

# RÈGLEMENTS DES COMPÉTITIONS DE SAUVETAGE SPORTIF AU QUÉBEC

ÉDITION SEPTEMBRE 2016





## RÈGLEMENTS DES COMPÉTITIONS DE SAUVETAGE SPORTIF AU QUÉBEC

---

Publié par

Société de sauvetage, division du Québec

4545, avenue Pierre-De Coubertin

Montréal (Québec) H1V 0B2

[alerte@sauvetage.qc.ca](mailto:alerte@sauvetage.qc.ca)

[www.sauvetage.qc.ca](http://www.sauvetage.qc.ca)

1 800 265-3093

514 252-3100

### Coordonnateur au sauvetage sportif

Guillaume Maheu

### Révision des textes

Hélène Labelle

La Société de sauvetage tient à remercier les bénévoles suivants pour leur collaboration à la mise à jour de ce manuel :

- Simon Bilodeau
- Joannie Quirion
- Alexandra Ladouceur
- Caroline Arcand
- Marco Patriarco
- Antoine Bazinet
- Maude Lafontaine-Hébert
- Simon Fortin-Fournier

Tous droits réservés. 11<sup>e</sup> édition, septembre 2016

Société de sauvetage

Toute reproduction, intégrale ou partielle, par quelque procédé que ce soit, est interdite sans l'autorisation écrite de la Société de sauvetage. Adressez vos demandes au bureau de la Société de sauvetage.

## AVANT-PROPOS

Le sauvetage sportif est le seul sport où les compétences sont apprises au départ pour des raisons humanitaires : sauver des vies.

Le sport est une activité intrinsèque de la Société de sauvetage, de la *Royal Life Saving Society Commonwealth* et de l'*International Life Saving Federation* (ILS). Nous sommes convaincus que le sport aide à développer les compétences des sauveteurs, à améliorer leurs connaissances et à raffiner leurs techniques. De plus, il joue un rôle essentiel dans la consolidation des rapports avec d'autres organismes, à l'échelle provinciale, nationale et internationale.

Le sauvetage sportif contribue à la mission de la Société en permettant l'engagement et l'inspiration de la jeunesse envers notre mission humanitaire. Il incite le développement d'habiletés et l'entraînement des surveillants-sauveteurs en encourageant l'innovation en sauvetage et en techniques de surveillance. Le sauvetage sportif offre également des occasions uniques de recrutement et de fidélisation des bénévoles, ainsi que le développement du leadership.

Le développement de l'excellence du sauvetage sportif est un objectif important au sein de la Société de sauvetage afin de faire connaître l'importance du sauvetage à l'ensemble de la population du Québec et ainsi conscientiser les gens à la prévention de la noyade.

De nombreux athlètes en sauvetage sportif participent à diverses compétitions en piscine, sur plage et en sauvetage technique à l'échelle régionale et provinciale au Québec. Plusieurs d'entre eux visent à réaliser des performances qui leur permettront de se qualifier pour faire partie des athlètes Canadiens invités à participer à des compétitions à l'échelle nationale et internationale comme les championnats du Commonwealth ou les championnats mondiaux *Rescue*.

La Société de sauvetage Canada est l'organisme directeur du sauvetage sportif au Canada, un sport qui est reconnu par le Comité International Olympique et la Fédération des Jeux du Commonwealth. Elle organise des championnats dans diverses catégories (âges, Seniors et Maîtres) et coordonne la participation des équipes nationales du Canada aux compétitions internationales.

---

La division du Québec de la Société de sauvetage supervise l'organisation des compétitions en sauvetage sportif aux niveaux régional et provincial, et agit à titre d'organisme directeur dans ce domaine dans la province.

Le *Manuel de règlements des compétitions de sauvetage sportif au Québec* fournit aux athlètes, aux organisateurs de compétitions, aux officiels, aux directeurs et entraîneurs des équipes les règlements, les normes et les procédures qui ont été établis pour standardiser le déroulement des épreuves en sauvetage sportif lors de compétitions régionales et provinciales au Québec.

Nous vous invitons à consulter le site internet de la Société de sauvetage pour demeurer à l'affût de tout ce qui concerne le sauvetage sportif, et à communiquer avec nous pour toute question à ce sujet.



# TABLE DES MATIERES

1. ADMISSIBILITÉ.....	<b>6</b>
1.1 Accréditation .....	6
1.2 Juniors .....	6
1.3 Seniors .....	6
1.4 Maîtres .....	7
1.5 Surclassement .....	7
1.6 Composition d'un club et d'une équipe .....	8
1.7 Changements à apporter à la composition d'une équipe.....	8
2. LISTE DES ÉPREUVES .....	<b>10</b>
2.1 Seniors .....	10
2.2 Juniors .....	11
3. RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX.....	<b>13</b>
3.1 Horaire.....	13
3.2 Entraîneurs .....	13
3.2.1 Accréditation.....	13
3.2.2 Règles générales .....	13
3.3 Réunion d'équipe .....	13
3.4 Règlements en vigueur.....	13
3.5 Code d'éthique .....	14
3.5.1 Code de franc jeu pour les compétitions .....	14
3.6 Disqualification .....	16
3.6.1 Disqualifications piscine-technique .....	16
3.6.2 Disqualifications piscine-physique et plage.....	16
3.7 Pénalité.....	17
4. NORMES DES INSTALLATIONS, DU MATÉRIEL ET UNIFORMES .....	<b>19</b>
4.1 Généralités .....	19
4.2 Liste d'équipements pour le volet piscine-technique.....	19
4.2.1 Seniors .....	19
4.2.2 Juniors.....	20
4.3 Normes des équipements pour les volets piscine-physique et plage.....	20
4.3.1 Les mannequins .....	20
4.3.2 Les bouées tubes .....	21
4.3.3 Les palmes .....	22
4.3.4 Les obstacles .....	23
4.3.5 Les cordes.....	24
4.4 Uniformes et maillots de bain .....	24
4.5 Aquaplane .....	25
4.6 Surf-ski.....	26
4.7 Combinaison isothermique .....	26
5. PROCÉDURES ET COMPILATION .....	<b>28</b>

5.1 Procédures d'urgence .....	28
5.2 Salles d'isolement (lock-up) pour le volet piscine-technique .....	28
5.3 Protêt.....	28
5.3.1 Dépôt d'un protêt.....	29
5.3.2 Procédure d'appel d'un protêt.....	30
5.4 Compilation .....	30
5.4.1 Finales directes.....	30
5.4.2 Ordre de passage et positionnement des athlètes .....	30
5.4.3 Pointage en fonction du rang .....	31
5.4.4 Pondération des épreuves piscine-technique.....	31
5.4.5 Pondération des épreuves pour les volets piscine-physique et plage .....	31
5.5 Détermination du gagnant.....	31
5.5.1 Volet piscine-technique.....	31
5.5.2 Volets piscine-physique et plage.....	32
5.5.3 Championnats québécois de sauvetage.....	32
5.5.4 Sélection des finalistes .....	32
5.6 Vérification des grilles d'évaluation piscine-technique .....	33
5.6.1 Seniors .....	33
5.6.2 Juniors.....	33
5.7 Procédure de plongeon pour le départ.....	34
5.8 Spécification pour les victimes « tardives » du volet piscine-technique .....	34
5.9 Égalité .....	34
<b>6. ÉPREUVES PISCINE-TECHNIQUE .....</b>	<b>36</b>
6.1 Seniors .....	36
6.1.1 Surveillance .....	36
6.1.2 Premiers soins .....	37
6.1.3 Priorité .....	37
6.1.4 Épreuves physiques - Seniors.....	39
6.2 Juniors .....	40
6.2.1 Sauvetage / Surveillance.....	40
6.2.2 Premiers soins .....	41
6.2.3 Priorité .....	42
6.2.4 Épreuves physique – Juniors.....	43
6.2.5 Types de victimes autorisées pour les jeunes sauveteurs.....	43
<b>7. ÉPREUVES PISCINE-PHYSIQUE.....</b>	<b>45</b>
7.1 Juniors .....	46
7.1.1 Obstacles .....	46
7.1.2 Lancer de précision.....	48
7.1.3 Lancer de la corde .....	50
7.1.4 Remorquage de mannequin avec palmes .....	52
7.1.5 Portage de mannequin avec palmes.....	54
7.1.6 Portage de mannequin.....	56
7.1.8 Sauveteur d'acier.....	59

