications

DQ 14	Pas de contact avec le mur par une partie quelconque du corps lors du virage.
DQ 15	Ne pas toucher le mur de manière visible à l'arrivée.
DQ 17	Tirer profit de n'importe quel équipement de la piscine lorsque le mannequin est remonté à la surface. Par exemple : lignes d'eau, escaliers, ...- non inclus : fond de la piscine.
DQ 18	Le mannequin n'est pas en position correcte de remorquage lorsque le sommet de la tête passe la ligne des 5 m.

DQ 19	Le mannequin n'est pas en position correcte de remorquage lorsque le sommet de sa tête passe la ligne des 5 m.
DQ 20	Utiliser une technique incorrecte de remorquage.
DQ 21	Lâcher le mannequin avant de toucher le mur
DQ 23	Le mannequin n'est pas en position de remorquage correcte lorsque le sommet de la tête du mannequin passe la ligne des 10 m.(palmes)
DQ 39	Obtenir de l'aide d'un 3 <sup>e</sup> athlète durant le passage de relais entre l'athlète entrant et l'athlète sortant.
DQ 40	Un athlète répète une partie de l'épreuve.
DQ 41	Partir avant que le relayeur précédent n'ait touché le mur.
DQ 42	Le mannequin change main : <ul style="list-style-type: none"><li>• Avant la zone de passage de relais</li><li>• Avant que l'athlète entrant touche le mur</li></ul>
DQ 43	Le mannequin est lâché avant que l'autre athlète ne l'ait saisi (une main de l'athlète entrant et une main de l'athlète sortant doivent toujours être en même temps au contact du mannequin).
DQ 50	Un athlète revient dans l'eau après qu'il ait nagé sa partie du relais.
DQ 59	Le 3 <sup>e</sup> athlète n'est pas en contact avec le mur lorsqu'il prend le mannequin.
DQ 60	Le mannequin change de main : <ul style="list-style-type: none"><li>- Avant que le mannequin du 2<sup>e</sup> relayeur n'ait cassé la surface de l'eau</li><li>- Avant que le 3<sup>e</sup> relayeur n'ait touché le mur</li></ul>
DQ 61	L'épreuve n'est pas réalisée selon le tirage au sort (si l'épreuve est nagée par équipe mixte).