



# Officiels B

Présentation simplifiée  
des règlements

# Notions sur le Fédération Française de Natation

La F.F.N. est une entité sous-jacente de la **F**édération **I**nternationale de **N**atation **A**mateur

## - **FINA : Fédération Internationale de Natation Amateur**

- Créée en 1908
- Objectif : Développer la natation, organiser des manifestations internationales et suivi des règlements techniques



## - **LEN : Ligue Européenne de Natation**



## - **FFN : Fédération Française de Natation**



- Créée en 1920 comprend les disciplines suivantes :

Natation	Plongeon	Water-Polo	Natation Synchronisée	Maîtres	Natation en eau libre
----------	----------	------------	-----------------------	---------	-----------------------

- Président : Francis LUYCE
- Directeur Technique National :
- Association Loi 1901
- Elle est formée de 6 zones interrégionales et de 29 comités régionaux
- <http://www.ffnatation.fr>
- Mise en place de règles spécifiques à la natation française (Off. A – B - C)

## - **Comité Régional de Franche Comté**

- Président : Jacky Vieval
- Cadre Technique d'Etat : Noël Porcu
- <http://franchecomte.ffnatation.fr>
- Commission des cadres : Président Jacky VIEVAL

La Commission organise la gestion des officiels sur la région (examens –

recyclages – suivi des actions)

- <http://erfan.franchecomte.free.fr/index.php/officiels>







































#### - **Comités Départementaux**

- Sous l'autorité du Comité Régional
- Un référent départemental organise les recyclages et les formations sur le département.

#### - **Les Clubs**

- Plus petite entité du système fédéral
- Recrute des officiels

La Franche Comté compte 19 clubs de natation

	Natation	Water Polo	Plongeon	Natation synchronisée	Eau Libre	Maitres
<b>Avenir Natation Besançon</b>						
<b>Cercle Aquatique Valentigney</b>						
<b>Club Aquatique du Bassin Lédonien 39</b>						
<b>Club Neutre du Comité Régional de F.C.</b>						
<b>C.N. Dole et sa Région</b>						
<b>C.N. Haut Jura</b>						
<b>Association Sportive Municipale de Belfort Natation</b>						
<b>Association Sportive Montbéliard Natation</b>						
<b>C.N. Luxeuil</b>						
<b>C.N. Pontarlier Valdahon</b>						
<b>Dauphins Lurons</b>						
<b>Dole Water-Polo</b>						
<b>Entente Delle Etueffont Natation 99</b>						
<b>Espérance Lons-Le-Saunier</b>						
<b>Val de Gray Natation</b>						
<b>Nageurs des Portes du Haut-Doubs</b>						
<b>Passion Synchr'o Besançon</b>						
<b>Natation Vesoul Noidans</b>						
<b>U.S. Sochaux Natation</b>						

# Quelques données en bref...

## Les sigles :

Sigle	Signification
<b>F.I.N.A.</b>	Fédération Internationale de Natation Amateur
<b>L.E.N.</b>	Ligue Européenne de Natation
<b>NL</b>	Nage Libre
<b>Pap</b>	Papillon
<b>Br</b>	Brasse
<b>Cr</b>	Crawl
<b>4N</b>	Quatre Nages

## Piscines ou bassins : (Appellation)

- Piscine : Établissement couvert (25 m ou 50 m)
- Bassin : Etablissement de plein air (25 m ou 50 m)

i  
n  
f  
o

La majorité des piscines publiques comportent un bassin de 25 mètres de longueur pour une largeur variant de 10 à 20 mètres (certaines sont plus étroites et certaines sont plus larges).

Une piscine olympique est un bassin de 50 mètres de longueur par 25 mètres de large et sert pour les compétitions internationales, notamment les Jeux olympiques, son volume est d'environ 2 500 m<sup>3</sup>.

## Organisation matérielle :

- Corde de faux départ : Obligatoire, placée à 15 mètres du départ.
- Fanions de virage : Obligatoires pour les épreuves de Dos et de 4 nages : Placés à 5 mètres de chaque extrémité.
- Température de l'eau : 26°C (+ ou - 1°C)
- Repère des 15 mètres : La longueur maximale autorisée pour les coulées au départ et à chaque virage pour les épreuves de Nage Libre, Dos, Papillon et 4 Nages est de 15 mètres. Un repère doit être identifiable sur chaque ligne d'eau (15 mètres de chaque extrémité).

## Plaques de longueur :

Elles sont placées à l'opposé des plots de départ, lors des épreuves nage libre de 800 et 1500 mètres, sous la responsabilité des Juges de virages.

Affichage des nombres (début de l'épreuve)		
Epreuves	Bassin de 25 mètres	Bassin de 50 mètres
<b>800 mètres</b>	31	15
<b>1500 mètres</b>	59	29

Remarques : Lors de son utilisation, la plaque de longueur ne doit pas être mise à l'eau.

### Ordre chronologique d'une épreuve de 4 nages :

- Individuel : Papillon – Dos – Brasse – Nage Libre (~~crawl~~)
- Relais : Dos – Brasse – Papillon – Nage Libre (~~crawl~~)

D'un point de vue réglementaire, le crawl n'existe pas.

### Table de cotation :

Le temps réalisé par le nageur est converti en points grâce à la table de cotation "Natation sportive".

### Titre de "Champion de France" :

Le titre de "Champion de France" n'est attribué que lors des Championnats de France de Natation.

### Record et/ou Meilleure performance :

Les records soulignent les meilleurs temps toutes catégories confondues.

Les meilleures performances soulignent des records par année d'âge. L'âge est déterminé par rapport à l'année civile (du 1<sup>er</sup> janvier au 31 décembre).

Seuls les records établis dans les piscines d'eau douce sont reconnus. De même, les records ne peuvent être établis que par des nageurs portant un maillot de bain approuvé par la F.I.N.A.

### Les catégories d'âge : (correspondance pour la saison 2013/2014)

Avenir : 9 ans et moins (2005 et après)

Poussin : 10 – 11 ans (2003 – 2004)

Benjamin : 12 – 13 ans (2001 – 2002)

Minime : 14 – 15 ans (1999 – 2000)

Cadet : 16 – 17 ans (1997 – 1998)

Junior : 18 – 19 – 20 ans (1994 – 1995 – 1996)

Sénior : 21 ans et plus (1993 et avant)

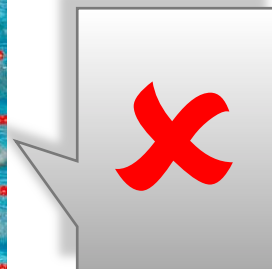
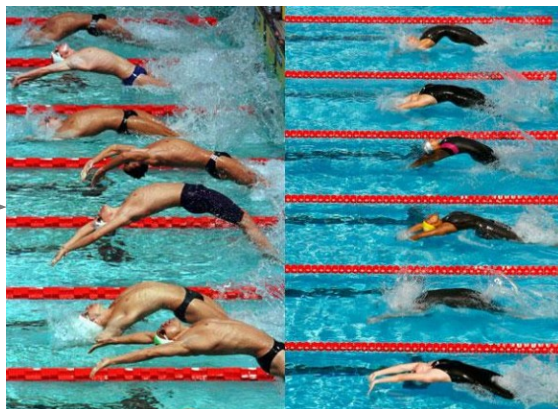
### Le départ :

- Dans les épreuves de Nage Libre, Brasse, Papillon et 4 Nages individuelles, départ en plongeant.
- Dans les épreuves de Dos et relais 4 Nages, départ dans l'eau

### Différence entre le Chronométrage Automatique et le Chronométrage Semi-automatique :

- Automatique : Déclenchement au départ du starter et arrêt du chronométrage par le nageur sur les plaques. Tout est automatique.
- Semi-automatique : Déclenchement au départ du starter et arrêt par l'officiel au moment où le nageur touche le mur (pas de plaque).

## La tenue du nageur:



A partir du 16 septembre 2009, lors des épreuves de natation, les compétiteurs doivent porter des maillots de bain d'une pièce pour les hommes et d'une ou deux pièces pour les femmes qui,

- Pour les hommes ne doit pas dépasser au dessus du nombril et au dessous des genoux,
- Pour les femmes, ne doit pas couvrir le cou, ni dépasser au-delà des épaules et dessous des genoux.

Le maillot de bain doit être réalisé dans une matière « textile » exclusivement. Les « fermetures éclair » et autres dispositif de fermeture ne sont pas autorisés.

Il est interdit de porter un maillot de bain transparent.

**NEW**

Le nageur peut porter deux bonnets. Tout type de bonnet peut être utilisé du moment que les dessins ne présentent pas de caractère offensant.

Certains maillots de bain de certaines marques sont interdits par la F.I.N.A. pour les championnats du monde. Sur le plan régional, il suffit d'appliquer la règle concernant la taille des maillots. Règlementairement, cette tâche incombe au Juge Arbitre (GR 5.3). Pour simplifier la gestion lors de nos compétitions, le juge arbitre peut déléguer cette tâche auprès de la chambre d'appel

# Le Chronométrage

1.	6	14:05.12
2.	4	14:06.13
3.	1	14:06.48
4.	3	14:07.50
5.	8	14:10.40
6.	2	14:10.78
7.	5	14:11.20
8.	7	14:12.05

## Chronométrage manuel



Au signal du starter (sifflet, pistolet, klaxon), le chronométrateur démarre son chrono.

A l'arrivée du nageur, le chronométrateur arrête son chrono (pour éviter les erreurs, il est préférable d'appuyer sur le bouton "lap" (temps de passage) plutôt que sur le bouton "stop").

## Chronométrage semi-automatique



C'est le starter qui lance le départ au moment où il appuie sur le klaxon. Le lancement du chronomètre est, dans ce cas, automatique.



