



Société Suisse de
Sauvetage Section La
Chaux-de-Fonds
competition@sss-cf.ch
www.sss-cf.ch



Règlement compétition du 25 juin

1. Conditions de participation

Toute personne sachant nager et âgée de minimum 10 ans, possédant un brevet jeune sauveteur ou un brevet base pool peut participer. Chaque binôme doit prendre part à minimum trois épreuves (les organisateurs se réservent le droit de limiter le nombre de participants par catégorie et par épreuve). La participation se fait en binôme.

1.2 Cotisation de participation

Chaque section inscrivant une ou plusieurs équipes payera des frais d'inscription de 25.- puis 5.- par équipe inscrite.

2. Compétition

2.1. Catégories

Une distinction est faite entre les catégories adultes et jeunes, ainsi que dames et messieurs.

2.1.1. Adulte

- Catégorie 1 : femmes nées jusqu'en 1998 (1998 inclus)
- Catégorie 2 : hommes nés jusqu'en 1998 (1998 inclus)

2.1.2. Jeunesse

- Catégorie 3 : jeune né(e)s de 2013 à 2008

2.2. Disciplines

- Mannequin
- Harnais
- Ceinture australienne
- Lancer du cube

2.3. Activité récréative

- Waikiki



Société Suisse de
Sauvetage Section La
Chaux-de-Fonds
competition@sss-cf.ch
www.sss-cf.ch



3. Classement et prix

3.1. Classement par discipline

Un classement par discipline et par catégorie sera effectué selon les temps chronométrés. Le premier de chaque discipline recevra un prix.

3.2. Classement général

Les temps des quatre disciplines (sauf épreuve récréative) seront cumulés. Les trois meilleurs temps de chaque catégorie seront récompensés. Ce classement ne concerne que les nageurs qui auront participé aux quatre disciplines.

4. Arbitrage et chronomètre

4.1. Arbitrage

Les pénalités sont données par les juges de lignes et ces derniers peuvent justifier leurs décisions en se référant au règlement de la compétition.

4.2. Contestation

En cas de contestation, les organisateurs de la compétition se réservent le droit de prendre une décision.

5. Départ / Chronométrage

5.1. Départ

Avant chaque départ :

- Tous les arbitres et les chronométreurs doivent être prêts
- Tous les compétiteurs sont équipés et prêts
- Tout le matériel est bien positionné.

Après vérification des points ci-dessus, le chef des arbitres :

- Siffle un long coup pour signaler aux nageurs de se placer en position de départ ou d'entrer dans l'eau (mannequin, ceinture australienne et walkiki)
- Lorsque les nageurs entendent « À vos marques », ils se mettent en position de départ et ne bougent plus jusqu'à ce que le signal du départ soit donné par un coup de sifflet.



Société Suisse de
Sauvetage Section La
Chaux-de-Fonds
competition@sss-cf.ch
www.sss-cf.ch



5.2. Faux départ

Si un nageur part immédiatement avant le signal de départ, la course est poursuivie. Le nageur sera sanctionné par une pénalité de 2''.

5.3. Chronométrage

Le chronométrage est réalisé au 1/10 s. Au moins un chronométreur par couloir de nage doit être présent. Un chronomètre supplémentaire est enclenché par le chef des arbitres.

5.4. Fin de la course

La course est finie une fois le dernier nageur arrivé. Les nageurs restent dans leur couloir de nage jusqu'à ce qu'ils entendent le coup de sifflet donné par le chef des arbitres signalant la sortie du bassin.

6. Mannequin

6.1 Déroulement

Le départ se fait dans l'eau. Le premier nageur se place en position de départ et se tient avec une main au bord du bassin. Il tient le mannequin avec l'autre afin que la bouche et le nez de celui-ci soit hors de l'eau. Il part suite au signal de départ.

Il remorque le mannequin jusqu'à la zone de relais au milieu du bassin (à 20 m du bord). Le passage du mannequin, du premier au deuxième nageur se fait sur une distance de 5m (elle commence à 20 m du bord et fini à 25m).

Le deuxième nageur remorque le mannequin jusqu'à la fin du bassin. Le chronomètre s'arrête lorsque le nageur touche le bord avec une main et tient le mannequin dans l'autre.

6.2 Remorquage

Le mannequin doit être remorqué avec une main au minimum, sans le tenir au niveau de la bouche, du nez, des yeux et de la gorge. Le mannequin ne doit pas être poussé. La tête du nageur doit toujours se trouver devant celle du mannequin. De plus la tête du mannequin ne doit pas se trouver sous l'eau et il doit regarder vers le haut. (Le mannequin est vide pour la catégorie jeunesse et plein pour les deux catégories cadets.)

6.3 Pénalité

+2'' si le nageur ait un faux départ

+2'' si le mannequin a la tête sous l'eau avant le départ

+2'' si le nageur ne touche pas le bord avec sa main avant le départ.



Société Suisse de
Sauvetage Section La
Chaux-de-Fonds
competition@sss-cf.ch
www.sss-cf.ch



- +2" si le nageur perd le contact avec le mannequin.
- +3" si le nageur a une mauvaise prise du mannequin.
- +2" si le passage du mannequin ne se fait pas dans la zone prévu
- +1" si le nageur sort de l'eau avant le coup de sifflet final.

7. Ceinture australienne

7.1 Déroulement

Le départ se fait dans l'eau. Le nageur se met en position de départ avec une main qui touche le bord, à la suite du départ lancé, le nageur enfile la ceinture australienne préalablement posé sur le bord par les juges. Le nageur parcourt 50m libre avec la ceinture.

