

FEUILLE D'INFRACTION À RÉFÉRENCE RAPIDE SUR LE RÉGLEMENT DE NATATION

Cette carte est un guide de référence rapide pour aider les débutants, juges de coups et inspecteurs de virages à rédiger les infractions aux règles. Il ne couvre pas toutes les infractions aux règles car il ne doit pas remplacer la connaissance approfondie des Règles Mondiales de Navigation aquatique.

LE DÉPART	RÈGLE
Initier un départ avant le signal	4.4

FREESTYLE	RÈGLE
Je n'ai pas touché le mur au virage ni à la ligne d'arrivée	5.2
La tête n'a pas refléuri la surface de l'eau au 15 m ou avant le point suivant le départ ou le virage	5.3
Complètement submergé lors de l'AVC	5.3

DOS	RÈGLE
Position gauche sur le dos, sauf lors d'un virage	6.2
La tête n'a pas refléuri la surface de l'eau au 15 m ou avant le point suivant le départ ou le virage	6.3
Je n'ai pas commencé à faire le tour immédiatement après avoir tourné sur la poitrine	6.4
Tourner non initié à la fin de la traction du bras après avoir quitté la position sur le dos	6.4
Je n'ai pas touché le mur pendant le virage	6.4
Pas à l'arrière en quittant le mur après le virage	6.4
Complètement submergé pendant la remise, sauf à moins de 5 m en atteignant la ligne d'arrivée	6.5
Je n'ai pas terminé la course alors qu'il était à l'arrière	6.5

BRESSE	RÈGLE
Plus d'un coup de pied papillon vers le bas avant le premier coup de brasse après le départ ou le virage	7.1
La tête ne franchissait pas la surface avant que les aiguilles ne se tournent vers l'intérieur à la partie la plus large du deuxième coup après le départ ou le virage	7.1
Corps non appuyé sur la poitrine pendant la nage	7.2
Cycle de coups, pas 1 coup de bras pour 1 coup de pied à la jambe dans cet ordre	7.3
Les mouvements des bras ne sont pas simultanés	7.3
Mains non poussées vers l'avant ensemble depuis le sein	7.4
Les coudes ne sont pas sous l'eau pendant la nage	7.4
Les mains ramenées au-delà de la ligne de la hanche lors d'un coup	7.4
La tête ne rompait pas la surface à chaque cycle de bras	7.5
Les mouvements des jambes ne sont pas simultanés	7.5
Pieds non tournés vers l'extérieur pendant la partie propulsive du coup de pied	7.6
Exécutait un coup de pied papillon vers le bas pendant le mouvement, avant le virage X ou juste avant la fin	7.6
Ne touchait pas au tournant ni ne finissait avec les deux mains ; séparés ; simultanément	7.7

PAPILLON	RÈGLE
Corps non appuyé sur la poitrine pendant la nage	8.1
Les bras ne sont pas levés simultanément au-dessus de l'eau	8.3
Les bras ne sont pas ramenés en arrière simultanément sous l'eau	8.3
Alternance des mouvements des jambes ou des pieds	8.4
Les mouvements des jambes ne sont pas simultanés	8.4
Mouvement de coup de pied brasse	8.4
Ne touchait pas au tournant ni ne finissait avec les deux mains ; séparés ; simultanément	8.5
Plus d'un bras tire sous l'eau après le départ ou le virage	8.6
La tête n'a pas refléuri la surface de l'eau au 15 m ou avant le point suivant le départ ou le virage	8.6
Complètement submergé pendant l'AVC	8.6

MEDLEY	RÈGLE
Nage de dos, brasse ou papillon dans la section nage libre	5.1
Ordre incorrect des coups individuels du medley	9.1
Ordre incorrect des coups de relais quatre nages	9.2
Dans la section freestyle, je ne revenais pas au bras avant aucun coup de pied ou coup de pied	9.3
Fin de section qui ne respecte pas la règle du coup concerné (avec infraction de coup ci-dessus)	9.4

LA COURSE	RÈGLE
Je n'ai pas parcouru toute la distance	10.2.1
Ils ne sont pas restés dans la même voie qu'ils ont commencé	10.2.2
En tournant, il n'a pas touché l'extrémité de la piscine	10.2.3
Il a fait un pas ou un pas du fond de la piscine	10.2.3
Je me suis tenu au fond de la piscine (sauf en freestyle)	10.2.4
Tiré sur la corde de la piste	10.2.5
Obstruction d'un autre nageur	10.2.6
Entrée dans l'eau lors d'une course non inscrite	10.2.7
Dispositif ou plan utilisé pour le rythme	10.2.9
L'équipe de relais n'a pas nagé dans l'ordre indiqué	10.4.2
L'échange de relais n'a pas commencé depuis la plateforme de départ	10.4.4
Les pieds ont perdu contact avec la plateforme de départ avant que le coéquipier précédent ne touche le mur	10.4.5
Un membre de l'équipe de relais est retourné dans l'eau avant que toutes les équipes ne terminent la course	10.4.6
Ne pas quitter la piscine dès que possible à la fin de la course ou de la section lors d'un relais	10.4.7
Utilisation d'un dispositif non approuvé, d'un maillot de bain, d'une substance adhésive ou d'un ruban adhésif corporel	14.2, 14.3 et 14.4