

Swimming Rule Quick Reference Infraction Card - Nederlandse versie

FINA RULE	START	FINA RULE
SW 4.1	Verkeerde starthouding aangehouden of aangenomen	SW 4.1
SW 4.4	Valse start	SW 4.4
VRIJE SLAG		
SW 5.2	Muur niet geraakt bij KP of A	SW 5.2
SW 5.3. a	Hoofd heeft wateroppervlak nog niet doorbroken op 15m na S of KP	SW 5.3. a
SW 5.3. b	Lichaam volledig onder water, uitgezonderd de eerste 15m na S of KP	SW 5.3. b
SW 10.5	Gestapt op de bodem van het zwembad	SW 10.5
RUGSLAG		
SW 6.1. a	Starthandgrepen niet vastgegrepen bij start	SW 6.1. a
SW 6.1. b	Tenen in of over overloopgoot geplaatst bij start	SW 6.1. b
SW 6.2	Rugligging verlaten, behalve bij KP met borstligging	SW 6.2
SW 6.3. a	Hoofd heeft wateroppervlak niet doorbroken op 15m na S of KP	SW 6.3. a
SW 6.3. b	Lichaam volledig onder water, uitgezonderd de eerste 15m na S of KP	SW 6.3. b
SW 6.4. a	Muur niet geraakt bij KP	SW 6.4. a
SW 6.4. b	Keerpunt niet gedaan in eigen baan	SW 6.4. b
SW 6.4. c	Keerpunt niet dadelijk ingezet na borstligging en/of armtrek beweging	SW 6.4. c
SW 6.4. d	Meer dan één armtrek beweging gedaan bij KP met borstligging	SW 6.4. d
SW 6.5 a	Bij aankomst muur niet aangetikt in rugligging	SW 6.5 a
SW 6.5 b	Bij aankomst muur niet aangetikt in eigen baan	SW 6.5 b
SCHOOLSLAG		
SW 7.1. a	Meer dan één vliederslag beenbeweging uitgevoerd	SW 7.1. a
SW 7.1. b	Vliederslag benen niet TIJDENS 1ste armbeweging EN/OF niet gevolgd door schoolslag beenbeweging	SW 7.1. b
SW 7.2. a	Borstligging niet aangehouden gedurende de volledige wedstrijd (behalve bij KP)	SW 7.2. a
SW 7.2. b	Armbeweging wordt niet gevolgd door beenbeweging = schoolslagcyclus (behalve bij KP of A)	SW 7.2. b
SW 7.2. c	Armbewegingen niet gelijktijdig of niet in hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd	SW 7.2. c
SW 7.3. a	Handen niet gelijktijdig naar voor gebracht	SW 7.3. a
SW 7.3. b	Handen voorbij de heuplijn behalve bij 1ste slag na S of KP	SW 7.3. b
SW 7.3. c	Ellebogen boven water, behalve bij de laatste slag voor KP of A	SW 7.3. c
SW 7.4. a	Beenbewegingen niet gelijktijdig of niet in het hetzelfde horizontale vlak uitgevoerd	SW 7.4. a
SW 7.4. b	Hoofd doorbreekt wateroppervlak niet bij elke schoolslagcyclus	SW 7.4. b
SW 7.4. c	Hoofd doorbreekt wateroppervlak niet vooraleer de armen binnenwaarts te brengen bij de 2de armbeweging	SW 7.4. c
SW 7.5. a	Vliederslag benen, uitgezonderd na S of KP	SW 7.5. a
SW 7.5. b	Voeten niet buitenwaarts gedraaid bij stuwfase	SW 7.5. b
SW 7.5. c	Schaarbeweging benen of fladderende beweging benen	SW 7.5. c
SW 7.6	Niet met 2 handen gelijktijdig muur geraakt bij KP of A / en/of handen niet gescheiden	SW 7.6
VLINDERSLAG		
SW 8.1. a	Lichaam niet in borstligging	SW 8.1. a
SW 8.1. b	Zwemmer is op rugligging geweest (behalve bij KP)	SW 8.1. b
SW 8.2. a	Armen niet boven water naar voor gebracht	SW 8.2. a
SW 8.2. b	Laatste armslag vóór KP of A onder water uitgevoerd (= schoolslagbeweging armen)	SW 8.2. b
SW 8.2. c	Beide armen niet gelijktijdig naar voor en/of naar achter gebracht	SW 8.2. c
SW 8.3. a	Beweging van de benen/voeten niet gelijktijdig uitgevoerd	SW 8.3. a
SW 8.3. b	Afwisselende bewegingen met benen/voeten gemaakt	SW 8.3. b
SW 8.3. c	Beenbeweging schoolslag	SW 8.3. c
SW 8.4	Niet met 2 handen gelijktijdig muur geraakt bij KP of A / en/of handen niet gescheiden	SW 8.4
SW 8.5. a	Hoofd heeft wateroppervlak nog niet doorbroken op 15m na S of KP	SW 8.5. a
SW 8.5. b	Lichaam volledig onder water, uitgezonderd de eerste 15m na S of KP	SW 8.5. b
SW 8.5. c	Meer dan één armtrek beweging onder water uitgevoerd na S of KP	SW 8.5. c
WISSELSLAG		