<b>8. ÉPREUVES VOLET PLAGE.....</b>	<b>64</b>
8.1 Règles générales pour les épreuves se déroulant en plage .....	65
<b>8.2 Départ.....</b>	<b>66</b>
8.2.1 Avant le signal de départ .....	66
8.2.2 Le signal de départ .....	66
8.2.3 Procédures de départ .....	66
8.2.4 Lignes de départ .....	67
8.2.5 Disqualifications générales.....	67
8.2.6 Notes.....	68
8.2.7 Échanges dans les relais .....	68
<b>8.3 Fin de l'épreuve .....</b>	<b>68</b>
8.3.1 Jugement.....	69
8.3.2 Limites de temps.....	69
<b>8.4 Tirage de positions .....</b>	<b>69</b>
8.4.1 Placement des athlètes dans les vagues .....	69
8.4.2 Placement en demi-finales et en finales .....	70
8.4.3 Placement pour les positions .....	70
8.4.4 Positions sur la plage.....	70
8.4.5 Nombre maximal d'athlètes.....	70
<b>8.5 Course sur sable .....</b>	<b>71</b>
<b>8.6 Course dans les brisants .....</b>	<b>73</b>
<b>8.7 Drapeaux sur la plage .....</b>	<b>75</b>
<b>8.8 Course-nage-course .....</b>	<b>78</b>
<b>8.9 Course avec aquaplane .....</b>	<b>80</b>
<b>8.10 Sauveteur d'acier .....</b>	<b>82</b>
<b>8.11 Relais sauveteur d'acier .....</b>	<b>86</b>
<b>8.12 Course 90 mètres .....</b>	<b>88</b>
<b>8.13 Course 4 X 90 mètres .....</b>	<b>90</b>
<b>Annexe 1 – Formulaire de protêt .....</b>	<b>92</b>
<b>Annexe 2 – Précisions sur les disqualifications impliquant des mannequins .....</b>	<b>94</b>
<b>Annexe 3 - Précisions sur les disqualifications impliquant des mannequins .....</b>	<b>95</b>



# Section 1

## Admissibilité



## 1. ADMISSIBILITÉ

### 1.1 Accréditation

Tous les clubs, athlètes et entraîneurs doivent obtenir, ou renouveler, leur accréditation pour la saison en cours auprès de la Société de sauvetage.

Les personnes qui souhaitent obtenir une accréditation à titre d'entraîneur doivent d'abord suivre une formation gratuite issue du Programme national de certification des entraîneurs (PNCE). Veuillez consulter le site internet de la Société de sauvetage pour obtenir l'information au sujet de cette procédure obligatoire.

Il faut télécharger le formulaire d'accréditation disponible sur le site internet de la Société de sauvetage, suivre les instructions et le transmettre au coordonnateur du sauvetage sportif.

L'accréditation est obligatoire pour participer à une compétition.

Début de la saison pour le volet Piscine : le 1<sup>er</sup> octobre

Début de la saison pour le volet Plage : le 1<sup>er</sup> avril

La Société de sauvetage considère qu'il est contraire à l'éthique de recruter des athlètes seulement pour leurs habiletés athlétiques de haute performance et dont la légitimité dans le domaine de la surveillance aquatique est ténue ou qui visent simplement à participer à la compétition.

### 1.2 Juniors

Pour être éligibles à participer à des Championnats québécois de sauvetage ou à des compétitions homologuées, les athlètes doivent :

1. Avoir moins de 16 ans au 1<sup>er</sup> jour de la saison en cours.

2. Correspondre à l'une des catégories suivantes :

Catégorie 11 ans et moins

- Avoir 11 ans et moins au 1<sup>er</sup> jour de la saison en cours

Catégorie 12-13 ans

- Avoir au minimum 12 ans et moins de 14 ans au 1<sup>er</sup> jour de la saison en cours

Catégorie Duo (14-15 ans)

- Avoir au minimum 14 ans et moins de 16 ans au 1<sup>er</sup> jour de la saison en cours

### 1.3 Seniors

Pour être éligibles à participer à des Championnats québécois de sauvetage ou à des compétitions homologuées, les athlètes doivent :

1. Posséder un ou des brevets de la Société de sauvetage à jour, au premier jour de la compétition, tels que la Médaille de bronze, la Croix de bronze ou Sauveteur national.

2. Avoir au moins 16 ans au 1<sup>er</sup> jour de la saison en cours.

## 1.4 Maîtres

Pour être éligibles à participer à des Championnats québécois de sauvetage ou à des compétitions homologuées, les athlètes doivent :

1. Avoir déjà possédé un ou des brevets de la Société de sauvetage, tels que la Médaille de bronze, la Croix de bronze ou Sauveteur national;
2. Avoir au moins 30 ans au 1<sup>er</sup> jour de la saison en cours.

Les Maîtres peuvent s'inscrire en équipes à une ou plusieurs épreuves Seniors.

Une formule à la carte leur est permise pourvu qu'ils respectent toutes les exigences demandées aux Seniors. Si un maître décide de s'inscrire dans la catégorie Seniors, il doit le faire pour toutes les épreuves de la même compétition. Lorsqu'il y a des exceptions, le *Manuel de règlements* comporte une section Maîtres, et pour tous les autres renseignements, les Maîtres doivent se référer à la section Seniors.

## 1.5 Surclassement

Le surclassement est permis comme un outil de développement sous certaines conditions.

La seule catégorie d'âge pouvant se surclasser « Seniors » est celle de « 14-15 ans ». Le compétiteur surclassé devra s'inscrire dans la catégorie « Seniors » pour toute la durée de la compétition (épreuves individuelles et en équipes). Le compétiteur devra avoir au minimum une Médaille de bronze à jour. Le compétiteur peut choisir de retourner dans sa catégorie d'âge d'origine lors de la prochaine compétition.

Le surclassement est également permis entre toutes les catégories Juniors. Un entraîneur peut décider de surclasser un athlète pour compléter une équipe ou afin de mieux ajuster le niveau de compétition en fonction des aptitudes de l'athlète.

Un athlète Junior qui se surclasse en s'inscrivant dans une catégorie Junior supérieure devra le faire pour toute la durée d'une compétition (épreuves individuelles et en équipes).

Il est aussi possible d'utiliser le surclassement seulement pour compléter une équipe pour un relais. En suivant les mêmes conditions que celles mentionnées ci-dessus, il est possible de surclasser jusqu'à 2 athlètes sur 4 pour un relais. Les athlètes surclassés uniquement pour un ou des relais pourront s'inscrire dans leur catégorie d'âge d'origine durant cette même compétition pour les épreuves individuelles. Cette possibilité peut être utilisée seulement par un club n'ayant pas assez de compétiteurs pour compléter un relais.

**Note :** Un athlète qui atteint l'âge de 16 ans après la date du début de la saison aura le droit de s'inscrire en catégorie Seniors lors d'une compétition. Il aura aussi le droit de s'inscrire hors-concours (résultats non comptabilisés) dans la catégorie d'âge pour laquelle il a été accrédité. Toutefois, l'inverse n'est pas accepté. Il ne peut donc pas s'inscrire hors-concours dans la catégorie Seniors et réaliser les épreuves comptabilisées dans sa catégorie d'âge.

## 1.6 Composition d'un club et d'une équipe

Chaque club doit désigner au minimum un entraîneur et chaque équipe doit désigner un capitaine et/ou entraîneur. Cette personne assistera à la réunion des capitaines et sera le porte-parole pour cette équipe pour toutes les questions reliées aux championnats.

Un club peut être composé d'un nombre illimité de compétiteurs, en plus du personnel de soutien. Les compétiteurs peuvent participer aux épreuves en représentant un seul club à la fois.

Pour le volet piscine-technique, les équipes Seniors doivent être composées de quatre (4) compétiteurs. Tous les compétiteurs doivent participer à toutes les épreuves de la compétition, à moins d'avis contraire spécifié par le comité organisateur. Elles peuvent également se doter d'un membre substitut.

Pour les volets piscine-physique et plage, les compétiteurs s'inscrivent de façon individuelle ou en équipes aux épreuves de leur choix, selon les modalités de la compétition.

## 1.7 Changements à apporter à la composition d'une équipe

Le capitaine ou l'entraîneur de l'équipe est la seule personne autorisée à aviser le directeur de la compétition, par écrit, des changements apportés à la composition de l'équipe. Les équipes peuvent effectuer des changements à la composition de leurs membres seulement durant la période d'inscription. Après quoi, aucun autre changement ne sera permis.