1.	4	17:19.62
2.	6	17:19.88
3.	5	17:20.33
4.	4	17:20.82
5.	2	17:21.42
6.	3	17:22.18
7.	1	17:22.10
8.	7	17:22.74

A l'arrivée du nageur, le chronométrateur arrête le chronomètre au moment où le nageur touche le mur en utilisant une poire adaptée qui diffuse le résultat directement à l'informatique. L'arrivée de la course s'effectue donc manuellement.

## Chronométrage automatique



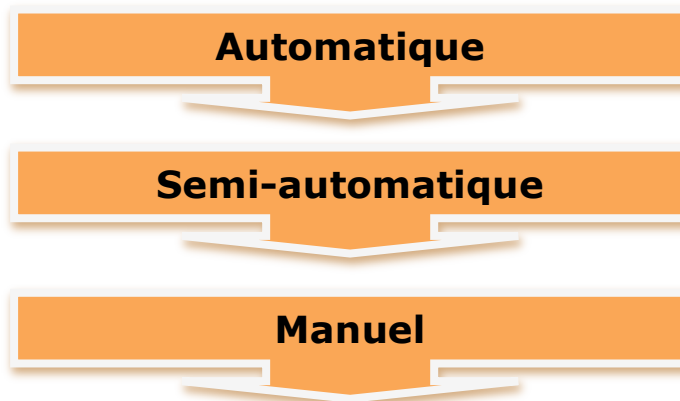
C'est le starter qui lance le départ au moment où il appuie sur le klaxon. Le lancement du chronomètre est, dans ce cas, automatique.



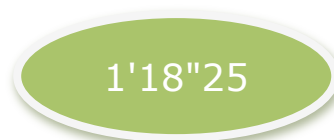
Ce sont les nageurs qui, à l'arrivée, arrêtent le chronomètre en touchant la plaque de touche. L'arrivée est automatique.



Tous ces systèmes de chronométrage n'ont pas la même valeur. Pour valider un résultat, le système automatique sera privilégié. Le temps enregistré manuellement enregistré par les chronométreurs manuels ne sera utilisé que si le chronométrage automatique et/ou semi-automatique est défaillant ou non utilisé.

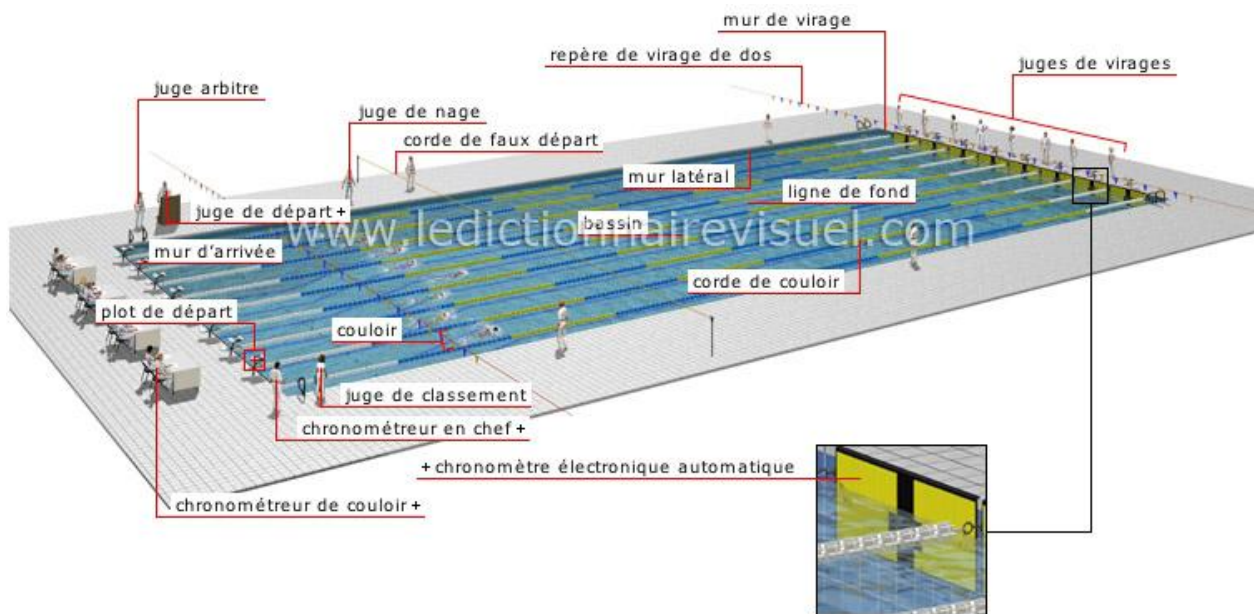


Lorsque le chronométrage au 1/1000<sup>ème</sup> est disponible, le troisième chiffre ne doit pas être utilisé pour déterminer le temps ou le classement.





# Organisation d'une compétition



Une compétition de natation se déroule dans un bassin de 25m, ou de 50m obligatoirement homologué.

Le chronométrage est automatique, semi-automatique ou à défaut manuel, sous le contrôle d'un JURY et avec la présence d'un DELEGUE désigné soit par la FEDERATION (Délégué Fédéral), soit par le comité régional (Délégué Régional) ou par le comité Départemental (Délégué Départemental), suivant le niveau de la compétition

## Le Délégué

- Il est désigné par l'instance qui organise la compétition (Fédéral, Régional, Départemental)
- Au début de la compétition, il forme le jury d'appel (3 personnes minimum)
- Il a tout pouvoir :
  - Pour faire observer les règlements
  - Pour disqualifier un concurrent pour fausse déclaration d'engagement
  - Pour contrôler les licences
  - Pour contrôler l'identité des concurrents ainsi que celle des officiels
  - Pour interdire la participation des nageurs non régulièrement qualifiés ou licenciés
  - Pour disqualifier tout membre de la Fédération dont la tenue ou la conduite laisserait à désirer

Le jury d'une réunion sportive est formé d'officiels « A-B-C » dont le nombre peut varier en fonction de l'importance de la compétition.

## Le Jury

Il a pour rôle de veiller à l'application des règlements de natation propres à la compétition

### Pour une compétition nationale

Jury minimum	1 Juge Arbitre – 1 starter – 2 Juges de Nages – 8 Juges de virages coté virage – 8 Juges de virages coté départ Chronométrage automatique avec doublage semi automatique (1 bouton poussoir) 8 chronométreurs au bouton poussoir 8 chronométreurs manuels Les chronométreurs au bouton poussoir pourront être également juge de virage coté départ Pas de Juges à l'arrivée (3 Chronomètres)
--------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Pour une compétition de référence interrégionale

Jury minimum	Même jury que compétition nationale
--------------	-------------------------------------

### Pour une compétition de référence régionale ou départementale

Jury minimum	1 juge Arbitre – 1 starter – 2 Juges de Nages – 4 Juges de virages coté virage Il est admis pour le chronométrage : 2 chronométreurs par ligne, plus 2 chronométreurs "volants" qui pourront à la demande du juge arbitre soit chronométrer les deux premiers, soit remplacer un chronométreur défaillant ou bien prendre la fonction du 3 <sup>ème</sup> chronométreur d'une ligne à la demande du responsable d'un club si la réalisation d'un record est envisagé. Dans ce cas de figure, il faut prévoir un juge à l'arrivée. Coté départ, un chronométreur pourra, à la demande du Juge Arbitre, assurer également la fonction de Juge de virages.
--------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### Pour une compétition d'animation

Jury minimum	1 juge Arbitre – 1 starter – 2 Juges de Nages – 2 Juges de virages coté virage Pour le chronométrage, 1 chronométreur par ligne, plus deux chronométreurs volants 1 Juge à l'arrivée ou à défaut le Juge Arbitre.
--------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Le Jury d'appel

- Il est composé au minimum de 3 membres (toujours nombre impair)
- Les membres ne doivent pas faire parti du Jury. Ils ne doivent pas forcément être officiels mais doivent connaître parfaitement le règlement F.I.N.A.
- Le délégué en assume la présidence, en cas d'absence du délégué, le Juge Arbitre désigne les membres du jury d'appel.
- Juge les réclamations présentées par le responsable du club au maximum 30' maximum après la fin de l'épreuve.
- Les décisions du jury d'appel peuvent être contestées (article 105 règlement intérieur de la FFN)
- Les réclamations transitent toujours par le juge arbitre, qui les traitent en premier. La forme écrite est obligatoire.
- Les réclamations sur des faits (ex : touché d'une main au virage de brasse...), ne sont pas admises.

-----

Pour être officiel, il faut :

- ▲ Avoir fait acte de candidature,
- ✦ Avoir l'âge requis,
- ★ Être licencié,
- \* Avoir participé à une réunion d'information préalable, organisée par le comité départemental ou régional,
- \* Avoir satisfait à un examen écrit et pratique variable selon la catégorie d'officiels.

Au début de chaque saison sportive, la carte d'officiel doit être validée. Pour remplir les conditions de validation, il faut avoir officié au moins 3 fois, au cours de la saison sportive.

-----

### **Les catégories d'officiels**

- Officiel « C » :
  - Âge minimum 14 ans
  - Ne peut assumer que la fonction de Chronométrateur
- Officiel « B » :
  - Âge minimum 16 ans
  - Peut assumer les fonctions de Chronométrateur, Juge de virages, Juge à l'arrivée.
- Officiel « A » :
  - Âge minimum 18 ans
  - Peut assumer les fonctions de Juge-Arbitre, Starter, Juge de nage, Chronométrateur en Chef, Juge de virages en Chef, Juge à l'Arrivée en Chef, plus toutes les fonctions de l'officiel B.

# Formation du jury

## Quand est-ce que le jury d'une compétition se forme ?

Pour la majorité des compétitions, le Juge Arbitre est désigné au début de la saison sportive. Pour les compétitions régionales, le juge arbitre et le starter sont désignés au démarrage de la saison.