SW 5.1	Rugslag, schoolslag of vliederslag gezwommen in het gedeelte vrije slag	SW 5.1
SW 9.1	In individuele wisselslag stijlen niet in de juiste volgorde of lengte gezwommen (VL-R-S-VS)	SW 9.1
SW 9.2	In wisselslag-aflossing stijlen niet in de juiste volgorde of lengte gezwommen (R-S-VL-VS)	SW 9.2
SW 9.3	Een wedstrijdgedeelte (stijl) niet beëindigd (= enkel A) zoals voorgeschreven voor die stijl	SW 9.3
AFLOSSINGEN		
SW 10.11	Te vroeg gestart in een aflossing door 2de, 3de of 4de zwemmer	SW 10.11
SW 10.12	In het water gaan als ploeglid alvorens alle zwemmers van alle ploegen hun wedstrijd beëindigd hebben	SW 10.12
SW 10.13	Niet gestart volgens de ingediende volgorde op de startkaart-/lijst	SW 10.13
ZWEMWEDSTRIJD		
SW 10.2	Niet de volledige afstand gezwommen	SW 10.2
SW 10.3	Wedstrijd niet gezwommen in dezelfde baan als waarin gestart werd	SW 10.3
SW 10.4. a	Muur niet geraakt bij KP OF KP niet vanaf de muur genomen	SW 10.4. a
SW 10.4. b	Op de bodem gestaan, behalve bij vrije slag of het gedeelte vrije slag bij wisselslag	SW 10.4. b
SW 10.6	Aan de zwemlijnen getrokken	SW 10.6
SW 10.7	Zwemmer hinderen door over de baan te zwemmen en/of onsportief gedrag	SW 10.7
SW 10.8	Gebruik maken van hulpmiddelen, coaching OF dragen van 'niet toegelaten' kledij of tape op het lichaam, armband, ... (behalve deze toegestaan door de Fina Medische Commissie)	SW 10.8
SW 10.9	In het water gaan als niet ingeschreven in die reeks, vooraleer alle zwemmers zijn aangekomen	SW 10.9
SW 10.14	Na beëindiging van eigen wedstrijd, hinderen van andere zwemmer bij verlaten van het water	SW 10.14

Swimming Rule Quick Reference Infraction Card - Version Français

FINA RULE	DEPART	FINA RULE
SW 4.1	Position de départ fautive	SW 4.1
SW 4.4	Départ anticipé	SW 4.4
NAGE LIBRE		
SW 5.2	Le nageur n'a pas touché le mur au virage ou à l'arrivée	SW 5.2
SW 5.3. a	La tête du nageur est sortie à la surface au delà des 15m au départ ou virage	SW 5.3. a
SW 5.3. b	Le nageur s'est totalement immergé dans la nage (en dehors 15m départ & virage)	SW 5.3. b
SW 10.5	Le nageur a marché sur le fond du bassin	SW 10.5
DOS		
SW 6.1. a	Au départ ne pas avoir placé les 2 mains sur poignées de départ	SW 6.1. a
SW 6.1. b	Au départ avoir placé pieds ou accroché orteils sur bord du trop-plein	SW 6.1. b
SW 6.2	Le nageur a quitté la position sur le dos (en dehors de l'exécution du virage)	SW 6.2
SW 6.3. a	Au départ ou après le virage la tête du nageur n'a pas coupé la surface de l'eau au 15M	SW 6.3. a
SW 6.3. b	Le nageur s'est totalement immergé dans la nage (en dehors du départ et virage)	SW 6.3. b
SW 6.4. a	Le nageur n'a pas touché le mur au virage	SW 6.4. a
SW 6.4. b	Le nageur n'a pas effectué le virage dans son couloir	SW 6.4. b
SW 6.4. c	Le nageur n'a pas entamé virage directement après traction des bras	SW 6.4. c
SW 6.4. d	Lors du virage le nageur a effectué plusieurs tractions de bras	SW 6.4. d
SW 6.5 a	A l'arrivée n'a pas touché le mur en position dorsale	SW 6.5 a
SW 6.5 b	A l'arrivée n'a pas touché le mur dans son couloir	SW 6.5 b
BRASSE		
SW 7.1. a	Au départ ou pendant le virage a fait plus d'un mouvement d'ondulation	SW 7.1. a
SW 7.1. b	Au départ ou pendant le virage mouvement d'ondulation en dehors de la traction de bras Et/Ou pas suivi d'un mouvement jambes	SW 7.1. b
SW 7.2. a	Le nageur n'a pas nagé avec le corps allongé sur la poitrine (en dehors du virage)	SW 7.2. a
SW 7.2. b	Le nageur n'a pas réalisé son cycle de nage avec 1 mouvement de bras suivi d'1 mouvement de jambes (en dehors arrivée ou virage)	SW 7.2. b
SW 7.2. c	Mouvements des bras pas dans le même plan horizontal ou non simultanés	SW 7.2. c
SW 7.3. a	N'a pas ramené ses mains ensemble vers l'avant	SW 7.3. a
