



EXPLICITATION DOS

EXPLICITATION PROPOSEE PAR



Ecole Régionale de Formation des Activités de la Natation





LE REGLEMENT FINA



VERSION DU 11/05/2020



COMMISSION FÉDÉRALE DES JUGES ET ARBITRES

- Accessible et devant être connu de tous !
- Il est téléchargeable : [ICI](#)

REGLEMENT DE LA NATATION COURSE D'après le manuel FINA 2017 – 2021

(Versions FINA du 21 septembre 2017 et FFN du 11 mai 2020)

MAJ :

- Ajout des précisions de la FINA (14 janvier 2020) relatives l'interprétation de certains articles du présent règlement.
- Remplacement des fonctions de contrôleur de virages et inspecteur de virages par celle de juge de virages.
- Révision de la traduction pour les articles SW 7.2, SW 8.1 et 10.8.



FÉDÉRATION
INTERNATIONALE
DE NATATION





SW 6 LE DOS



SW 6.1



- Avant le signal de départ, les nageurs doivent s'aligner dans l'eau face à l'extrémité de départ, avec les deux mains placées sur les poignées de départ
- Il est interdit de se tenir dans ou sur les trop-pleins ou d'accrocher les orteils au bord du trop-plein
- Accrocher les orteils sur le dessus de la plaque de touche est interdit



SW 6.1

- Lorsque le dispositif de départ en dos est utilisé, les orteils des deux pieds doivent être en contact avec le mur ou la plaque de touche



SW 6.2

- Au signal de départ et après le virage, le nageur doit se repousser du mur et nager sur le dos pendant toute la course sauf pendant l'exécution du virage
- La position normale sur le dos peut inclure un mouvement de roulis du corps inférieur à 90 degrés par rapport à l'horizontale
- La position de la tête est indifférente

SW 6.3



- Une partie quelconque du corps du nageur doit couper la surface de l'eau pendant toute la course, y compris l'arrivée
- Il est permis que le nageur soit complètement immergé pendant le virage, et sur une distance de 15 mètres au plus après le départ et chaque virage
- A partir de ce moment-là, la tête doit avoir coupé la surface de l'eau



SW 6.4

- Lors du virage, il faut qu'une partie quelconque du corps du nageur touche le mur
- Pendant le virage, les épaules peuvent être tournées au-delà de la verticale pour se mettre en position ventrale après quoi, une immédiate traction continue du bras ou une immédiate traction simultanée des deux bras peut être faite pour amorcer le virage
- Le nageur doit être retourné à une position sur le dos lorsqu'il quitte le mur

SW 6.5



- A l'arrivée de la course, le nageur doit toucher le mur en étant sur le dos dans son couloir





SW 2.13 DECISION DES OFFICIELS



RAPPEL : SW 2.13



Les officiels doivent prendre leur décision de manière autonome et indépendamment les uns des autres, sauf indication contraire figurant dans le Règlement de la Natation



CHAQUE OFFICIEL

- A une tenue correcte (polo blanc, baskets, tong, croc)
- Est exemplaire
- Est impartial
- Dispose de son matériel



REGLEMENT DE LA NATATION COURSE D'après le manuel FINA 2017 – 2021

(Versions FINA du 21 septembre 2017 et FFN du 11 mai 2020)

MAJ :

- Ajout des précisions de la FINA (14 janvier 2020) relatives l'interprétation de certains articles du présent règlement.
- Remplacement des fonctions de contrôleur de virages et inspecteur de virages par celle de juge de virages.
- Révision de la traduction pour les articles SW 7.2, SW 8.1 et 10.8.





LE DISPOSITIF DE DEPART DOS

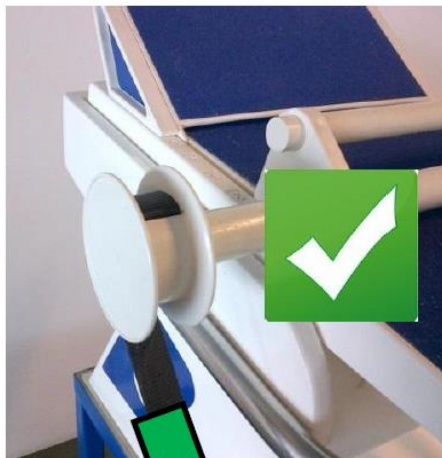


RAPPEL : SW 2.6.5

Lorsque le dispositif de départ en dos est utilisé, chaque juge de virages sur la plage de départ doit l'installer puis le retirer après le départ