Pour les autres membres du jury, l'organisation s'effectue pendant l'échauffement des nageurs. Voici comment :

Ouverture piscine : Correspond à l'heure d'ouverture des portes de la piscine. Les officiels de chaque club se retrouvent dans le même espace pour s'identifier et organiser le jury.

- ✓ Arrivé à la piscine, s'informer sur le lieu et l'heure du rassemblement des officiels.

Echauffement des nageurs : Cette période dure généralement 1h30 (entre 1h et 2h). Pendant ce temps, les officiels se retrouvent pour les essais chronos.

- ✓ Les officiels s'inscrivent sur une feuille de présence ;
- ✓ Le Juge arbitre accueille tout le monde et vérifie si l'officiel est bien dans le listing régional (si c'est un officiel hors région, il demande à ce dernier sa carte d'officiel) ;
- ✓ Une fois tous les officiels inscrits, le Juge Arbitre fait l'appel et si besoin est fait une annonce au micro en demandant aux officiels de rejoindre le point de rencontre ;
- ✓ Une fois tous les officiels présents, il les invite à suivre les ordres du starter pour un essai chrono dont la durée minimum est de 10 minutes ;
- ✓ Le Starter lance l'essai chrono (comme pour un départ de course)
- ✓ Pendant les 10 minutes d'essai, le Juge Arbitre présente la compétition, le programme, les éventuelles adaptations règlementaires, et précise le mode d'organisation des officiels sur la manifestation (la valse des officiels, les fiches de disqualification...).
- ✓ Le Juge Arbitre revérifie les présences avant de céder la place au starter pour la clôture de l'essai chrono;
- ✓ Le starter termine l'essai Chrono ;
- ✓ Le Juge Arbitre note l'ensemble des temps des chronométreurs et établit la feuille de jury ;
- ✓ Le Juge Arbitre diffuse la feuille de jury. En fonction du poste attribué, les officiels s'équipent (plaquettes, chrono, feuilles de disqualifications...)
- ✓ Le starter va vérifier le bon état de marche du matériel ;
- ✓ Le Juge Arbitre transmet la feuille de Jury au secrétariat et vérifie la disposition complète du bassin (plaques de longueur, tension des lignes, chaises des chronométreurs...) et organise l'évacuation du bassin avec l'aide des juges de nage et du starter.
- ✓ 15 minutes avant le début des courses, les officiels prennent leur place. La compétition peut démarrer...

# Officiel « C »

Il peut prétendre au poste de **chronométréur**

## L'examen

❖ Pour se présenter à l'examen, il faut remplir les conditions :

- Être licencié à la F.F.N.
- Être âgé de 14 ans à la date d'examen
- Avoir fait acte de candidature auprès du comité régional
- Avoir assisté à une information préalable organisée par le référent départemental.

❖ Pour obtenir le titre d'officiel, la voie à suivre est la suivante :

- ① Je fais acte de candidature auprès du comité régional (document à télécharger sur le site du comité régional)
- ② Je participe à une information organisée par le référent départemental
- ③ Je réalise des essais chronos

### Essais chrono

Lors d'une compétition FFN, s'identifier auprès du Juge Arbitre pour réaliser un essai chrono

Le Juge Arbitre (ou votre club) vous transmet une feuille d'essai (cf annexe)

Réaliser au minimum 40 prises de temps. Il est conseillé d'éviter les épreuves de plus de 400 mètres et de varier les épreuves (en nage et en distance). Les temps de passage ne sont pas valables.

Il devra y avoir au moins deux chronométréurs officiels dans la ligne en plus du candidat. Son temps sera alors utilisé pour la détermination du temps officiel : Cas d'un chronométrage manuel avec 3 chronométréurs.

Les temps du candidat annoncés et enregistrés au 1/100<sup>ème</sup> de seconde seront comparés aux temps manuels officiels de la ligne.

Pour être admis, le candidat ne devra pas avoir plus de 10 écarts de temps supérieurs ou égaux à 10/100<sup>ème</sup>. Les écarts de temps compris entre 1 et 9/100<sup>ème</sup> ne sont pas comptabilisés.

Exemple 1 : 10 écarts de 10 à 19/100<sup>ème</sup> **ADMIS**

Exemple 2 : 7 écarts de 10 à 19/100<sup>ème</sup> et 3 écarts de 20 à 29/100<sup>ème</sup> **ADMIS**

Exemple 3 : 7 écarts de 10 à 19/100<sup>ème</sup> et 2 écarts de 20 à 29/100<sup>ème</sup> et 1 écart de 30 à 39/100<sup>ème</sup>. **ADMIS**

Deux écarts de temps supérieurs ou égal à 40/100<sup>ème</sup> oblige le candidat à repasser une session d'examen.

- ④ Le responsable des officiels de votre club, après vérification des essais, envoie les feuilles d'essai au président de la commission des cadres de la région (Jacky VIEVAL).

- ❖ Pour conserver le titre d'officiel C :

### Validation annuelle

Obligation de réaliser 3 actions minimum par saison sportive (½ journée de compétition = 1 action).

### Recyclage

Dans le cas où l'officiel C aurait effectué moins de trois actions durant la saison sportive, il devra obligatoirement participer l'année suivante à une session de recyclage avant de pouvoir de nouveau officier.

*Un officiel ne répondant pas aux critères précédemment énoncés se verra retirer son titre d'officiel. Pour le récupérer, il devra reprendre la procédure depuis le début.*

## La fonction de chronométreur

### Objectif

**Prendre le temps des nageurs lors d'une épreuve (intermédiaire et final)**

### Equipement nécessaire

- **Une tenue blanche** (si possible)
- **Un chronomètre** (peut être prêté par l'organisateur mais il est préférable d'avoir son propre matériel – vérifier tout de même son état de marche avant de venir à la piscine)
- **Des claquettes de piscine** (pour votre hygiène)
- **Un jeton de caddie** (souvent utile pour ranger ses affaires dans un casier de la piscine)

- Prend place sur sa chaise, en retrait, sur la plage de départ. Cette action signifie que le Chronométreur est prêt.
- Vérifie l'identité du nageur. Pour les relais, vérifie l'ordre de départ des nageurs.
- Aux coups de sifflet brefs du Juge Arbitre, remet son chronomètre à zéro.
- Au long coup de sifflet du Juge Arbitre, se lève et se positionne derrière le nageur.

i  
n  
f  
o

Lorsqu'un faux départ est déclaré avant la course, le juge arbitre reprend la procédure de départ au long coup de sifflet (le second pour le dos et le relais 4 N). Les chronométreurs doivent rester debout.

- Au signal de départ du starter (sifflet, klaxon ou pistolet), déclenche son chronomètre. Ne pas anticiper !
- Une fois que le nageur a atteint 15 m, se rasseoir

- Sur chaque course, le chronométreur chargé des temps de passage se lève à chaque fois que le nageur est à 15 m du mur.
- Prendre les temps de passage : Pour la nature des temps à prendre, soumettre cette question lors de l'essai chrono au Juge Arbitre.

Bassin de 25 mètres		Bassin de 50 mètres	
<b>50m toutes nages</b>		<b>50 m toutes nages</b>	
<b>100m toutes nages (sauf 4N)</b>	50 m	<b>100 m toutes nages (sauf 4N)</b>	
<b>200m 4nages</b>	50 m	<b>200 m 4 nages</b>	
<b>200m Autres nages</b>	Tous les 50 m	<b>200 m Autres nages</b>	100 m
<b>400m</b>	Tous les 50 m	<b>400 m</b>	Tous les 100 m
<b>800m NL</b>	Tous les 50 m	<b>800 m NL</b>	Tous les 100 m
<b>1500m NL</b>	Tous les 50 m	<b>1500 m NL</b>	Tous les 100 m

- Pour les temps de passage et le temps de l'arrivée, le chronométreur s'approche du bord du bassin, à la verticale du mur, et arrête son chrono lorsque le nageur touche. Ne pas anticiper !
- Il ne remet pas immédiatement son chronomètre à zéro dans l'hypothèse d'une éventuelle vérification du Juge Arbitre ou du Chronométreur en Chef (en cas de litige).
- S'il commet une fausse manœuvre ou si son chronomètre est défaillant, il doit avertir immédiatement le Juge Arbitre.

**ASTUCE** : Une solution pour ne pas avoir des écarts importants : Ne regarder ni le starter, ni le nageur au moment du départ.

- Le temps réalisé par le nageur doit être inscrit sur la fiche de course dans la case adéquate de façon très lisible, sans rature et sans surcharge des chiffres. Le temps de tous les chronométreurs doit figurer sur la fiche de nage. Noter la performance au 1/100<sup>ème</sup> (le 1/1000<sup>ème</sup> n'est pas pris en compte en natation).
- Certains chronométreurs ont également pour fonction d'être Juge de Virage. Ils sont appelés "titulaires de ligne".
- Les temps proposés par des candidats réalisant des essais chrono doivent être enregistrés sur les fiches d'un nageur. (dans la cas ou il y a moins de trois chronométreurs dans la ligne)

**ATTENTION** : Auparavant, le temps donné par l'"officiel" en essai C ne comptait pas.

- Si trois chronométreurs ont trois temps différents, le temps intermédiaire sera le temps officiel
- Si deux des trois chronométreurs ont un temps identique, on enregistre le temps des deux chronomètres identiques
- S'il n'y a que deux chronométreurs par ligne, le temps officiel sera le temps moyen arrondi au centième inférieur.

