



FÉDÉRATION FRANÇAISE
NATATION

LIGUE RÉGIONALE
HAUTS-DE-FRANCE



FÉDÉRATION FRANÇAISE
NATATION

EXPLICITATION QUATRE NAGES

EXPLICITATION PROPOSEE PAR



Ecole Régionale de Formation des Activités de la Natation





LIGUE RÉGIONALE
HAUTS-DE-FRANCE

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





LIGUE RÉGIONALE
HAUTS-DE-FRANCE

SW 9 LE QUATRE NAGES



SW 9.1

- Dans les épreuves de 4 nages individuelles, le nageur couvre les 4 nages dans l'ordre suivant :
 - ❖ Papillon,
 - ❖ Dos,
 - ❖ Brasse et
 - ❖ Nage Libre
- Chaque nage doit couvrir un quart (1/4) de la distance

SW 9.2



- En nage libre le nageur doit être en position ventrale, sauf lors de l'exécution du virage
- Le nageur doit se retrouver en position ventrale avant tout battement ou mouvement



SW 9.3



- Dans les épreuves de relais 4 nages, les nageurs couvriront les quatre nages dans l'ordre suivant :
 - ❖ Dos,
 - ❖ Brasse,
 - ❖ Papillon et
 - ❖ Nage Libre
- Chaque nage doit couvrir un quart (1/4) de la distance



SW 9.4



- Chaque partie s'achève conformément à la règle qui s'applique à la nage concernée





LIGUE RÉGIONALE
HAUTS-DE-FRANCE

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.





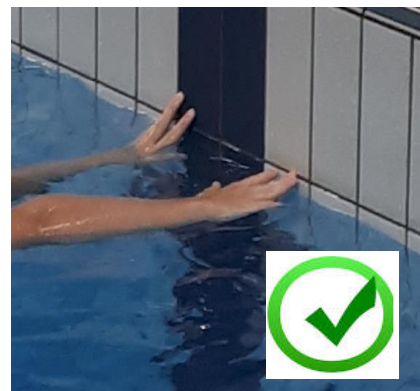
LIGUE RÉGIONALE
HAUTS-DE-FRANCE

EN PRATIQUE



ARRIVEE BRASSE PAPILLON

Le toucher du mur doit se faire **simultanément** avec les deux **mains séparées** soit **au niveau de l'eau**, soit **au dessus**, soit **en dessous**



ARRIVEE DOS RAPPEL SW 6.5



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



RAPPEL SW 10.5



- Un nageur qui se tient debout au fond de la piscine pendant les épreuves de nage libre ou pendant la partie nage libre des épreuves 4 nages ne doit pas être disqualifié, mais il ne doit pas marcher





MERCI DE VOTRE ATTENTION