Les athlètes qui se retirent de la compétition à cause d'une blessure ou pour toute autre raison pourront être remplacés seulement par un substitut dûment enregistré. Il est à noter que lorsque le substitut remplace un membre de l'équipe, ce dernier ne peut, en aucun temps, réintégrer la compétition.

Le capitaine ou l'entraîneur de l'équipe doit aviser le responsable de la compétition, par écrit, des modifications apportées à la composition de son équipe en lui fournissant les renseignements suivants :

- la date et l'heure,
- le nom de l'équipe,
- le(s) nom(s) et prénom(s) d'athlète(s) à retirer,
- le(s) nom(s) et prénom(s) d'athlète(s) à ajouter.

Cet avis doit être accompagné de tous les documents pertinents qui avaient été fournis lors de l'inscription originale sur le formulaire d'inscription.

Toute usurpation d'identité ou utilisation d'un athlète qui n'est pas éligible entraînera la disqualification de l'équipe pour l'ensemble des championnats.

## Section 2

### Liste des épreuves



## 2. LISTE DES ÉPREUVES

### 2.1 Seniors

Épreuves piscine-technique	Nombre total de compétiteurs autorisés par équipe
Surveillance	4 personnes
Premiers soins	4 personnes
Priorité	4 personnes
Relais medley (piscine)	4 personnes
Lancer de la corde (piscine)	4 personnes (2 duos)
Relais portage mannequin (piscine)	4 personnes

Épreuves piscine-physique	
Obstacles (200 m)	Medley de sauvetage (100 m)
Lancer de la corde (12 m)	Sauveteur d'acier (200 m)
Remorquage de mannequin ½ plein, avec palmes (100 m)	Relais obstacles (4 x 50 m)
Portage de mannequin plein, avec palmes (100 m)	Relais portage mannequin (4 x 25 m)
Portage de mannequin plein (50 m)	Relais Medley (4 x 50 m)

Épreuves plage (individuelles)	
Course dans les brisants (Surf Race)	Course-Nage-Course (Run-Swim-Run)
Drapeaux sur la plage (Beach Flags)	90 m Sprint
Course sur sable (2km Race)	Course avec surf-ski (Surf-Ski Race)
Course avec aquaplane (Board Race)	Sauveteur océanique (H / F) (Oceanman/oceanwoman)

Épreuves plage (en équipes)	
Sauvetage avec aquaplane (Board Rescue)	Sauvetage avec bouée tube (Rescue Tube Rescue)
Relais sauveteur océanique (Oceanman Relay)	4 x 90 m Sprint

**Le pentathlon en sauvetage :** Le pentathlon en sauvetage comprend les cinq épreuves suivantes : Nage avec obstacles sur 200 m, Portage de mannequin sur 50 m, Portage de mannequin avec palmes sur 100 m, Remorquage de mannequin avec palmes sur 100 m et Sauveteur d'acier sur 200 m. (Manuel canadien des compétitions, section 3.2.)

## 2.2 Juniors

Épreuves du volet piscine-technique			
Catégorie	11 ans et moins	12-13 ans	Duo (14-15 ans)
Sauvetage	1 personne	1 personne	2 personnes
Premiers soins	1 personne	1 personne	2 personnes
Priorités	1 personne	1 personne	2 personnes
Physique # 1	Remorquage	Remorquage	Remorquage
Physique # 2	Lancer de précision	Lancer de précision	Lancer de la corde
Physique # 3	Portage (sans palmes)	Portage (sans palmes)	Relais Portage (sans palmes)

Épreuves du volet piscine-physique		
Catégorie 11 ans et -	Catégorie 12-13 ans	Catégorie 14-15 ans (H/F)
Obstacles (50 m)	Obstacles (50 m)	Obstacles (100 m)
Lancer de précision (4 m)	Lancer de précision (7 m)	Lancer de la corde (10 m)
Remorquage de mannequin ½ plein, avec palmes (50 m)	Remorquage de mannequin ½ plein, avec palmes (50 m)	Remorquage de mannequin ½ plein, avec palmes (100 m)
Portage de mannequin ½ plein, avec palmes (50 m)	Portage de mannequin ½ plein, avec palmes (100 m)	Portage de mannequin plein, avec palmes (100 m)
Portage de mannequin ½ plein (50 m)	Portage de mannequin ½ plein (50 m)	Portage de mannequin plein (50 m)
	<b>Sauveteur d'acier</b> (100 m)	<b>Sauveteur d'acier</b> (200 m)

Épreuves du volet plage		
Catégorie 11 ans et -	Catégorie 12-13 ans	Catégorie 14-15 ans (H/F)
Course sur sable (500 m)	Course sur sable (1 000 m)	Course sur sable (1 500 m)
Course dans les brisants (100 m)	Course dans les brisants (100 m)	Course dans les brisants (200 m)
Drapeaux sur la plage (Beach flags)	Drapeaux sur la plage (Beach flags)	Drapeaux sur la plage (Beach flags)
Course-Nage-Course (300 m)	Course-Nage-Course (300 m)	Course-Nage-Course (300 m)
90 m Course	Course avec aquaplane (200 m)	Course avec aquaplane (400 m)
	<b>Sauveteur d'acier</b>	<b>Sauveteur d'acier</b>
	<b>Relais sauveteur d'acier</b>	<b>Relais sauveteur d'acier</b>
	90 m Course	90 m Course
		4 X 90 m Course

## Section 3

### Règlements généraux



### 3. RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX

#### 3.1 Horaire

Chaque compétiteur est responsable d'être au courant de l'horaire et des règlements qui régissent les championnats. Pour tout retard ou non-présence, les compétiteurs seront disqualifiés. Le comité organisateur se réserve le droit de modifier l'horaire lorsqu'il le juge nécessaire.

#### 3.2 Entraîneurs

##### 3.2.1 Accréditation

Pour être reconnu comme entraîneur en sauvetage sportif et faire partie du réseau de compétitions, il est obligatoire de suivre une formation de base d'entraîneur du PNCE (fournir le numéro de membre lors de l'adhésion), et de compléter ensuite un formulaire d'accréditation. Voir les précisions à la section 1.1

##### 3.2.2 Règles générales

Lors des épreuves, l'entraîneur doit être présent dans l'aire désignée à cet effet seulement.

Pour le volet piscine-technique, il ne peut pas communiquer avec l'équipe de n'importe quelle façon que ce soit durant l'épreuve. Une fois que l'entraîneur a vu la situation préparée pour la performance des équipes, il ne peut, en aucun cas, entrer en contact avec des équipes en isolement.

Pour les volets piscine-physique et plage, les entraîneurs peuvent encourager et guider les athlètes en s'assurant de rester dans l'aire désignée à cet effet. Advenant que l'entraîneur ne respecte pas ces consignes, il expose l'équipe à une disqualification.

#### 3.3 Réunion d'équipe

L'entraîneur ou le capitaine est tenu de se présenter aux réunions préparatoires. En cas d'absence, l'équipe ne pourra invoquer le fait qu'elle n'était pas au courant de ce qui a été discuté.

Le comité organisateur se réserve le droit de procéder à une réunion des capitaines à n'importe quel moment au cours des championnats.

Un simple avis verbal à l'ensemble des équipes est requis pour annoncer la réunion.

#### 3.4 Règlements en vigueur

En plus des règlements inclus dans ce manuel, tous les règlements des plus récentes éditions de *l'International Life Saving Federation Competition Manual*, du *Manuel pour les compétitions canadiennes de sauvetage sportif*, du *Manuel pour les compétitions canadiennes de Swimming/Natation Canada*, du *Règlement sur la sécurité dans les baignoires publiques* (B - 1.1, r.11 (ancien S-3, r.3)), du *Règlement sur la qualité de l'eau des piscines et autres bassins artificiels* (Q-2, r.39) et du Centre canadien pour l'éthique dans le sport (CCES) sont en vigueur.

Ces documents sont disponibles sur le site Internet de la Société de sauvetage au [www.sauvetage.qc.ca](http://www.sauvetage.qc.ca).

### 3.5 Code d'éthique

Les Championnats québécois de sauvetage se déroulent en public et ils ont une grande visibilité.