<b>Exemple 1</b>	Titulaire : 1'24"72 Doubleur : 1'24"77 Tripleur : 1'24"72	1'24"72
<b>Exemple 2</b>	Titulaire : 27"54 Doubleur : 27"30 Tripleur : 27"52	<b>27"52</b>
<b>Exemple 3</b>	Titulaire : 2'24"33 Doubleur : 2'24"39 <b>Essai C : 2'24"37</b>	<b>2'24"37</b>
<b>Exemple 4</b>	Titulaire : 1'00"21 Doubleur : 1'00"14 Tripleur : 1'00"04 <b>Essai C : 1'00"17</b>	<b>1'00"14</b>
<b>Exemple 5</b>	Titulaire : 59"12 <b>Essai C : 59"37</b>	<b>59"24</b>
<b>Exemple 6</b>	Titulaire : 1'01"21 Doubleur : 1'01"26	<b>1'01"23</b>

- Tous les chronométreurs d'une même ligne ne peuvent appartenir au même club.
- Le Juge Arbitre a autorité pour vérifier les temps enregistrés sur les chronomètres. C'est pour cette raison qu'il ne faut pas remettre à zéro son chronomètre avant d'avoir entendu les coups de sifflet brefs du juge arbitre qui annoncent la course suivante.



## Test de connaissance sur la fonction de chronométreur

1. Lorsque 2 des 3 chronométreurs enregistrent le même temps, quel doit être le temps officiel ?

.....  
.....  
.....  
.....

2. Qui peut vérifier que les temps indiqués par les chronométreurs correspondent bien à ceux de leur chronomètre ?

.....  
.....

3. En l'absence de chronométrage automatique, combien faut-il de chronométreurs pour homologuer un record régional ?

.....  
.....

4. A quel moment le chronométreur doit-il déclencher son chronomètre ?

.....  
.....

5. Dans une tentative de record, le chronométreur peut-il déclencher son chronomètre lorsque les pieds du nageur quittent le plot ?

.....  
.....

6. Si les temps des 3 chronométreurs d'une même ligne sont différents, quel doit être le temps officiel ?

.....  
.....

7. A quel moment le chronométreur doit-il remettre son chronomètre à zéro ?

.....  
.....

8. Qui contrôle l'essai des chronomètres ?

.....  
.....

9. Lors d'une tentative de record régional, si les 3 chronométreurs sont licenciés à un même club autre que celui du nageur (ou de l'équipe), la performance, si elle est valide, pourra-t-elle être homologuée ?

.....  
.....

10. Sur le même couloir, les temps suivants sont enregistrés à l'arrivée de 3 séries successives : Donnez pour chacune d'elles le temps officiel.

Série 1 : 1'43"65 – 1'43"68

Série 2 : 9'05"17 – 9'04"99 – 9'05"04

Série 3 : 1'00"04 – 1'00"10 – 1'00"04

11. Les temps réalisés par un bénévole en essai chrono comptent-ils dans l'attribution des temps officiels des nageurs ?

.....  
.....

12. Un chronométrage semi-automatique est-il considéré comme chronométrage manuel ?

.....  
.....

13. Afin de pouvoir être chronométreur d'une réunion, quels sont les écarts maxima de temps tolérés pour les chronomètres par rapport au temps moyen de l'essai ?

.....  
.....

14. Lors d'une tentative de record régional, et pour que la performance puisse être homologuée, l'ensemble des chronomètres peut-il appartenir au même club que le nageur ?

.....  
.....

15. A l'issue de la course, les chronomètres doivent-ils inscrire sur la fiche de course :

- Le temps officiel : .....
- Le temps de chaque chronomètre : .....

16. Lors de la composition du jury, vous avez été désigné chronométreur. Pouvez-vous proposer une disqualification pour une faute commise par un nageur lors du virage ?

.....  
.....

17. Pour qu'une performance réalisée puisse être, le cas échéant, homologuée comme record, combien parmi les chronomètres peut-il au maximum y en avoir du même club que le nageur (ou de l'équipe) ?

.....  
.....

# Officiel « B »

Il peut prétendre au poste de **chronométrateur**

**Chronométrateur en chef**

**Juge à l'arrivée**

**Juge de virage**

## L'examen

❖ Pour se présenter à l'examen, il faut remplir les conditions :

- Être licencié à la F.F.N.
- Être âgé de 16 ans à la date d'examen
- Avoir fait acte de candidature auprès du comité régional
- Avoir assisté à une formation préalable organisée par le référent départemental.
- Avoir réussi l'examen écrit sur la réglementation FINA

❖ Pour obtenir le titre d'officiel, la voie à suivre est la suivante :

- ① Je fais acte de candidature auprès du comité régional (document à télécharger sur le site du comité régional)
- ② Je participe à une formation organisée par le référent départemental
- ③ Je réussis l'épreuve de validité écrite.

### **Epreuve écrite**

Les candidats devront répondre aux 55 questions du questionnaire "Officiel B".

10 mauvaises réponses seront tolérées (une réponse à moitié bonne est à considérer comme fausse).

La réussite à cette épreuve a une validité d'un an maximum et permet de poursuivre la formation.

- ④ Je réalise les différents essais. Se procurer les feuilles d'essais auprès du responsable des officiels de votre club.

### **Essais Chrono**

Idem officiel C

### **Essais chronométrateur en chef**

Aucun essai n'est nécessaire

### **Essais Juge à l'arrivée**

Le candidat devra, lors d'une compétition, assurer la fonction de Juge d'Arrivée (20 courses minimum) sous le contrôle du Juge Arbitre de la réunion ou de tout examinateur officiel désigné par le Comité Départemental ou Régional et avoir été jugé apte par ces personnes (signature après vérification).

## Essais Juge de virage

Le candidat devra, lors d'une compétition, assurer la fonction de Juge de virages (20 courses minimum) sous le contrôle du Juge Arbitre de la réunion ou de tout examinateur officiel désigné par le Comité Départemental ou Régional et avoir été jugé apte par ces personnes (signature après vérification).

- ⑤ Le responsable des officiels de votre club, après vérification des essais, envoie les feuilles d'essai au président de la commission des cadres de la région (Jacky VIEVAL).

- ❖ Pour conserver le titre d'officiel B :

### Validation annuelle

Obligation de réaliser 3 actions minimum par saison sportive (1/2 journée de compétition = 1 action).

### Recyclage

#### ***Le recyclage est obligatoire tous les 2 ans***

Dans le cas où l'officiel B aurait effectué moins de trois actions durant la saison sportive, il devra obligatoirement participer l'année suivante à une session de recyclage avant de pouvoir de nouveau officier.

*Un officiel ne répondant pas aux critères précédemment énoncés se verra retirer son titre d'officiel. Pour le récupérer, il devra reprendre la procédure depuis le début.*

## **La fonction de Juge à l'Arrivée**

*Cette fonction n'existe que pour les compétitions organisées avec un chronométrage manuel et s'il y a moins de trois chronométreurs par ligne.*

### Objectif

Etablir le classement de l'arrivée.

### Equipement nécessaire

- **Une tenue blanche** (si possible. Au-delà d'un certain nombre d'actions par an, le Comité Régional donne des tenues)
- **Un stylo et une plaquette** (peut être prêté par l'organisateur mais il est préférable d'avoir son propre matériel)
- **Des claquettes de piscine** (pour votre hygiène)
- **Un jeton de caddie** (souvent utile pour ranger ses affaires dans un casier de la piscine)
- **Des fiches pour Juge à l'arrivée** (vous permet de transmettre un classement à l'issue de chaque course au Juge Arbitre)

- Prend place dans le prolongement de la ligne d'arrivée.
- Il note par écrit (cf. annexe) l'ordre des arrivants. Il confronte ses relevés avec les relevés d'un autre Juge à l'Arrivée et consulte le Juge Arbitre si besoin est. Généralement, on vous demande de préciser l'ordre d'arrivée des 3 premiers (à voir avec le Juge Arbitre).
- Son classement est prioritaire sur celui déterminé à partir des temps des chronométreurs.
- Attention : C'est toujours le Juge Arbitre qui décide en s'appuyant sur les éléments dont il dispose.
- Lorsqu'il y a une installation automatique et que celle-ci fonctionne normalement, les temps manuels et les relevés visuels ne sont pas pris en compte.
- Le Starter et le contrôleur de virage peuvent cumuler leur fonction avec celle de Juge à l'Arrivée.
- Le Juge à l'arrivée ne peut cumuler avec la fonction de Chronométreur.

## Test de connaissance sur la fonction de Juge à l'Arrivée

1. Dans quelle condition la fonction de Juge à l'Arrivée n'est pas nécessaire ?

.....  
 .....  
 .....

2. Lorsque le classement donné par les Juges à l'Arrivée ne correspond pas à celui établi à l'aide des temps enregistrés (chronométrage manuel et moins de 3 chronométreurs par ligne d'eau), quelle est le jugement qui détermine l'ordre d'arrivée ?

.....  
 .....

3. Vous êtes Juge à l'Arrivée : Lors d'une réunion avec utilisation du chronométrage automatique non défaillant, vous notez l'arrivée suivante :

5 - 6 - 4 - 1 - 7 - 3 - 2 - 8

Le chronométrage automatique indique :

5 - 4 - 6 - 1 - 3 - 7 - 2 - 8

Quel est le classement officiel ?

.....  
 .....

## La fonction de Juge de virage

### Objectif

**Evaluer la validité règlementaire du départ, des virages, de l'arrivée et des prises de relais**

### Equipement nécessaire

- **Une tenue blanche** (si possible. Au-delà d'un certain nombre d'actions par an, le Comité Régional donne des tenues)
- **Un stylo, une plaquette** (peut être prêté par l'organisateur mais il est préférable d'avoir son propre matériel) **et un programme** (si possible).
- **Des claquettes de piscine** (pour votre hygiène)
- **Un jeton de caddie** (souvent utile pour ranger ses affaires dans un casier de la piscine)
- **Des fiches de disqualification** (peut être donné par le club organisateur ou téléchargeable sur le site de l'ERFAN)
- **Un chronomètre** (pour les titulaires de ligne qui occuperont la double fonction Chronométreur / Juge de virage)

- Sur le règlement FINA, le Juge de virage est aussi appelé Contrôleur de virage.
- Un Juge de virage à chaque extrémité de chaque ligne d'eau.
- Son évaluation du virage commence à partir du début du dernier mouvement de bras avant le contact et se termine à l'achèvement du premier mouvement de bras après le virage.

