

游泳规则快速查阅违规表

这张卡片是一份快速参考指南，帮助Starts、JudgesofStrokes和InspectorsofTurns撰写违规记录。它不涵盖所有违规行为，因为不能替代对世界上运动规则的深入了解。

起点	统治
在信号响起前启动	4.4
自由式	统治
转弯和终点时都没有碰到墙	5.2
水头在起跑或转弯后15米处或之前未破水面	5.3
中风时完全浸没	5.3
仰泳	统治
背部左侧位置，转身时除外	6.2
水头在起跑或转弯后15米处或之前未破水面	6.3
转入胸地后没有立刻开始转弯	6.4
离开背部位置后，完成手臂拉动后未开始转身	6.4
转弯时没有碰到墙	6.4
转弯后离开墙壁时，背部也不是	6.4
划桨时完全浸没，除了在伸手冲刺时5米内	6.5
在后排时未能完成比赛	6.5
蛙泳	统治
起跳或转身时，在第一次蛙泳踢击前，多次下蝶式踢	7.1
头部未破水面，手在第二划最宽处内转时已转向内侧	7.1
身体在中风时不贴胸	7.2
按动作循环，而不是按这个顺序从一只手臂到一腿踢	7.3
手臂动作不是同时进行的	7.3
双手未从胸部向前推	7.4
划水时肘部不要浸在水下	7.4
划水时手部向后移至髁线之外	7.4
每次冲程时，头部都没有破水	7.5
腿部动作不是同时进行的	7.5
推进踢腿时脚没有外翻	7.6
在划水过程中，X转弯前或结束前执行下垂蝶踢	7.6
转弯时未触地，终点时双手未触地；分开；同时进行	7.7
蝴蝶	统治
身体在中风时不贴胸	8.1
双臂没有同时举过水面	8.3
手臂没有同时向后收入水中	8.3
交替移动腿或脚	8.4
腿部动作不是同时进行的	8.4
蛙泳踢腿动作	8.4
转弯时未触地，终点时双手未触地；分开；同时进行	8.5
起跑或转弯后，多个手臂会在水下拉扯	8.6
水头在起跑或转弯后15米处或之前未破水面	8.6
中风时完全浸没	8.6
混合曲	统治
自由泳部分包括仰泳、蛙泳或蝶泳	5.1
错误的单次混合泳击打顺序	9.1
混合接力划桨顺序错误	9.2
在自由泳部分，踢腿或划手前未回到蛙泳	9.3
部分结束时不符合相类击球规则（如上文击球违规）	9.4
比赛	统治
没完成全部距离	10.2.1
没有停留在起点的同一条车道上	10.2.2
转弯时没有碰到泳池的尽头	10.2.3
从泳池底部迈出一步或一步	10.2.3
站在泳池底部（自由式除外）	10.2.4
被拉扯到车道绳索	10.2.5
阻挡另一名游泳者	10.2.6
在未报名的比赛中下水	10.2.7
用于配速的装置或计划	10.2.9
接力队未按上述顺序游泳	10.4.2
接力交换并非从起始站台开始	10.4.4
脚在前一位队友触及墙壁之前就脱离起始平台	10.4.5
接力队成员在所有队伍完成比赛前重新进入水中	10.4.6
未能在接力赛结束时尽快离开泳池	10.4.7
使用未经批准的装置、泳衣、粘合剂或身体胶带	14.2 - 14.3 和14.4