La Société de sauvetage s'attend à ce que tous les athlètes, les entraîneurs, les juges et les organisateurs agissent de façon à donner au public une image positive de notre organisme. Tout comportement qui risque d'embarrasser la Société de sauvetage sera référé à un comité de discipline composé du juge en chef et de membres du personnel de la Société de sauvetage. Les sanctions peuvent aller jusqu'à l'expulsion de la personne ou de l'équipe en cause des compétitions.

Le code d'éthique concerne tous les membres de l'équipe, c'est-à-dire les athlètes, les entraîneurs, les assistants, les spectateurs, etc. qui se déplacent avec l'équipe en question. Des manquements à ce code d'éthique auront comme résultat la disqualification de la participation de l'équipe ou de l'individu à la compétition.

#### 3.5.1 Code de franc jeu pour les compétitions

Il est important que les compétitions, et en particulier les Championnats québécois de sauvetage, se déroulent dans un esprit sportif et de franc jeu.

On demande aux athlètes de bien vouloir participer à la compétition en respectant les règlements. Tout manquement à ces règlements devrait être rapporté au juge en chef qui pourra alors entreprendre d'imposer une sanction.

Les membres des équipes devraient se conduire correctement en tout temps au cours des championnats et des activités qui y sont reliées, incluant les soirées sociales. Une conduite malséante par une équipe ou un de ses supporteurs est une offense sérieuse et sera jugée comme telle.

Toute action par une équipe qui aurait pour but de déranger ou de nuire à une autre équipe est considérée comme une offense sérieuse et sera jugée comme telle.

Le comportement général de tous les participants sera jugé selon le *code de franc jeu* suivant :

#### La Société de sauvetage :

- Fera la promotion et encouragera le franc jeu de la part de ses membres.
- Fera comprendre aux athlètes, aux entraîneurs, aux officiels et aux administrateurs le besoin de maintenir le plus haut niveau d'esprit sportif au cours de cette compétition de sauvetage.
- S'assurera que ses règlements sont équitables, que les athlètes, les entraîneurs, les officiels et les administrateurs les comprennent bien et que ces règlements sont appliqués de façon appropriée.
- Fera tout en son pouvoir pour que les règlements soient appliqués de façon uniforme et impartiale.
- Traitera tous les membres également, sans égard à leur genre, leur race ou leurs caractéristiques physiques.

#### Les responsables, les juges et les officiels de la Société de sauvetage :

- Respecteront les règlements et l'esprit de la compétition.
- Feront preuve d'honnêteté, d'équité et de justice dans leurs interactions avec les autres.
- Feront preuve de professionnalisme dans leur apparence, leurs actions et leur langage.
- Résoudront les conflits de façon équitable et prompte par le biais des procédures établies.
- Maintiendront une stricte impartialité.
- Maintiendront un environnement sécuritaire pour les autres personnes impliquées.
- Feront preuve de considération et de respect pour les autres.
- Serviront de modèle positif à suivre.

#### Les athlètes :

- Respecteront les règlements et l'esprit de la compétition.
- Accepteront les décisions des officiels et des juges sans poser de questions ou se plaindre.
- Ne tricheront pas.
- Seront en contrôle de leur personne en tout temps.
- Accepteront la réussite et l'échec, la victoire et la défaite avec grâce et magnanimité.
- Traiteront leurs collègues athlètes et les membres de leur propre équipe avec respect, que ce soit lors de la compétition ou à l'extérieur de l'aire de compétition.

#### Les capitaines et les entraîneurs des équipes :

- Insisteront sur le fait que les athlètes comprennent bien et respectent les principes du franc jeu.
- N'utiliseront jamais de méthodes ou de pratiques qui pourraient être dangereuses, tant soit peu, pour la santé ou le développement physique à long terme de leurs athlètes.
- Ne tenteront pas de manipuler les règlements à leur avantage dans le but de favoriser leurs athlètes.
- Respecteront les règlements et l'autorité de la Société de sauvetage.
- Respecteront les droits des autres équipes et ne se conduiront jamais délibérément de façon à porter préjudice à une autre équipe.
- Respecteront les droits des autres athlètes, entraîneurs et officiels et n'exploiteront pas ou n'agiront pas de façon qui leur serait préjudiciable.
- Ne tenteront pas d'influencer les résultats de la compétition par le biais d'actions qui ne respecteraient pas les règlements ou les préceptes fondamentaux du franc jeu.

#### Les parents et/ou supporteurs de l'équipe :

- Feront la promotion et encourageront le franc jeu de la part des athlètes.
- Feront comprendre aux athlètes, aux entraîneurs, aux officiels et aux administrateurs le besoin de maintenir le plus haut niveau d'esprit sportif au cours de cette compétition de sauvetage.
- Feront preuve de considération et de respect à l'égard des autres personnes.
- Accepteront les décisions des officiels et des juges sans poser de questions ou se plaindre.

- Ne tricheront pas.
- Seront en contrôle de leur personne en tout temps.
- Accepteront la réussite et l'échec, la victoire et la défaite avec grâce et magnanimité.
- Traiteront les responsables, les juges et les officiels avec respect, que ce soit lors de la compétition ou à l'extérieur de l'aire de compétition.
- Respecteront les règlements et l'autorité de la Société de sauvetage.
- Ne tenteront pas d'influencer les résultats de la compétition par le biais d'actions qui ne respecteraient pas les règlements ou les préceptes fondamentaux du franc jeu.

### 3.6 Disqualification

Toute disqualification en ronde préliminaire ou finale entraînera la note de zéro. Le classement de l'épreuve sera ajusté en fonction des disqualifications.

#### 3.6.1 Disqualifications piscine-technique

##### Pour toutes les épreuves

Les équipes pourront être disqualifiées si, de l'avis des juges, elles ont reçu une « aide extérieure » par le biais d'un mot ou d'un autre signal pouvant les aider à améliorer leur performance.

De plus, les comportements suivants auront pour résultat une disqualification :

1. La non-présence dans la salle d'isolement après la fermeture de celle-ci;
2. Des abus verbaux et physiques inappropriés et non nécessaires;
3. Les quatre membres ne sont pas identifiés correctement par au moins un élément commun à tous les membres (bonnet, T-shirt, etc.);
4. Ne pas respecter les règles de constitution d'une équipe.

#### 3.6.2 Disqualifications piscine-physique et plage

##### Pour toutes les épreuves

En plus des règlements généraux et des règlements des épreuves, les comportements suivants auront pour résultat une disqualification :

1. Être absent au début de la course;
2. Contrevenir à la réglementation spécifique de l'épreuve;

Pour la liste complète des causes de disqualification, vous devez vous référer à la description des épreuves dans ce document ainsi qu'aux manuels suivants :

1. Manuel de l'ILS
2. *Manuel canadien des compétitions*, section 3, 4 et 5

En cas de disparité entre ce document et les autres manuels, le Manuel de l'ILS (le plus récent) doit toujours servir de référence principale.

### 3.7 Pénalité

Les responsables, les juges et les officiels, et la Société de sauvetage peuvent imposer, à leur discrétion, des pénalités à des individus ou des équipes participant à la compétition. La pénalité se doit d'être approuvée, en tout temps, par le responsable d'épreuve.

Les règles régissant les pénalités sont les suivantes :

1. La priorité est allouée à la sécurité de la victime, toute action non sécuritaire ou amenant un inconfort évident de la victime devra être pénalisée.
  - UNE PÉNALITÉ DE 10 % DES POINTS OBTENUS DE LA GRILLE POUR TOUTES ACTIONS OU COMPORTEMENTS NON SÉCURITAIRES POUR LE SAUVETEUR. \*
  - UNE PÉNALITÉ DE 20 % DES POINTS OBTENUS DE LA GRILLE PAR FAUTE POUVANT AGGRAVER L'ÉTAT DE LA VICTIME.
- \* Exclusivement sur la grille d'ensemble, les pénalités concernant le comportement ou les actions non sécuritaires peuvent être cumulées jusqu'à concurrence de 40 % des points.
2. S'il y a plusieurs pénalités sur la grille, les pénalités s'additionnent, puis le pourcentage total des pénalités est déduit du total des points récoltés pour la grille.
3. Selon la situation, les responsables d'épreuve auront le droit d'ajouter une spécification aux grilles pour majorer les actions qui se doivent d'être entreprises et qui auront une incidence sur les autres traitements que la victime recevra éventuellement. Il y aura donc des barèmes variables.