**Conseil :** Le Juge au virage est assis. Il se lève lorsque le nageur est à 15 mètres du mur avant le virage, évalue le virage et se rassoit lorsque le nageur a effectué sa reprise de nage après le virage.

- Il rédige une fiche (cf. annexe) pour toute infraction constatée et la remet immédiatement soit lui-même, soit par l'intermédiaire du Juge de Virages en Chef, au Juge Arbitre qui est le seul qualifié à disqualifier un nageur.
- Le contrôleur de virages situé à l'extrémité du bassin doit, en plus d'évaluer les virages, indiquer les distances qui restent à parcourir à l'aide des plaques de longueurs pour les épreuves de 800 m, 1000 m et 1500 m Nage Libre. (Les plaques de longueurs ne doivent jamais être entièrement plongées dans l'eau). Le titulaire de ligne du côté des plots demande aux nageurs le côté ou positionner la plaque compte-distances, et l'indique au collègue de l'autre côté du bassin.
- Certaines piscines de 50 m comportant un mur séparateur de bassin. Pour des raisons de sécurité, il est généralement impossible de marcher dessus. Dans ce cas de figure, il est autorisé de montrer les plaques de longueurs coté plots de départ.
- Le contrôleur de virages situé coté plage de départ doit, en plus d'évaluer les

virages et l'arrivée, donner un signal d'avertissement (sifflet ou cloche) aux nageurs lorsqu'ils leur reste 2 longueurs et 5 mètres à parcourir dans les épreuves de 800 m, 1000 m et 1500 m. Ce signal peut (doit) être répété jusqu'à ce que le nageur passe la ligne des 5 mètres après le virage.

Conseil : A chaque passage, le nageur aura le réflexe de chercher du regard les plaques de longueur. Observez son comportement et montrez les plaques au moment et à l'endroit choisi par le nageur. Ce peut être avant ou après le virage.

- Il surveille le départ des relais.

Astuce : Pour évaluer la prise de relais, il est conseillé au chronométreur de regarder un point situé entre les pieds du nageur entre le plot et les mains du nageur arrivant.

- Il doit s'assurer que le nageur finit sa course conformément aux règles en vigueur.
- Il prend sous son contrôle le nageur dès le départ jusqu'à l'achèvement du premier mouvement de bras.

## Test de connaissance sur la fonction de Juge de virages

1. Vous remarquez qu'un nageur a effectué un virage incorrect, que devez-vous faire ?

.....  
.....  
.....

2. Sur quelles épreuves le nageur doit-il être averti par un signal sonore de la proximité de l'arrivée ?

.....  
.....

3. A quelle distance de l'arrivée un signal sonore doit-il intervenir dans les épreuves le nécessitant ?

.....  
.....

4. Dans une épreuve de 800m en bassin de 25m, quelle est la première indication que verra le nageur lors de son premier passage ?

.....  
.....

5. Où doivent être placés les Juges de virages ?

.....  
.....

6. Qui doit présenter à la vue des nageurs le nombre de longueurs restantes ?

.....  
.....

7. Dans une épreuve de 1500m en bassin de 50m, après avoir parcouru 1000m, quelle est l'indication que doit avoir la plaque de longueurs ?

.....  
.....

8. Dans quelles épreuves le Juge de virages doit-il indiquer au nageur le nombre de longueur qu'il reste à parcourir ?

.....  
.....

9. En présence d'un Juge à l'Arrivée, qui doit évaluer la qualité réglementaire des arrivées ?

.....  
.....



# Les nages

**Nage Libre**

**Dos**

**Brasse**

**Papillon**

**Quatre nages**

## La Nage Libre



### **Tout est permis... enfin presque...**

- Départ plongé obligatoire (pas de saut)
- N'importe quel style de nage peut être employé
- Une partie quelconque du corps doit toucher le mur lors du virage ou à l'arrivée (le nez, la tête, les pieds, les mains...).
- Le changement de style de nage à n'importe quel moment de la course est autorisé.

Exemple : 15 m dos, 5m Brasse, 10 m Papillon, etc...

- Règle des 15 mètres : Après le départ et les virages, la tête doit être hors de l'eau après avoir parcouru au maximum 15 mètres sous l'eau.
- Après être sorti de l'eau (à l'issue du départ et des virages), une partie du corps du nageur doit en permanence couper la surface de l'eau.

Exemple : A l'issue de sa coulée de départ, le nageur sort la tête dans la limite des 15 mètres autorisé. Si par la suite il nage dans un style type brasse sous-marine, il sera disqualifié puisqu'une partie de son corps ne coupera plus la surface de l'eau.

- Si un nageur réalise une course en Dos, en Brasse ou en papillon, ces nages ne seront pas jugées comme telles et le temps réalisé sera un temps de Nage Libre.

Exemple : on peut imaginer une personne réaliser un 200 mètres Nage Libre en utilisant le style brasse et qui touche à une main à chaque virage, c'est totalement autorisé puisqu'il respecte le style Nage Libre.

- Le nageur peut, au cours de l'épreuve, se tenir debout et même s'appuyer sur la ligne d'eau. Par contre, il n'a pas le droit de tirer la ligne d'eau, de s'aider de la ligne d'eau pour se relancer et de marcher au fond du bassin.
- L'exception du 4 Nages : Lors des épreuves de 4 Nages en individuel ou en relais, la partie Nage Libre ne doit pas être nagée en Dos, en Brasse ou en Papillon.

### Les fautes les plus courantes

- Se tirer sur la ligne d'eau
- Marcher au fond du bassin
- Ne pas toucher le mur lors des culbutes
- Dépasser les 15 mètres autorisés lors des départs et des virages

### Le Dos



### La nage libre dorsale

- Avant le signal de départ, les nageurs doivent s'aligner dans l'eau face à l'extrémité de départ, avec les deux mains placées sur les poignées de départ. Il est interdit de se tenir dans ou sur les trop-pleins ou d'accrocher les orteils au bord du trop-plein.
- Au signal de départ et après le virage, le nageur doit se repousser du mur et nager sur le dos pendant toute la course sauf pendant l'exécution du virage. La position normale sur le dos peut inclure un mouvement de roulis du corps inférieur à 90° degrés par rapport à l'horizontale. La position de la tête est indifférente.
- VIRAGE : À l'approche du virage, le nageur peut passer en position ventrale pour réaliser son virage. **S'il passe sur le ventre, son action du ou des bras doit être immédiate.** Lors de la réalisation de son virage, lorsque le nageur est en position ventrale, il peut effectuer des battements de jambes mais uniquement au moment de la traction continue du bras ou simultanée des deux bras.

- VIRAGE : Lors de la réalisation de son virage, lorsque le nageur est en position ventrale, une fois après avoir effectué ses mouvements de bras (immédiatement), une phase de glisse est possible. Celle-ci doit être effectuée sans le moindre mouvement de jambe.
- VIRAGE : L'utilisation de la culbute avec un passage ventral n'est pas obligatoire.

Exemple : Nager sur le dos, en réalisant des jambes brasse et des mouvements des bras simultanés, est autorisé.

Exemple 2 : Un nageur, à l'approche du mur, passe en position ventrale et se cogne la tête avant d'avoir effectué sa culbute. Il pose ses pieds en réalisant des mouvements indescriptibles puis pousse sur le dos pour repartir... Il ne sera pas disqualifié (Il touche le mur et repars sur le dos).

Exemple 3 : Un nageur, à l'approche du virage, passe sur le ventre. Loin du mur, il réalise immédiatement une traction simultanée d'un ou de deux bras en effectuant des mouvements de jambe, se laisse glisser les bras le long du corps puis enclenche la culbute... Le nageur n'est pas disqualifié (Il réalise ses mouvements de bras immédiatement et ses actions de jambes sont réalisées pendant ses mouvements de bras puis se laisse glisser).

Exemple 4 : Un nageur, à l'approche du virage, passe sur le ventre. Loin du mur, il se laisse glisser puis réalise une traction simultanée d'un ou de deux bras en effectuant des mouvements de jambe, et enclenche la culbute... Le nageur est disqualifié (Il ne réalise pas immédiatement ses mouvements de bras).

Exemple 5 : Un nageur, à l'approche du virage, passe sur le ventre. Loin du mur, il réalise immédiatement une traction simultanée d'un ou de deux bras puis effectue des mouvements de jambe, se laisse glisser les bras le long du corps puis enclenche la culbute... Le nageur est disqualifié (Il réalise des mouvements de jambe après ses mouvements de bras).

- Le roulis des épaules est parfaitement toléré en respectant cet angle de 90° (la tête ne compte pas).
- Une partie quelconque du corps doit toucher le mur lors des virages (le nez, la tête, les pieds, les mains ...).
- A l'arrivée, les nageurs doivent obligatoirement toucher le mur en étant sur le dos. Une partie du corps doit couper la surface de l'eau.
- A l'arrivée, Il est interdit d'être totalement immergé.
- Règle des 15 mètres : Après le départ et les virages, la tête doit être hors de l'eau après avoir parcouru au maximum 15 mètres sous l'eau.
- Après être sorti de l'eau (à l'issue du départ et des virages), une partie du corps du nageur doit en permanence couper la surface de l'eau.

Exemple : A l'issue de sa coulée de départ, le nageur sort la tête dans la limite des 15 mètres autorisés. Si, par la suite, il effectue des ondulations sous-marines en position dorsale, il sera disqualifié puisqu'une partie de son corps ne coupera plus la surface de l'eau.