Le deuxième nageur l'attend une main sur le bord, équipé de palmes. Dans une zone de 5m à partir du bord le premier passe la ceinture au 2ème qui l'enfile sur une épaule (le premier nageur doit avoir touché le bord avant que le deuxième puisse toucher la ceinture).

Le premier nageur devient alors victime en tenant la bout de la bouée avec les deux mains. La position des mains doit être maintenue jusqu'à l'arrêt du chrono. Le chrono s'arrête lorsque le deuxième nageur touche le bord, suite à son 50m avec les palmes, la bouée et sa victime.

7.2 Pénalités

- +2" faux départ
- +1" le deuxième nageur touche la ceinture avant que le premier ait touché le bord
- +2" la victime ne tient pas correctement la bouée
- +2" le nageur bouge ses mains sur la bouée
- +1" sortie du couloir de nage avant le coup de sifflet final
- +3" la victime lâche la Bouée

8. Harnais

8.1 Déroulement

Cette course se fait par binôme. Il y a un nageur et un tireur.

Le nageur part en départ plongée. Le harnais ne doit pas être touché par le nageur avant le coup de sifflet du départ.

Après le signal du départ, le premier nageur enfile le harnais et nage 25mètre, jusqu'à la barre située au milieu du bassin. Après avoir touché la barre avec la main, le nageur doit lever le bras afin de donner le signal du départ à son coéquipier. Celui-ci tire le premier nageur sur le dos afin de le ramener au point de départ. Si le nageur perd le harnais avant d'être arrivé, il est autorisé à retourner le chercher et à finir la course. La course est terminée lorsque le nageur a touché le bord.

!!! ne pas assommer le nageur en tirant trop fort lors du retour !!



Société Suisse de
Sauvetage Section La
Chaux-de-Fonds
competition@sss-cf.ch
www.sss-cf.ch



8.2 Pénalités

- +2" en cas de faux départ.
- +2' si le nageur ne touche à son arrivée vers la barre.
- +2' si le nageur touche le harnais avant le signal de départ.
- +1' si le nageur bat des jambes pour aider le tireur.
- +1' si le nageur sort de l'eau avant le coup de sifflet final.
- +2' si le nageurs part avant le coups de sifflet

9. Le lancée du cube de sauvetage – 2 x 2 lancer

9.1 Déroulement

C'est une discipline terrestre individuelle demandant précision et technique. Chaque membre du binôme lancera deux cubes. Le cube est lancé depuis une ligne tracée.

La cible se trouve à 13m pour les jeunes, 13m pour les femmes et 18m pour les hommes.

Elle comprend un cercle de 2m, 4m et 6m de diamètre.

L'équipe dispose de 2 x 2min pour lancer les 4 cubes à leur disposition.

Le tir est évalué lorsque le cube touche le sol.

9.2 Critères de lancer

Le lancer se fait à une main, selon les diverses techniques de lancer de cube de sauvetage (arc de cercle ou cercle).

9.3 Résultat

Cercle de 2m : - 0,5secondes

Cercle de 4m : - 0,2 seconde

Cercle de 6m : - 0,1seconde

9.4 Pénalité

Il n'y a pas de sanction de temps, mais aucun points bonus n'est gagné pour le lancer en question.

Lancer pas comptabiliser si un des binômes lance plus de deux cubes.

Lancer pas comptabiliser si le pieds du joueur dépasse de la ligne lors du lancer.

Lancer pas comptabiliser si le participant n'utilise pas une technique de lancer de Sauvetage.



Société Suisse de
Sauvetage Section La
Chaux-de-Fonds
competition@sss-cf.ch
www.sss-cf.ch



10. Waikiki

10.1 Groupe

Les groupes seront fait par les organisateurs une fois les inscriptions fermées, les groupes seront formés de 6 participants. .

10.2 Déroulement

Le premier nageur par dans l'eau avec une main sur le bord. Avec la deuxième il tient la Waikiki. Après le signal départ il monte dessus. Il doit être sur la Waikiki avant d'avoir dépassé la ligne des 5m.

Le premier nageur parcourt 20m sur la planche. Le premier nageur cède sa place au second nageur dans une zone de 10m.

Le deuxième nageur parcourt à son tour une distance de 20m, il touche le bord avec sa main, puis descend de la Waikiki. Le troisième nageur peut à son tour monter sur la planche. Comme lors du départ, il doit être sur la planche lorsqu'il dépasse la zone des 5m.

Le troisième nageur parcourt comme les autres, une distance de 5m et fait une transition avec le quatrième selon le même déroulement que celle entre le premier et le deuxième puis le quatrième fait une transition avec le cinquième comme entre le deuxième et le troisième.

Le cinquième et le sixième parcourt le même trajet et font les mêmes transitions jusqu'à ce que le sixième touche le bord ce qui arrête le chronomètre.

En cas de chute le nageur remonte sur la planche, **sans avancer la planche !!**

Suite à leur passage, les nageurs se mette sur le bord et s'accroche à la ligne en attendant le coup de sifflet final.

10.3 Pénalité

+2" en cas de faux départ

+2" si le nageur dépasse la zone et qu'il n'est pas sur la planche

+2" si le nageur descend de la planche avant la zone

+2" si le nageur qui descend de la planche aide son coéquipier à remonter sur la planche

+3" si le nageur n'avance en n'étant pas sur la planche avant de remonter

+2" si le nageur ne touche pas le bord avant que son coéquipier monte sur la planche

Version 2

La chaux-de-fonds, 10.04.2023

Le comité d'organisation