Exemple : Si la situation se déroule sur une patinoire extérieure et que tous les éléments indiquent que les victimes sont dans un environnement froid qui peut engendrer de l'hypothermie, les sauveteurs se doivent d'utiliser leur jugement et de déplacer toutes les victimes vers un endroit plus chaud. Dans cette situation, les responsables d'épreuve pourront utiliser des barèmes variables; c'est-à-dire qu'une grille pourra avoir des pénalités progressives en fonction des gestes à poser. Par exemple, si une victime souffrant d'hypothermie n'est pas entrée à l'intérieur avant 2:00 (minutes), alors une pénalité de 10 % sur la grille pourra être émise et ainsi de suite en fonction de la situation.

4. Seul le responsable de l'épreuve informe le capitaine et/ou l'entraîneur de l'équipe des pénalités ou des disqualifications qui lui sont attribuées et ce, immédiatement après l'épreuve. Aucune discussion ne sera tolérée, afin de ne pas retarder le déroulement de la compétition.
5. Une même action sur la même victime ne peut être pénalisée sur la grille de victime et la grille d'ensemble.

## Section 4

### Normes des installations, du matériel et uniformes



## 4. NORMES DES INSTALLATIONS, DU MATÉRIEL ET UNIFORMES

### 4.1 Généralités

Pour le volet piscine-technique, les équipes et les compétiteurs doivent posséder leur propre équipement, et ce, avant le début des championnats. **Tout ce qui n'est pas mentionné dans la liste d'équipement ci-dessous est proscrit** (ex. moyen de propulsion artificielle, téléphone cellulaire, etc.). Une équipe peut emprunter le matériel d'une autre équipe si cela n'a pas d'effet sur la compétition, par exemple attelles, VFI, oxygène et planche dorsale.

Pour les volets piscine-physique et plage, les athlètes doivent posséder leur propre équipement. Ils sont responsables de fournir des équipements respectant les dernières normes du **Manuel de l'ILS**. Les mannequins, les obstacles et les bouées tubes (et les cordes pour le volet physique / et les bâtons pour le volet plage) seront fournis par le comité organisateur. Les grandeurs respecteront les standards du Manuel de l'ILS.

Les athlètes doivent ainsi fournir leurs propres palmes et tous autres articles nécessaires à la nage. Notez que les athlètes participant à une épreuve en équipe seront disqualifiés s'ils ne sont pas identifiés avec le même bonnet de bain aux couleurs de leur club. Dans l'éventualité où un club accrédité manque de matériel pour organiser une compétition, la Société de sauvetage peut vous en faire le prêt gratuitement.

La section suivante présente la majeure partie des normes à respecter concernant le matériel. Cependant, vous devez toujours vous référer au descriptif de chaque épreuve dans la dernière version du Manuel de l'ILS, sections 8.

Pour connaître les normes sur les installations recevant les épreuves (bassin et plage), vous devez consulter le Manuel de l'ILS, section 8.

### 4.2 Liste d'équipements pour le volet piscine-technique

#### 4.2.1 Seniors

Afin de se rapprocher le plus possible de la réalité, les compétiteurs ne peuvent sortir du matériel de leur trousse avant le signal annonçant le début de l'épreuve.

Il est de la responsabilité de l'équipe de fournir l'équipement suivant :

- masques de poche
- sifflets
- objets flottants

Maximum permis :

- 4 couvertures
- 4 trousse de premiers soins (un « sac de hockey » est permis)\*
- 8 attelles (4 pour les jambes et 4 pour les bras)
- 1 planche dorsale en bassin de 25 m et 2 planches dorsales en bassin de 50 m

\* Seulement l'équipement requis pour l'épreuve est permis dans le sac. Toutefois, le comité organisateur peut imposer du matériel supplémentaire (fourni) selon l'épreuve.

Le comité organisateur du COS fournira une (1) planche dorsale aux équipes qui en auront besoin.

#### 4.2.2 Juniors

Il est de la responsabilité de l'équipe de fournir l'équipement suivant :

- masques de poche
- sifflets
- objets flottants
- 1 trousse de premiers soins

#### 4.3 Normes des équipements pour les volets piscine-physique et plage

##### 4.3.1 Les mannequins

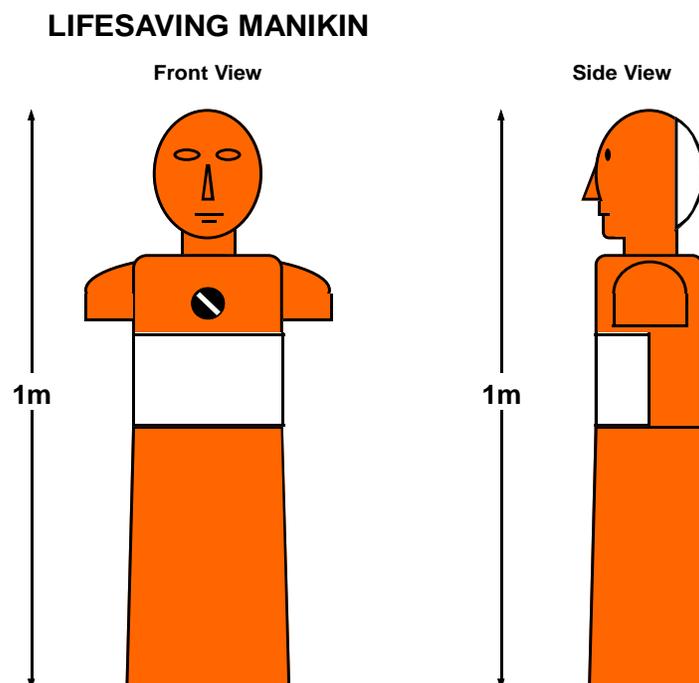
**La fabrication** : Les mannequins doivent être fabriqués en plastique du genre PITET et être hermétiques (ex. pouvoir être remplis d'eau et scellés pour la compétition). Pour les compétitions régionales, les mannequins de pratique de la compagnie *Aquam* utilisés par exemple pour les formations de Sauveteur national, peuvent être utilisés.

**La hauteur** : Le mannequin doit mesurer 1 mètre de haut.

**La couleur** : L'arrière de la tête du mannequin doit être peint d'une couleur contrastante avec le reste du mannequin et de l'eau.

**La ligne transversale** : Une ligne transversale de couleur contrastante doit être peinte sur le milieu du corps du mannequin (à 40 cm du bas du corps du mannequin à 55 cm de la tête).

**Profondeur** : Lorsque le mannequin est plein, il doit se situer à une profondeur entre 1.8 m et 3 m. Si le bassin est plus profond, un dispositif doit être utilisé afin d'assurer la bonne profondeur du mannequin.



### 4.3.2 Les bouées tubes

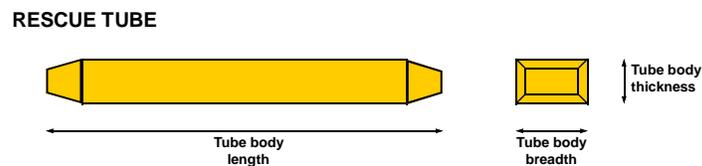
**La flottabilité** : Les bouées tubes devraient avoir un facteur de flottabilité d'au moins 100 newtons en eau fraîche.

**La couleur** : Le corps de la bouée tube devrait être d'un rouge, jaune ou orange qui ne déteindront pas (couleur imprégnée, peinte ou couverte).

**La flexibilité** : Le corps de la bouée tube doit être suffisamment flexible pour pouvoir l'enrouler sur elle-même.

**La résistance** : Le filet, la bretelle et les garnitures doivent pouvoir résister sans dommage à une pression de 1 000 livres dans un sens longitudinal.

#### Dimension / conception

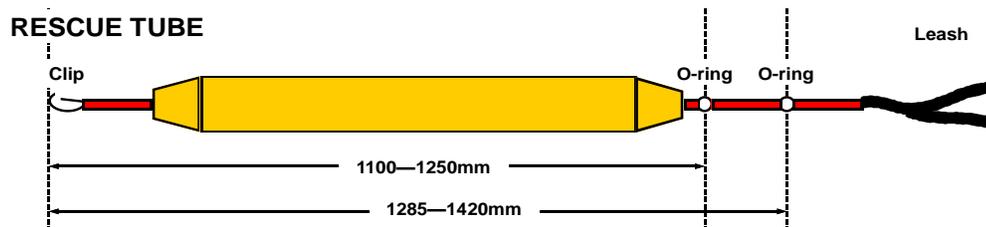


Caractéristiques pour le corps de la bouée tube (l'élément flottant) :

**Longueur** : au moins 875 mm; pas plus de 975 mm

**Largeur** : maximale de 150 mm

**Épaisseur** : maximale de 100 mm



La distance entre les extrémités du mousqueton et le premier joint torique doit avoir au moins 1 100 mm et pas plus de 1 250 mm. La distance entre les extrémités du mousqueton et le deuxième joint torique doit avoir au moins 1 285 mm et pas plus de 1 420 mm.