### Les fautes les plus courantes

- Se tirer sur la ligne d'eau
- Finir la course en position ventrale

- Ne pas toucher le mur lors des culbutes
- Dépasser les 15 mètres autorisés lors des départs et des virages
- Lors du virage, lorsque le nageur est sur le ventre, ne pas effectuer immédiatement le mouvement du ou des bras.
- S'arrêter et se mettre debout ou en appui sur la ligne (pour remettre ses lunettes)
- Finir sur le dos complètement immergé

## La Brasse



### La nage la plus règlementée

- Départ plongé obligatoire
- Nage ventrale
- Le nageur doit alterner un mouvement de bras pour un mouvement de jambe. A chaque cycle de nage, le nageur doit couper la surface de l'eau.
  - **Remarque** : Un nageur qui effectue un deuxième mouvement de bras consécutif pour se jeter sur le mur lors d'un virage ou à l'arrivée doit être disqualifié. En effet, s'il a déjà effectué un mouvement de bras, il doit effectuer un mouvement de jambe pour se rapprocher du mur.
- Mouvement des bras : Les mouvements doivent être simultanés et dans le même plan horizontal.
  - **Lancer les mains devant** : Les mains doivent être poussées ensemble en avant à partir de la poitrine, au dessous, au niveau ou au-dessus de l'eau. Les coudes doivent être sous la surface de l'eau.
  - **Attention** : Il est cependant autorisé de sortir les coudes de l'eau lorsque l'on effectue le dernier mouvement de bras avant chaque virage et à l'arrivée.
    - **Mouvement propulsif** : Les mains doivent être ramenées en arrière sur ou sous la surface de l'eau. Les mains ne doivent pas être ramenées au-delà de la ligne des hanches.
    - **Remarque** : Il est courant que certains jeunes nageurs nagent la brasse en réalisant des mouvements de bras jusqu'aux cuisses... c'est interdit. La ligne des hanches ne doit pas être dépassée sauf lorsqu'on effectue son premier mouvement de bras après le départ et chaque virage.
- Toucher le mur : Aux virages et à l'arrivée, il faut toucher à deux mains en même temps. Il est accepté que les épaules ne soient pas sur le même plan horizontal. Les mains ne peuvent pas être superposées l'une sur l'autre. Il n'est pas nécessaire qu'il y ait un espace entre les mains. Le contact fortuit au niveau des doigts n'est pas disqualifiable.
  - **Remarque** : Un nageur qui touche avec les doigts pour une main et la main entière pour l'autre = aucun problème
    - Un nageur qui touche sous l'eau pour une main et dehors pour l'autre = aucun problème

Un nageur qui touche simultanément avec les mains mais qui a les épaules décalées = aucun problème



- Virage : Après avoir touché le mur, la méthode de changement de sens utilisé par le nageur est libre. L'essentiel est qu'il soit en position ventrale lorsque ses pieds quittent le mur. Il n'est pas permis de toucher le mur en ayant les mains superposées.
- Mouvement des jambes : La définition des jambes brasse est simple, le nageur doit avoir les pieds tournés vers l'extérieur (comme Charlot). Par ailleurs, tous les mouvements de jambes doivent être simultanés et dans le même plan horizontal. Couper la surface de l'eau avec ses pieds est autorisé si cela n'est pas suivi d'un mouvement vers le bas du type "coup de pieds de papillon vers le bas". Les mouvements alternés sont interdits.



Remarque : La dissymétrie consiste à effectuer un mouvement non symétrique des deux jambes. Sur l'image, on voit bien que sa jambe gauche est incorrecte puisque le pied est tourné vers l'intérieur. Les deux pieds doivent être tournés vers l'extérieur. Par ailleurs, la dissymétrie entraîne bien souvent un décalage au niveau des hanches.



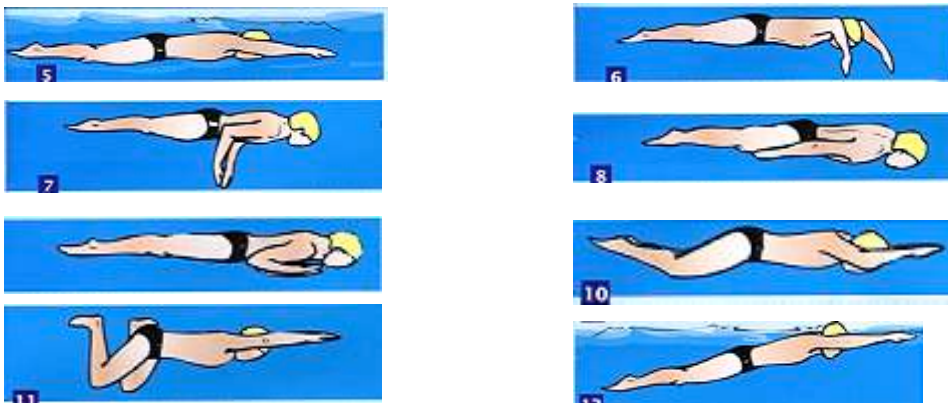
Remarque : La nouveauté pour 2010 est qu'il est précis qu'aucune ondulation ne doit succéder au mouvement classique de jambe brasse.

- Lors des virages et de l'arrivée, la tête peut être immergée.
- Possibilité, après le plongeon, d'effectuer un mouvement de bras sous l'eau (c'est le seul mouvement de bras qu'on peut prolonger au-delà de la ligne des

hanches), suivi d'un mouvement de jambe. La tête du nageur doit couper 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. Une seule ondulation de papillon est autorisée pendant la première traction de bras, suivie par le mouvement de jambes brasse.

**NEW**

**Remarque** : Il n'est plus question d'un mouvement vers le bas de type papillon mais bien d'une ondulation de papillon. Par ailleurs, celle-ci doit être placée en même temps que le mouvement de bras (ni avant ni après).



- Cette reprise de nage est également autorisée lors des virages.
- **Règle des 15 mètres** : **Pas de règle**. La distance réalisée par le nageur lors de ses coulées après le départ ou lors des virages n'importe pas.

#### Les fautes les plus courantes

- Toucher le mur à une main (virage incorrect)
- Contact non simultané des mains (virage incorrect)
- Sur le trajet retour, les coudes sortent de l'eau (nage incorrecte)
- Dissymétrie du mouvement de jambe (nage incorrect)
- Ondulations intempestives lors de la coulée (virage incorrect)

## Le Papillon



### La nage la plus technique

- Départ plongé obligatoire
- Nage ventrale
- Au départ et aux virages, le nageur est autorisé à faire un ou plusieurs mouvements de jambes et une seule traction des bras sous l'eau. Les mouvements de jambes sur le côté sont autorisés mais à partir de la première traction de bras, le nageur doit être allongé sur la poitrine.

**Remarque :** Le nombre d'ondulations autorisées est illimité, seule compte la distance réalisée en coulée qui est limitée à 15 mètres.

- Il n'est pas nécessaire que les jambes ou les pieds soient au même niveau, mais aucun mouvement alterné n'est autorisé. Les mouvements de type ciseau ne sont pas autorisés.

**Remarque :** Un nageur qui effectue des ondulations avec les pieds ouverts est disqualifiable, cela s'apparente à des jambes brasse. L'utilisation des jambes brasse en papillon est autorisée pour les compétitions réservées aux maîtres.

- **Règle des 15 mètres :** Après le départ et les virages, la tête doit être hors de l'eau après avoir parcouru au maximum 15 mètres sous l'eau.
- **Toucher le mur :** Aux virages et à l'arrivée, il faut toucher à deux mains en même temps. Il est accepté que les épaules ne soient pas sur le même plan horizontal. Les mains ne peuvent pas être superposées l'une sur l'autre. Il n'est pas nécessaire qu'il y ait un espace entre les mains. Le contact fortuit au niveau des doigts n'est pas disqualifiable.

**Remarque :** Un nageur qui touche avec les doigts pour une main et la main entière pour l'autre = aucun problème

Un nageur qui touche sous l'eau pour une main et dehors pour l'autre = aucun problème

Un nageur qui touche simultanément avec les mains mais qui a les épaules décalées = aucun problème





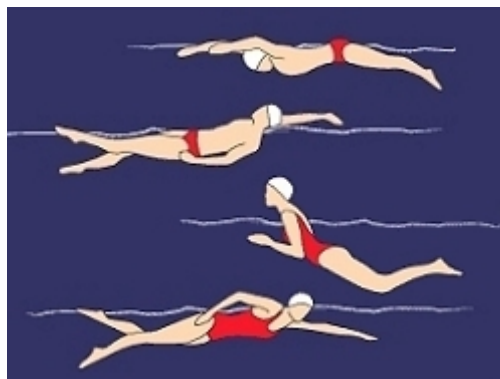


- Virage : Après avoir touché le mur, la méthode de changement de sens utilisé par le nageur est libre. L'essentiel est qu'il soit en position ventrale lorsque ses pieds quittent le mur.
- Obligation de ramener les deux bras en même temps, ensemble. On peut accepter des épaules non parallèles ou même un passage des bras également non parallèle.

#### Les fautes les plus courantes

- Toucher le mur à une main (virage incorrect)
- Contact non simultané des mains (virage incorrect)
- Sur le trajet retour, les bras ne sont pas projetés ensemble (nage incorrecte)
- Mouvement de bras sous l'eau à l'arrivée (ou virage) pour toucher plus vite le mur (nage incorrect)
- Ondulation avec les pieds ouverts (virage incorrect)

#### Le 4 Nages



#### La nage la plus complète

- Individuel : Ordre des nages : Papillon – Dos – Brasse – Nage Libre (n'importe quel nage autre que le dos, la brasse ou le papillon).

- Relais : Ordre des nages : Dos – Brasse – Papillon – Nage Libre (n'importe quel nage autre que le dos, la brasse ou le papillon).
- Chaque nage doit se terminer en accord avec la règle qui s'applique à la nage concernée.