SW 7.3. b	Mains ramenées au-delà de la ligne des hanches (à l'exception du 1er mouvement départ et virage)	SW 7.3. b
SW 7.3. c	Coudes au-dessus de l'eau (excepté pendant le virage ou le dernier mouvement à l'arrivée)	SW 7.3. c
SW 7.4. a	Mouvements des jambes non simultanés ou pas dans le même plan horizontal	SW 7.4. a
SW 7.4. b	La tête n'a pas coupé la surface de l'eau dans chaque cycle complet de nage	SW 7.4. b
SW 7.4. c	La tête n'a pas coupé la surface de l'eau avant que les mains ne se tournent vers l'intérieur au moment de la phase la plus large de la seconde traction.	SW 7.4. c
SW 7.5. a	Mouvement de dauphin vers le bas autre que celui autorisé au départ et virages	SW 7.5. a
SW 7.5. b	Pieds non tournés vers l'extérieur lors de la phase propulsive du mouvement	SW 7.5. b
SW 7.5. c	Battements ou ondulations (en dehors de SW 7.1)	SW 7.5. c
SW 7.6	Arrivée ou virage non simultanément des 2 mains / et ou mains non séparées	SW 7.6
PAPILLON		
SW 8.1 a	Le corps du nageur n'était pas allongé sur la poitrine.	SW 8.1 a
SW 8.1 b	Le nageur s'est mis en position dorsale (en dehors du virage)	SW 8.1 b
SW 8.2. a	Le nageur n'a pas ramené ses bras en avant au dessus de la surface de l'eau	SW 8.2. a
SW 8.2. b	Mouvement, traction des bras pas de l'avant vers l'arrière (type brasse)	SW 8.2. b
SW 8.2. c	Le nageur n'a pas ramené ses bras en avant / ou arrière ensemble	SW 8.2. c
SW 8.3. a	Mouvements des pieds non simultanés	SW 8.3. a
SW 8.3. b	Mouvements alternatifs des jambes ou des pieds	SW 8.3. b
SW 8.3. c	Mouvements des jambes en brasse	SW 8.3. c
SW 8.4	Touche à l'arrivée, au virage avec 2 mains non simultanément et/ou mains non séparées	SW 8.4
SW 8.5. a	La tête du nageur est sortie à la surface au delà des 15m au départ ou après virage	SW 8.5. a
SW 8.5. b	Le nageur totalement immergé sauf aux 15 m, départ et virages	SW 8.5. b
SW 8.5. c	Plus d'une traction de bras sous l'eau au départ ou aux virages	SW 8.5. c
4 NAGES		
SW 5.1	Dans la partie nage libre avoir nagé celle-ci en dos, brasse ou papillon	SW 5.1
SW 9.1	Ordre incorrect des styles (papillon, dos, brasse, nage libre)	SW 9.1
SW 9.2	Dans un relais, ordre incorrect des styles (dos, brasse, papillon, nage libre)	SW 9.2
SW 9.3	La fin de chaque style n'est pas conforme à la règle de la nage de son parcours	SW 9.3
RELAIS		
SW 10.11	Départ anticipé du 2ème, 3ème ou 4ème nageur	SW 10.11
SW 10.12	Nageur non désigné pour nager cette longueur rentre dans l'eau lorsque la course est en cours, avant que toutes les équipes n'aient fini la course	SW 10.12
SW 10.13	Nageurs n'ont pas suivi l'ordre indiqué sur la carte/liste de départ	SW 10.13
LA COURSE		
SW 10.2	N'a pas couvert la totalité de la distance de l'épreuve	SW 10.2
SW 10.3	N'a pas terminé sa course dans le couloir de son départ	SW 10.3
SW 10.4. a	Nageur n'a pas touché le mur au virage ou n'a pas effectué son virage à partir du mur	SW 10.4. a
SW 10.4. b	Lors du virage le nageur a pris appui sur le fond du bassin (sauf en nage libre et phase nage libre du 4 nages)	SW 10.4. b
SW 10.6	Tirer sur les lignes d'eau est interdit	SW 10.6
SW 10.7	Gêne un autre nageur en nageant à travers autre couloir ou de toute autre manière	SW 10.7
SW 10.8	Faire usage de maillot non-conforme, coaching, 'Strap' sur le corps (sauf autorisé par Fina Sport Medicine Committee), ou tout autre équipement améliorant flottabilité (bracelet...) ou vitesse.	SW 10.8
SW 10.9	Etre rentré dans l'eau alors que non engagé dans la série et que tous les nageurs ne sont pas arrivés.	SW 10.9
SW 10.14	Nageur ayant fini sa course gêne autre nageur en quittant la piscine	SW 10.14