**La bretelle** : La bretelle doit mesurer au moins 1 900 mm et pas plus de 2 100 mm. La bretelle doit être fabriquée d'une corde synthétique qui a été traitée pour résister aux rayons ultraviolets.

**Les sangles** : Les sangles utilisées pour attacher les joints toriques et le mousqueton au corps de la bouée tube doivent être faites de nylon tressé de 25 mm de large (en fibre synthétique).

**Le cordon** : Les sangles pour le cordon doivent être de nylon tressé de 50 mm de large et d'au moins 1 150 mm et pas plus de 1 300 mm.

**Les joints toriques** : Les joints toriques seront faits en laiton, en acier inoxydable ou en nylon. S'ils sont faits de nylon, ils devront avoir été traités pour résister aux rayons ultraviolets. Les joints toriques auront 37,5 mm de diamètre, n'auront pas de rebords coupants ou de protubérances sur lesquels les athlètes ou les victimes pourraient se couper ou se blesser.

**Le mousqueton** : Le mousqueton sera fait en laiton ou en acier inoxydable KS2470-70 et mesurera 70 mm en tout. Il n'aura pas de rebord coupant ou de protubérance sur lesquels les athlètes ou les victimes pourraient se couper ou se blesser.

#### 4.3.3 Les palmes

Les équipes doivent apporter leurs propres palmes. Les palmes sont mesurées lorsqu'elles ne sont pas portées. Les palmes utilisées lors des compétitions doivent respecter les dimensions suivantes :

##### Pour les catégories Juniors

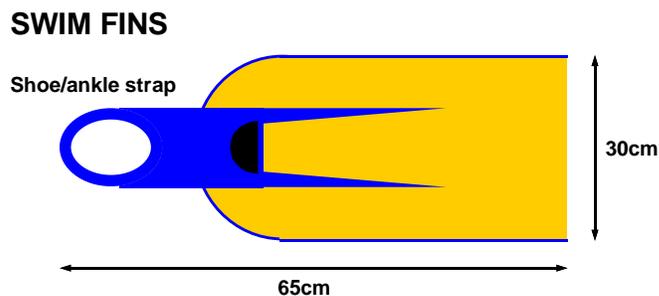
**Longueur** : pas plus de 60 cm, incluant le soulier ou la courroie pour la cheville (lorsque celle-ci est étirée)

**Largeur** : pas plus de 21 cm au point le plus large de la voilure

##### Pour les catégories Seniors et Maîtres

**Longueur** : pas plus de 65 cm, incluant le soulier ou la courroie pour la cheville (lorsque celle-ci est étirée)

**Largeur** : pas plus de 30 cm au point le plus large de la voilure



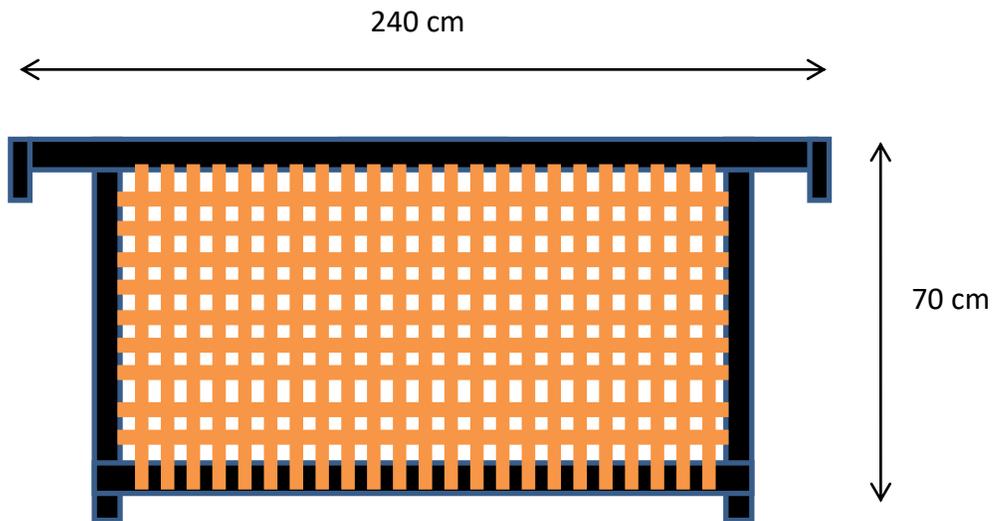
#### 4.3.4 Les obstacles

Les obstacles de compétition peuvent être fabriqués par le club ou achetés chez un fournisseur comme *Aquam*. Pour plus de détails, contactez le coordonnateur au sauvetage sportif de la Société de sauvetage.

##### Pour toutes les catégories

Largeur : 240 cm ( $\pm 3$  cm), le maximum étant la largeur du couloir de nage.

Profondeur : 70 cm ( $\pm 1$  cm)



Notez que la ligne supérieure de l'obstacle doit être au niveau de l'eau et clairement visible pour les compétiteurs. L'intérieur de l'obstacle doit être rempli de façon à empêcher qu'un athlète puisse y passer. Les obstacles doivent être fixés entre eux de façon linéaire. Il est également possible de les fixer individuellement aux câbles séparant les couloirs de nage.

Pour plus de détails sur les obstacles, consultez la section 8.8 du *Manuel de l'ILS*.

#### 4.3.5 Les cordes

Voici la longueur des cordes qui doivent être utilisées par les athlètes, pour les épreuves du *Lancer de précision* et *Lancer de la corde*. Toutes ces cordes doivent flotter à la surface de l'eau.

##### Pour la catégorie 11 ans et -

Diamètre : 8 mm ( $\pm$  1 mm)

Longueur : 7 m ( $\pm$  10 cm)

##### Pour la catégorie 12-13 ans

Diamètre : 8 mm ( $\pm$  1 mm)

Longueur : 10 m ( $\pm$  10 cm)

##### Pour la catégorie 14-15 ans :

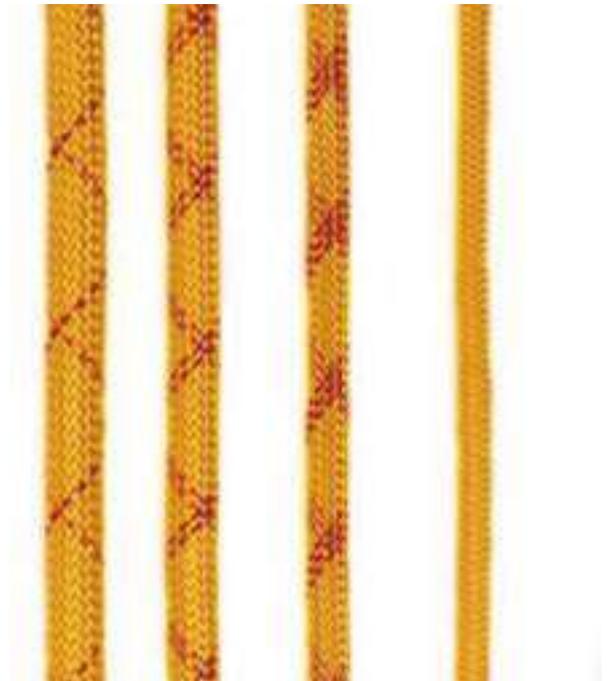
Diamètre : 8 mm ( $\pm$  1 mm)

Longueur : 13 m ( $\pm$  10 cm)

##### Pour les catégories Seniors et Maîtres :

Diamètre : 8 mm ( $\pm$  1 mm)

Longueur : entre 16.5 m et 17.5 m



#### 4.4 Uniformes et maillots de bain

Les membres d'une équipe et/ou d'un club doivent porter un uniforme qui est approprié à la discipline du sauvetage et qui les distingue des autres équipes et/ou clubs.