**NEW**

**Remarque : Nouveauté 2010.** Le terme "style de nage" est abrogé et remplacé tout simplement par le terme "nage".

### Les fautes les plus courantes

- Départ anticipé d'un nageur
- Non respect des styles de nage dans le 4 nages

### Les relais



### Une discipline d'équipe

- L'organisation des relais est spécifique à chaque organisateur. Ceci étant dit, en vous reportant à la partie de ce document concernant les records, on comprends que toutes les formes de relais ne peuvent faire l'objet d'un record régional ou plus. Il fera alors l'objet d'un record pour la manifestation.
- Ordre des nages : Dos – Brasse – Papillon – Nage Libre (n'importe quel nage autre que le dos, la brasse ou le papillon).
- Pour les relais en Nage libre, le temps du premier relayeur peut être enregistré comme record personnel.

**NEW**

**Relais Mixte :** Sauf pour les catégories Maîtres, les relais mixtes se composent de 2 filles et de 2 garçons. L'ordre est indifférent.

- Pour les relais mixte, la totalité des temps intermédiaires (y compris pour le premier relayeur) ne peuvent être enregistrés comme record et/ou temps d'engagement.
- A part le premier relayeur qui doit partir au signal du starter, les nageurs peuvent anticiper leur prise de départ. Le seuil de tolérance est fixé à  $-3/100^{\text{ème}}$  (la tolérance est fixée par rapport au seuil d'erreur du matériel informatique). Il est très difficile de juger la qualité des prises de relais. Une prise de relais avec un écart de  $+2/10^{\text{ème}}$  peut être perçu par le juge comme incorrect... Aussi, les officiels doivent proposer la disqualification que si l'écart est évident. Pour évaluer au mieux une prise de relais, il faut être placé sur le coté du bassin et regarder entre les deux nageurs (ne pas axer son regard sur les pieds du partant ou sur la main du nageur arrivant).
- Les relayeurs, en sortant de l'eau, doivent faire le nécessaire pour ne pas gêner les autres concurrents. Un gêne volontaire peut entraîner une disqualification.
- Il est interdit de sauter dans l'eau avant que toutes les équipes aient terminées leur relais.
- L'ordre des relayeurs figure sur la fiche de nage. Les chronométreurs doivent vérifier l'ordre indiqué et veiller à ce que cet ordre soit conservé pendant le relais. Aucun changement n'est possible. Pour changer l'ordre d'un relais, seul un problème médical avéré peut être justifié.
- Tout relayeur ayant terminé sa course doit quitter la piscine aussitôt que possible sans gêner tout autre nageur qui n'a pas fini sa course. A défaut, le relais sera disqualifié.
- Si une faute du deuxième, troisième ou quatrième relayeur entraîne la disqualification du relais, le temps du premier relayeur pourra tout de même être validé. Sauf pour les relais mixte, il est donc toujours essentiel que les chronométreurs indiquent le temps du premier relayeur.

### Les fautes les plus courantes

- Départ anticipé d'un nageur
- Non respect de l'ordre de départ des nageurs prévus sur la fiche de course
- A l'arrivée, un nageur dont l'équipe a terminé le parcours, saute à l'eau avant que tous les nageurs de toutes les équipes aient terminé leur épreuve

## Test de connaissance sur les nages

1. En brasse, au virage, le nageur peut-il avoir la tête immergée après la dernière traction de bras précédant le toucher du mur.  
.....  
.....  
.....
2. Dans une épreuve de dos, lorsque le nageur exécute son virage, peut-il se

trouver en position ventrale ?

.....  
.....

3. En brasse, à l'arrivée (ou au virage), les mains du nageur doivent-elles toucher le mur

Simultanément ?.....

Au même niveau ?.....

4. Lors d'une épreuve de 400m Nage Libre, l'entraîneur du nageur peut-il demander l'homologation du temps de passage

Du premier 50m.....

Du premier 100m.....

Du premier 200m.....

5. Dans une épreuve de 4 nages individuelle, lors du passage dos/brasse, le nageur peut-il quitter la position sur le dos avant le toucher du mur ?

.....  
.....

6. En Nage Libre, le nageur a-t'il l'obligation de toucher le mur avec la main ?

.....  
.....

7. En papillon, au départ et aux virages, alors que le nageur est complètement immergé, est-il possible d'onduler sur le coté ?

.....  
.....

8. En papillon, aux virages ou à l'arrivée, les mains du nageur doivent-elles toucher le mur

Simultanément ?.....

Au même niveau ?.....

9. En dos, au virage, le nageur peut-il faire des battements de jambes après être passé en position ventrale ?

.....  
.....

10. En dos, au virage, le nageur doit-il toucher le mur avec la main ?

.....  
.....

11. En brasse, au virage, les épaules doivent-elles être obligatoirement parallèles à la surface de l'eau ?

.....  
.....

12. En papillon, au départ et au virage, lorsque le nageur est complètement immergé, le nombre de mouvement d'ondulation est-il limité ?

.....

13. En dos, au virage, dès que le corps a quitté la position sur le dos, le nageur peut-il exécuter un mouvement propulsif des bras ? Si oui, à quel moment ?

.....  
.....

14. Quel est l'ordre chronologique d'une épreuve de 4 Nages Individuelles ?

.....  
.....

15. En Nage Libre, lors des virages, le nageur peut-il prendre pied au fond du bassin ?

.....  
.....

16. Afin de bénéficier d'une arrivée plus rapide (ou d'un meilleur virage) dans une épreuve brasse, le nageur peut-il effectuer deux cycles de bras ou de jambes consécutifs ?

.....  
.....

17. En dos, la distance parcourue sous l'eau après le départ ou le virage est-elle limitée ?

.....  
.....

18. En papillon, avant que les bras passent au dessus de l'eau, le nombre de mouvements de jambes que peut faire le nageur est-il limité à deux ?

.....  
.....

# A votre avis...

1. Chaque année, la saison sportive est lancée à la même date : La connaissez-vous ?  
.....
2. En cas d'incertitude de jugement, le nageur peut-il bénéficier du « doute » ?  
.....
3. Un officiel peut-il au cours de la réunion donner des informations de la voix ou par geste à un nageur pendant le déroulement d'une épreuve ?  
.....
4. Un officiel peut-il participer à un jury s'il n'a pas renouvelé sa licence pour la saison en cours ?  
.....
5. Trois nageurs étaient engagés sur un 200m papillon. Deux de ces trois nageurs anticipent leur départ après le signal de départ du starter. Quelles sont les conséquences pour les deux nageurs ayant anticipés leur départ ? Dans le cas d'une disqualification de ces deux nageurs, le troisième nageur peut-il faire la moitié de la course étant donné qu'il est sûr de gagner ?  
.....
6. Un nageur qui se retrouve dans le couloir voisin peut-il être disqualifié ?  
.....
7. En papillon, le nageur de la ligne 6, pendant sa course, a longé la ligne d'eau et frappé le nageur de la ligne 5. Que se passe-t-il ?  
.....
8. A la fin d'un relais, l'équipe gagnante, folle de joie, se jette à l'eau pour fêter sa victoire alors même que les autres équipes nagent encore : Est-ce acceptable ?  
.....  
.....
9. Peut-on engager des filles et des garçons dans la même série ?  
.....  
.....
10. Lors d'un relais, un nageur anticipe un peu trop son départ. Conscient de son erreur, il revient au point de départ et repart effectuer sa course. Est-il disqualifiable ?  
.....  
.....
11. Chronométrateur de votre ligne, vous vous apercevez que l'ordre des relayeurs indiqué sur la fiche ne correspond pas à l'ordre des nageurs réalisant ce relais. Qu'en pensez-vous ?  
.....  
.....

12. Votre organisation utilise un système qui vous permet d'évaluer le temps de réaction entre les nageurs lors des relais. Un nageur anticipe de 2 centièmes de seconde son départ : Que risque-t-il ?  
.....
13. Le deuxième relayeur, fatigué par son effort, reste adossé à la ligne d'eau le temps que le troisième relayeur effectue sa course. Est-ce autorisé ?  
.....
14. Lors d'un 4x100 m 4 Nages, le deuxième relayeur, effectue une brasse réglementairement incorrecte. Quelles en sont les conséquences ?  
.....
15. Quelle conséquence peut entraîner une faute du jury (par exemple, la nageuse est arrêtée par le titulaire de ligne au bout de 750 mètres au lieu de 800 mètres) ?  
.....
16. Un entraîneur, situé dans les tribunes, utilise un métronome pour siffler à allure régulière pour pouvoir indiquer un rythme précis à son brasseur. Est-ce autorisé ?  
.....

## Réponses

- ❖ La saison sportive en natation se déroule du 16 septembre au 15 septembre de l'année suivante
  - ❖ Le doute doit toujours être à l'avantage du nageur.
  - ❖ L'officiel doit être impartial. Aussi, il ne doit en aucun cas donner des informations par voix ou par geste à un nageur pendant le déroulement d'une épreuve.
  - ❖ Un officiel ne peut pas officier sans être licencié
  - ❖ Un nageur nageant seul toute l'épreuve doit couvrir la distance complète pour se qualifier et valider sa performance.
  - ❖ Interdit ! Le nageur doit demeurer et terminer dans le même couloir que celui où il a démarré.
- Remarque :** Auparavant, il était possible de se retrouver par erreur dans l'autre ligne à condition de ne pas gêner le nageur de cette ligne et de repasser dans sa propre ligne avant la fin de la course
- ❖ Gêner un autre nageur en nageant à travers un autre couloir ou de toute autre manière disqualifiera le gêneur. Si la faute est intentionnelle, le juge-arbitre doit rapporter l'affaire au membre organisant la course, et au membre dont relève le nageur coupable.
  - ❖ Une équipe de relais sera disqualifiée dans une course si un membre de l'équipe, autre que le nageur désigné pour nager cette longueur, entre dans l'eau lorsque la course est en cours, avant que tous les nageurs de toutes les équipes n'aient fini la course.
  - ❖ Les courses doivent être organisées en séparant les nageurs des nageuses.

❖ Il est disqualifiable puisque tout départ anticipé doit être sanctionné. Un départ anticipé en relais signifie que les pieds du nageur ont quitté le plot de départ avant que le nageur arrivant n'ait touché le mur. Cela signifie que le nageur peut être déséquilibré et même être en impulsion au moment où le nageur dans l'eau touche le mur.