Le Dispositif de départ




LES SANGLES SONT
POSITIONNEES SOUS LA
BOBINE D'ENROULEMENT

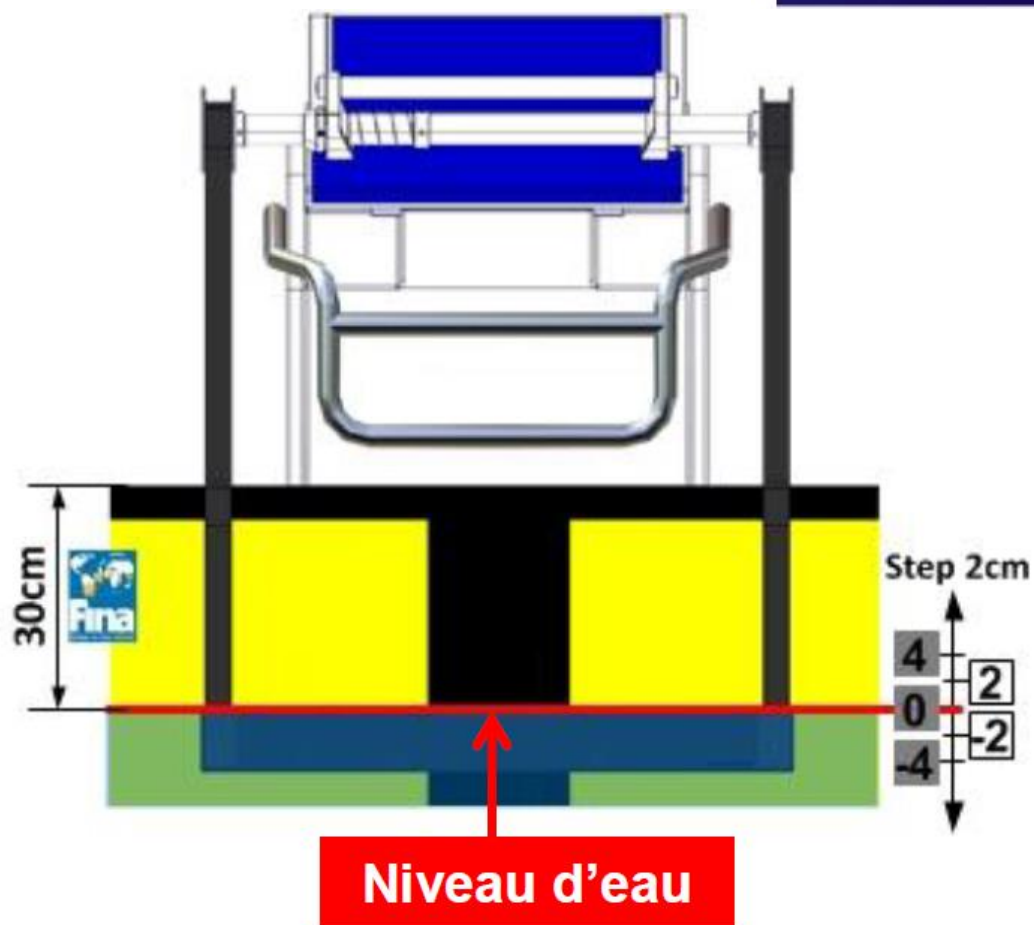
P09



P10

Ne jamais positionner les sangles comme illustré dans l'image **P10** parce que l'appareil pourrait se décrocher lors du départ.