Chaque équipe doit avoir des maillots de bain convenables pour une compétition. Il est obligatoire que tous les athlètes participant à une épreuve en équipe soient identifiés par le même bonnet de bain aux couleurs de leur club. Les maillots ne doivent en aucun cas fournir à l'athlète une aide de flottaison.

Pour le volet piscine-technique, il est permis aux équipes d'avoir un t-shirt ou une veste sans manche par-dessus leur maillot.

Notez que certains styles de maillots de bain ne sont pas permis. Pour plus d'informations, consultez la section 8.13 Manuel de l'ILS.

## 4.5 Aquaplane

**Fabrication** : Pour les détails de fabrication ou pour vous procurer un aquaplane, consultez le site Internet de l'entreprise *Aquam*. Pour plus de détails, consultez la section 8.4 du *Manuel de l'ILS*.

### Dimensions

#### Pour la catégorie Juniors

Poids : 4,5 kg (minimum)

Longueur : 2,6 m (maximum)

#### Pour la catégorie Seniors

Poids : 7,6 kg (minimum)

Longueur : 3,2 m (maximum)



Note : Un jeune sauveteur qui préférerait utiliser un aquaplane « adulte » peut le faire à la condition que l'équipement respecte les critères.

#### 4.6 Surf-ski

**Fabrication** : Pour les détails de fabrication ou pour d'autres informations, consultez la section 8.10 du Manuel de l'ILS.

**Poids** : 18 kg (minimum)

**Longueur** : 5,8 m (maximum)

**Largeur** : 480 mm (minimum au point le plus large de l'embarcation)



#### 4.7 Combinaison isothermique

Les combinaisons isothermiques ou en néoprène seront **obligatoires** dans les épreuves en eaux libres si la température de l'eau est de **13 degrés Celsius ou moins**. Contrairement à l'épaisseur maximale mentionnée dans le Manuel de l'ILS, section 8.16, l'épaisseur maximale permise aux Championnats québécois de sauvetage en plage est de 5 mm.

Veillez noter qu'il n'est pas permis de porter uniquement la culotte de la combinaison isothermique.

## Section 5

### Procédures et compilation



## 5. PROCÉDURES ET COMPILATION

### 5.1 Procédures d'urgence

Lors de situations d'urgence, vous devez réagir dans la mesure de vos compétences et vous devez vous joindre aux sauveteurs du site hôte rapidement, de manière professionnelle et courtoise. Dans la situation où il y aurait une vraie victime (cas non prévu), un arrêt de la situation permettra aux organisateurs de transférer la victime des mains des compétiteurs aux surveillants-sauveteurs de l'organisme hôte. Une reprise au même endroit sera faite dans des délais raisonnables.

Si un compétiteur se blesse pendant une épreuve, un arrêt de quelques secondes sera fait afin d'évaluer la situation. Si la situation est mineure, l'épreuve continuera telle quelle et l'équipe aura la responsabilité de s'occuper du sauveteur blessé. Pour une situation majeure, une rencontre entre l'équipe et les organisateurs permettra soit une reprise à l'endroit arrêté, soit l'arrêt de la situation (les points accumulés seront retenus pour le pointage de l'équipe).

Il est à noter que pour des compétitions homologuées, par exemple aux niveaux provincial et national, les organisateurs doivent élaborer un plan d'urgence développé en lien avec les procédures d'urgence de l'installation hôte.

### 5.2 Salles d'isolement (lock-up) pour le volet piscine-technique

Les équipes en salle d'isolement ne peuvent parler à personne de l'extérieur, exception faite des responsables et des bénévoles des championnats. Seulement les personnes autorisées pourront entrer dans la pièce une fois que la salle d'isolement aura été fermée. Les équipes seront escortées pour sortir de la salle d'isolement.

Seulement les entraîneurs possédant une accréditation valide émise par la Société de sauvetage pourront y accompagner leur équipe.

L'utilisation de tout matériel électronique (téléphone mobile, ordinateur, etc.) permettant aux compétiteurs de communiquer de quelque manière que ce soit est interdite.

### 5.3 Protêt

Un protêt est une demande faite par une équipe ou un athlète pour qu'il y ait une révision, un examen et/ou une remise en question de la décision d'un officiel ou d'un aspect des championnats. Les compétiteurs doivent soumettre un protêt uniquement après avoir réfléchi en se basant sur les faits et les règlements, et en reconnaissant les efforts du comité organisateur des championnats pour offrir une compétition juste.

L'équipe de gestion des championnats se réserve le droit d'annuler, modifier ou apporter des changements aux règlements, critères, horaires ou autres questions, si elle le juge nécessaire. Toutes les mesures possibles seront appliquées pour que les capitaines de chaque équipe soient informés de tels changements. Le cas échéant, des protêts concernant les décisions prises par le comité de gestion des championnats ne seront pas pris en considération.

De plus, le déroulement des épreuves et l'aire de la compétition peuvent également être différents de la description apparaissant dans ce manuel, si le juge considère que ces changements sont nécessaires, et en autant que les équipes soient prévenues de ces changements avant le début de l'épreuve.

### 5.3.1 Dépôt d'un protêt

Les conditions relatives au dépôt d'un protêt sont les suivantes :

1. Seulement les capitaines et les entraîneurs des équipes peuvent déposer un protêt. Le juge en chef informera, par le biais de l'agent de liaison, le capitaine de l'équipe ayant déposé le protêt de la décision qui aura été prise concernant son protêt.
2. Dépôt d'un protêt avant une épreuve : Un protêt concernant les conditions régissant le déroulement d'une épreuve doit être déposé verbalement avant le début de cette épreuve. Avant le rassemblement pour l'épreuve en question, le juge en chef ou le responsable en charge de l'épreuve annoncera aux athlètes participant à cette épreuve qu'un protêt a été déposé.
3. Dépôt d'un protêt après une épreuve : Une équipe désirant déposer un protêt doit premièrement en aviser l'agent de liaison au maximum 15 minutes après la fin de l'épreuve en question. Le protêt doit être ensuite écrit sur le « *Formulaire de protêt* » (Annexe 1) et remis personnellement à l'agent de liaison au plus tard une demi-heure après la fin de l'épreuve. Un protêt non soumis dans le délai prescrit sera rejeté, même s'il aurait autrement été valide.
4. Suite au dépôt d'un protêt par le capitaine ou l'entraîneur de l'équipe, le juge en chef, le directeur de la rencontre ainsi que le responsable de l'épreuve se réuniront pour évaluer la situation.
5. Un protêt doit être accepté ou rejeté. L'agent de liaison informera le capitaine ou l'entraîneur de l'équipe ayant déposé le protêt, aussitôt que possible, de la décision qui aura été prise concernant son protêt. En aucun cas, le juge en chef n'argumentera la décision avec l'entraîneur ou avec le capitaine.
6. Si un protêt est accepté, toutes les équipes touchées par la décision doivent en être avisées.
7. Les vidéos ne peuvent pas être soumises à l'appui d'un protêt.
8. Il n'est pas permis de déposer un protêt qui questionnerait spécifiquement les décisions prises par un juge pour ce qui est de l'ordre d'arrivée d'une épreuve.
9. Les notes rendues par un juge sont sans appel.
10. Il n'est pas possible de faire appel ou de déposer un protêt pour les décisions relatives à l'ordre de passage, qu'elles aient été prononcées par un juge ou par le biais de l'équipement électronique.
11. Aucun protêt collectif ne sera accepté.

### 5.3.2 Procédure d'appel d'un protêt

Il est possible pour les entraîneurs d'aller en appel d'un protêt lors de championnats. Le coût de cette procédure est de 50 \$ et ce montant sera remboursé si l'appel est accepté.

Le Comité d'appel sera formé de 3 personnes incluant : le coordonnateur au sauvetage sportif de la Société de sauvetage, un membre de la direction de la Société de sauvetage et le responsable de rencontre.

Dans le cas où l'une de ces personnes ne serait pas disponible, un membre du conseil d'administration ou du personnel de la Société de sauvetage peut servir de remplaçant.

## 5.4 Compilation

### 5.4.1 Finales directes

Si le nombre d'inscriptions est insuffisant pour justifier la tenue de préliminaires pour quelle catégorie que ce soit (Juniors, Seniors ou Maîtres), les épreuves de cette catégorie se dérouleront en finales directes. Les organisateurs d'une compétition peuvent également décider de tenir toutes les épreuves en finales directes pour des raisons d'horaire.