❖ Les membres d'une équipe de relais et leur ordre de départ doivent être précisés avant la course. Un membre d'une équipe de relais ne peut concourir dans une course qu'une seule fois. La composition d'une équipe de relais peut être changée entre les séries et les finales d'une épreuve, à condition qu'elle soit constituée de la liste des nageurs correctement inscrits par un membre pour cette épreuve. Le fait de ne pas nager dans l'ordre indiqué entraînera la disqualification. Des remplacements ne peuvent avoir lieu que par suite d'une urgence médicale attestée.

❖ Il ne risque rien ! La tolérance est de  $- 3/100^{\text{ème}}$  (soit inférieur à 0). Cette tolérance est due à la fiabilité du matériel. Il est très difficile d'évaluer des prises de relais ; il faut savoir qu'à l'œil nu, un temps de réaction de  $+ 20/100^{\text{ème}}$  pourrait être jugé faux...

❖ Dans ce cas présent, l'équipe de relais sera disqualifiée. En effet, un nageur ayant fini sa course, ou sa distance dans une épreuve de relais, doit quitter la piscine aussitôt que possible sans gêner tout autre nageur qui n'a pas fini sa course. Sinon, le nageur fautif ou son équipe de relais, sera disqualifié.

❖ Le relais sera disqualifié mais le temps réalisé par le premier relayeur sera officialisé. En effet, dans le cas d'une disqualification dans un relais, les temps intermédiaires jusqu'au moment de la disqualification doivent être enregistrés dans les résultats officiels.

❖ Si une faute compromet la chance de succès d'un nageur, le juge-arbitre aura le pouvoir de lui permettre de concourir dans la série suivante ou, si la faute se produit au cours d'une finale, ou dans la dernière série, le nageur pourra nager de nouveau l'épreuve.

Pour le cas de la nageuse de 800 mètres citée dans la question, on peut imaginer deux cas de figure :

- La nageuse va pouvoir renager cette épreuve ultérieurement (dans la même demi-journée)
- Le Juge Arbitre, **de manière exceptionnelle**, peut récupérer le temps de passage de l'avant dernier 50m (en bassin de 25m) et le rajouter au temps final du 750 mètres effectué par la nageuse.

❖ Dans ce cas présent, aucun problème puisque l'entraîneur est éloigné du bord du bassin. Le règlement indique qu'aucune régulation de l'allure n'est autorisée et qu'il est interdit d'utiliser un dispositif ou un plan à cet effet. Mais il semblerait que la seule régulation d'allure interdite consiste à marcher au bord du bassin pour indiquer un rythme précis au nageur.



# Les records

Ces records sont reconnus pour les deux sexes.

<b>Nage Libre</b>	<b>50</b>	<b>100</b>	<b>200</b>	<b>400</b>	<b>800</b>	<b>1500</b>
<b>Dos</b>	50	100	200			
<b>Brasse</b>	50	100	200			
<b>Papillon</b>	50	100	200			
<b>4 nages</b>	100*	200	400			
<b>Relais</b>	4 x 50 NL*	4 x 100 NL	4 x 200 NL	4 x 50 4N*	4 x 100 4N	
<b>Relais mixte</b>	4 x 50 NL*	4 x 100 NL**	4 x 50 4N*	4 x 100 4N**		

\* uniquement en bassin de 25 mètres

\*\* uniquement en bassin de 50 mètres

## Quelques règles...

- Seuls les records relevés par un équipement automatique ou un équipement semi-automatique dans le cas d'un mauvais fonctionnement du système d'équipement de classement automatique.
- Si deux nageurs réalisent le même record au 1/100<sup>ème</sup> près, ils seront appelés "détenteurs conjoints".
- Un record réalisé lors d'un temps de passage peut être validé à condition que la performance soit prise en compte par un chronométrage automatique ou semi-automatique dans le cas d'un mauvais fonctionnement du système d'équipement de classement automatique.
- Le Premier nageur d'un relais peut demander l'homologation d'un record du monde et ce même si son équipe se fait disqualifier par la suite.
- Tous les records réalisés pendant les jeux olympiques, les Championnats du Monde et les Coupes du Monde seront automatiquement approuvés.

La présence de trois chronométreurs minimum ou d'un chronométrage semi-automatique ou automatique est nécessaire pour valider un record régional.

# Le Comportement de l'officiel

## Les 10 commandements de l'officiel

N°	Commandement
1	- Être respectueux des décisions de mes collègues je dois
2	- Indépendant je dois être
3	- Attentif au signal du starter je dois être
4	- Impartial je dois être
5	- Encourager ou donner des infirmations à un nageur (voix ou geste) je ne dois pas
6	- Accompagner un nageur sur le bord du bassin je ne dois pas
7	- Faire bénéficier de ses doutes à un nageur je dois (si vous hésitez... ne proposez pas de disqualification)
8	- Prendre des décisions en son âme et conscience en fonction des directives je dois
9	- Signaler une infraction au Juge-Arbitre sans attendre la fin de l'épreuve je dois (par écrit obligatoirement)
10	- Pour les distances de 800m et 1500m NL, faire mon propre pointage des longueurs je dois

## Quelques recommandations

### **Si vous assumez la fonction de Chronométrateur :**

- Ne permettez pas à un nageur de s'asseoir nonchalamment sur le plot en attendant le départ
- Soyez libre de vos mouvements, de vos déplacements. Seul le nageur et vous devez être derrière les plots.
- Veuillez à ce que le nageur évacue le bassin par le coté
- En chronométrage automatique : Ne pas mettre le pied sur le rebord de la plaque de touche. Sachez également que, lors d'un départ, les plaques de touche ne sont pas actives avant 15" pour un bassin de 25m et de 45" pour un bassin de 50m.

### **Si vous êtes Juge de virages à l'extrémité du bassin :**

- Soyez libre de vos déplacements
- Les nageurs qui veulent encourager leurs camarades doivent toujours être derrière vous
- En aucun cas, ne tolérez que les nageurs ne s'installent à votre place.

# Test de connaissance général

1. Lors d'un départ en dos, le nageur peut-il accrocher les orteils sur le bord de la goulotte ? Peut-il avoir les orteils au-dessus de la surface de l'eau ?

.....  
.....  
.....

2. Dans une épreuve de 800m NL en bassin de 50m, quelle sera la première indication chiffrée que doit afficher le contrôleur de virages placés à l'extrémité du bassin ?

.....  
.....

3. organisant le jury, avant le début de la réunion, où devez-vous placer les contrôleurs de virages ?

.....  
.....

4. Au long coup de sifflet de Juge-Arbitre, les nageurs montent sur le plot. Les pieds peuvent-ils alors être sur la partie arrière du plot ?

.....  
.....

5. En épreuve Dos, comment les nageurs doivent-ils effectuer leur départ ?

.....  
.....  
.....

6. Dans une épreuve de 1500m NL en bassin de 50m, après avoir parcouru 1000m, quelle est l'indication que verra le nageur lors de son prochain virage?

.....  
.....

7. Quelle est la durée minimum de l'essai des chronomètres ?

.....  
.....

8. Quel est l'écart maximum toléré par rapport au temps moyen lors des essais ?

.....  
.....  
.....

9. Lorsque le 1er relayeur établit un nouveau record et que l'un de ses équipiers effectue une mauvaise prise de relais, entraînant la disqualification du relais, la performance réalisée par le 1er relayeur sera-t-elle homologuée ?

.....  
.....

10. Le temps du chronométrage automatique a-t-il priorité par rapport aux temps des chronos manuels ?

.....  
.....  
.....

11. Que signifient les sigles L.E.N. et F.I.N.A. ?

.....  
.....  
.....

12. Dans une épreuve de 1500m NL en bassin de 25 mètres, après avoir parcouru 650 mètres, quelle sera l'indication que verra le nageur sur la plaque de longueur lors de son prochain virage ?

.....  
.....  
.....

13. Pour l'homologation d'une Meilleure Performance Française, ou d'un Record Départemental ou Régional, le chronométrage manuel (3 chronométreurs par ligne) est-il valable ?

.....  
.....  
.....

14. En dehors d'une compétition officielle, dans le cas d'une tentative individuelle d'une Meilleure Performance Française ou d'un Record de France, quel est le délai obligatoire pour informer le Comité Régional ?

.....  
.....  
.....

15. Pour les épreuves Nage Libre - Brasse ou Papillon, comment s'effectue le départ ?

.....  
.....

# Annexes

# SOMMAIRE

<b>Annexe 1</b> .....	Qu'est-ce qu'un Officiel ?
<b>Annexe 2</b> .....	La « Grande messe » du Juge Arbitre
<b>Annexe 3</b> .....	Fonction du Président de la Commission Officiel du club
<b>Annexe 4</b> .....	Règlement « commenté » FINA
<b>Annexe 5</b> .....	Validation annuelle de la carte d'officiel
<b>Annexe 6</b> .....	Bulletin d'inscription Officiel C
<b>Annexe 7</b> .....	Fiche d'épreuve pratique Officiel C & B (Essais Chronos)
<b>Annexe 8</b> .....	Bulletin d'inscription Officiel B
<b>Annexe 9</b> .....	Fiche d'épreuve pratique Officiel B
<b>Annexe 10</b> .....	Fiche de disqualification
<b>Annexe 11</b> .....	Contrôle des distances nagées (Titulaire de ligne)
<b>Annexe 12</b> .....	Contrôle des distances nagées (Juge d'arrivée)
<b>Annexe 13</b> .....	Bulletin d'inscription Officiel A
<b>Annexe 14</b> .....	Fiche d'épreuve pratique Officiel A
<b>Annexe 15</b> .....	Statuts de la FFN
<b>Annexe 16</b> .....	Règlement Intérieur de la FFN