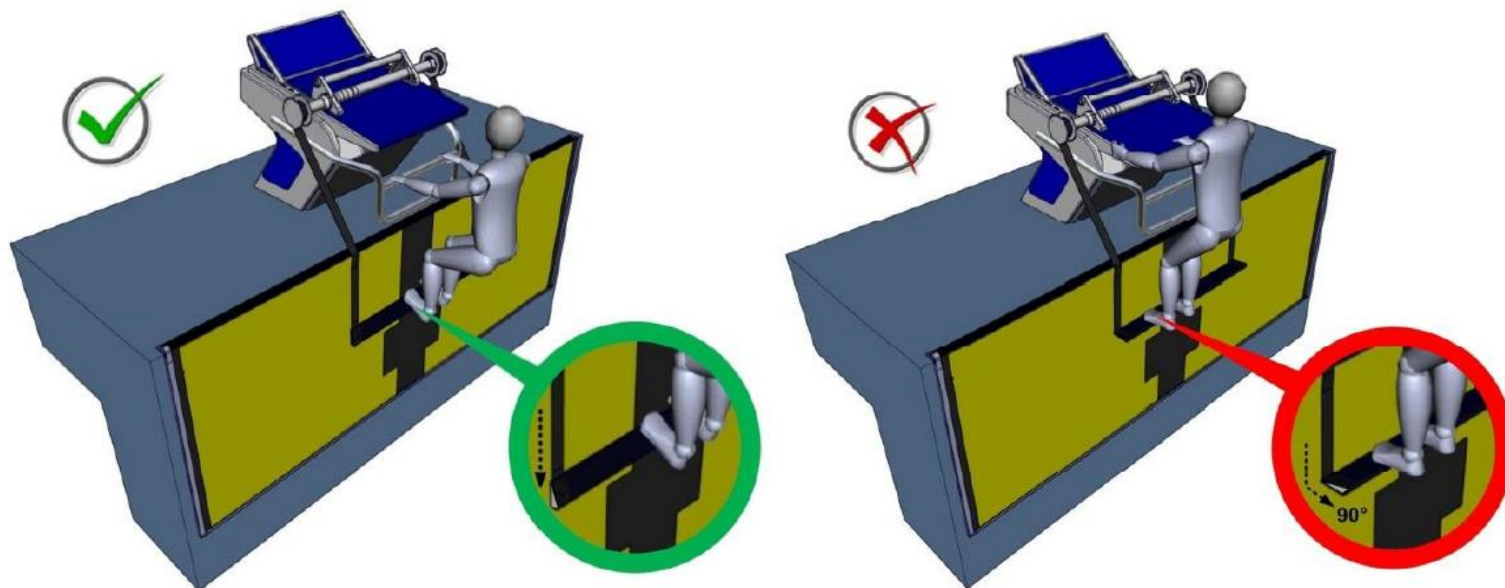
Le Dispositif de départ



Le Dispositif de départ



Le Dispositif de départ



Ne jamais mettre la pression sur le Système de départ dos quand il se trouve en position 90°.



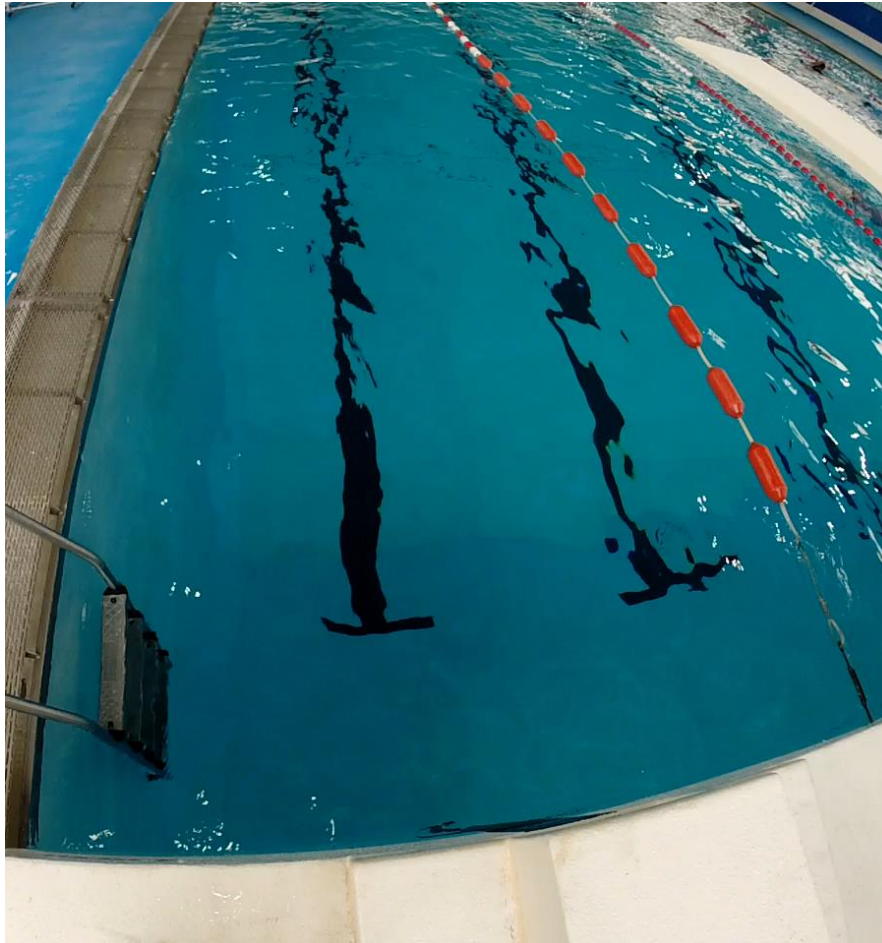
EN PRATIQUE



AU VIRAGE

- Une partie quelconque du corps du nageur **doit** toucher le mur
- Les épaules **peuvent être** tournées au-delà de la verticale pour se mettre en position ventrale
- Après quoi une immédiate traction continue du bras ou une immédiate traction simultanée des deux bras **peut être** faite pour amorcer le virage
- Le nageur **doit** être retourné à une position sur le dos lorsqu'il quitte le mur

VIDEO D'UN VIRAGE





MERCI DE VOTRE ATTENTION