### 5.4.2 Ordre de passage et positionnement des athlètes

Pour le volet piscine-technique, l'ordre de passage sera choisi de façon aléatoire.

Pour les épreuves du volet piscine-physique, les athlètes seront assignés à une vague de départ et un couloir de nage. Cette assignation sera faite en fonction des temps fournis par les athlètes, lors des inscriptions. Sur une même vague de départ, les athlètes avec les temps les plus rapides seront dans les couloirs au centre du bassin. Ainsi, ils seront assignés par ordre croissant à partir du centre jusqu'aux couloirs extérieurs. Si une épreuve comprend plusieurs vagues de départ, les athlètes les plus rapides seront toujours sur la dernière vague. Un athlète qui ne fournit pas de temps (No Time ou NT) lors de son inscription, se verra automatiquement assigner à la première vague et dans un couloir extérieur.

Pour les épreuves du volet plage, la position des athlètes sera déterminée de façon aléatoire à l'aire de rassemblement.

### 5.4.3 Pointage en fonction du rang

<i>RANG</i>	<i>POINTS</i>	<i>RANG</i>	<i>POINTS</i>
1	20	9	8
2	18	10	7
3	16	11	6
4	14	12	5
5	13	13	4
6	12	14	3
7	11	15	2
8	10	16	1

### 5.4.4 Pondération des épreuves piscine-technique

#### Seniors

Surveillance	35 %
Premiers soins	30 %
Priorité	20 %
Épreuves physiques	3 x 5 %

#### Juniors

Sauvetage	35 %
Premiers soins	30 %
Priorité	20 %
Épreuves physique	3 x 5 %

### 5.4.5 Pondération des épreuves pour les volets piscine-physique et plage

Pour ces volets, toutes les épreuves ont la même valeur. Lors des relais ou épreuves en équipes, les points sont attribués une seule fois au club en fonction du rang de l'équipe et non à chaque participant de l'équipe.

## 5.5 Détermination du gagnant

### 5.5.1 Volet piscine-technique

L'équipe ou l'athlète qui accumule le plus de points lors d'une épreuve gagnera celle-ci. L'équipe ou l'athlète qui accumule le plus de points au cours de toute la compétition gagne la compétition dans sa catégorie d'âge.

## 5.5.2 Volets piscine-physique et plage

L'équipe ou l'athlète qui obtient le meilleur temps en finale A (piscine) ou la meilleure position (plage) lors d'une épreuve finale, gagnera celle-ci. Le club qui accumule le plus de points au cours de toute la compétition gagne la compétition dans sa catégorie d'âge.

## 5.5.3 Championnats québécois de sauvetage

Pour chaque volet du sport, la Société de sauvetage organise des compétitions au niveau provincial : des Championnats québécois de sauvetage (CQS) pour les volets piscine-technique, physique et plage.

Lors des CQS - Technique, une bannière de champions provinciaux sera remise pour couronner l'équipe Seniors ainsi que le club Jeunes sauveteurs ayant accumulé le plus de points.

L'équipe Seniors gagnante ainsi que l'équipe qui aura remporté la Coupe hivernale aura l'opportunité d'être financée (en partie) par la Société de sauvetage pour représenter le Québec aux Championnats canadiens -Technique.

Lors des CQS- Physique et des CQS- Plage, une bannière de champions provinciaux sera remise aux clubs ayant accumulé le plus de points pour chacune des catégories suivantes : Juniors, Seniors et Maîtres. Un comité fera la sélection individuelle des athlètes qui représenteront le Québec aux Championnats canadiens.

Notez qu'un minimum de 4 clubs/équipes différents doivent être inscrits dans une même catégorie pour qu'une bannière de champions provinciaux soit décernée.

## 5.5.4 Sélection des finalistes

### Épreuves piscine-technique

La ronde préliminaire retiendra les 6 meilleures équipes ou athlètes ayant obtenu le plus de points. Dans le cas où le nombre d'équipes ne serait pas mentionné avant le début de la compétition, 6 équipes seront retenues en finale. Une seule équipe de démonstration sera choisie.

Un tirage au sort sera fait pour déterminer l'ordre de passage lors de la ronde préliminaire. Lors des finales, les équipes passeront par ordre décroissant, soit l'équipe qui aura obtenu le moins de points en préliminaire passera en premier.

### Épreuves piscine-physique

Les équipes de relais ou les athlètes ayant les 8 meilleurs temps seront retenus en finale. Notez que le nombre d'équipes peut varier entre 6 et 10, en fonction du nombre de couloirs de piscine disponibles lors des compétitions régionales.

Lors des CQS, les 16 meilleurs temps préliminaires seront retenus et répartis sur 2 finales : A et B. Les 8 meilleurs temps participeront à la finale A. Les points servant à déterminer le club gagnant sont distribués pour chaque épreuve aux 16 finalistes selon le principe suivant : les participants de la

finale A sont assurés de récolter les rangs 1 à 8 du classement en fonction de leurs temps, et les participants de la finale B se disputent les rangs 9 à 16. Ainsi, un participant de la finale B peut enregistrer le meilleur temps parmi tous les finalistes, mais il obtiendra le 9<sup>e</sup> rang pour la récolte des points. Seuls les 3 meilleurs temps de la finale A obtiendront des médailles.

### Épreuves plage

Étant donné le nombre d'athlètes alloués sur la ligne de départ pour une vague, il est fréquent que les épreuves soient en finales directes. Pour connaître le nombre d'athlètes permis pour un départ, vous devez consulter la section 4.4.5 du Manuel de l'ILS.

Si le nombre d'inscriptions pour une épreuve est supérieur au nombre permis, le nombre de participants sera divisé en plusieurs vagues de façon à sélectionner les meilleurs compétiteurs de chaque vague, afin de constituer la vague de finalistes en fonction du nombre de compétiteurs permis dans le Manuel de l'ILS.

## 5.6 Vérification des grilles d'évaluation piscine-technique

### 5.6.1 Seniors

Immédiatement après chaque épreuve, le capitaine ou l'entraîneur de l'équipe doit se rendre à la zone de vérification des grilles d'évaluation. Le capitaine ou l'entraîneur se doit d'avoir en sa possession sa propre calculatrice et un crayon rouge. Un temps limite pourrait être imposé.

Les trois étapes suivantes doivent être respectées :

1. Compilation des grilles par le compilateur de l'épreuve. (crayon noir)
2. Le capitaine ou l'entraîneur doit approuver les calculs et signer chacune des grilles. Le comité organisateur se réserve le droit d'accélérer le processus. (crayon rouge)
3. Vérification des grilles par le responsable de la compilation. En cas de disparité, le capitaine ou l'entraîneur en sera informé. (crayon vert)

Aucune modification ou vérification ne sera faite suite à ces trois étapes.

### 5.6.2 Juniors

Les grilles ne sont pas compilées par l'entraîneur. Elles seront compilées par le responsable de la compilation et seront vérifiées par un autre compilateur avant de saisir les données dans le programme informatique.

## 5.7 Procédure de plongeon pour le départ

Lors des Championnats provinciaux aucun faux départ ne sera permis :

1. Après le signal de l'officiel (long coup de sifflet), les compétiteurs doivent monter sur les plots de départ et y demeurer.
2. Au commandement verbal du juge de départ « À vos marques », les compétiteurs doivent **immédiatement se placer en position de départ avec au moins un pied à l'avant du plot de départ** et demeurer immobiles. La position des mains **n'est pas prise en compte**. Lorsque tous les compétiteurs sont immobiles, le juge de départ donne le signal de départ.
3. Si le signal sonore du départ retentit avant que la disqualification ne soit déclarée, la course continuera et le(s) compétiteur(s) fautif(s) seront disqualifié(s) à la fin de la course.
4. Si la disqualification est déclarée avant que le signal de départ ne soit donné, celui-ci ne sera pas donné et les compétiteurs qui demeurent en course seront rappelés, auront droit à une explication et pourront effectuer un autre départ.
5. Le signal pour un faux départ sera le même que pour un départ mais répété une seconde fois en **laissant tomber la corde des faux départs**. En **alternative, si l'officiel responsable de l'épreuve** décide que le départ est non-conforme, il sifflera un coup de sifflet qui sera immédiatement suivi par un deuxième signal acoustique du juge de départ, qui laissera également tomber la corde des faux départs.

## 5.8 Spécification pour les victimes « tardives » du volet piscine-technique

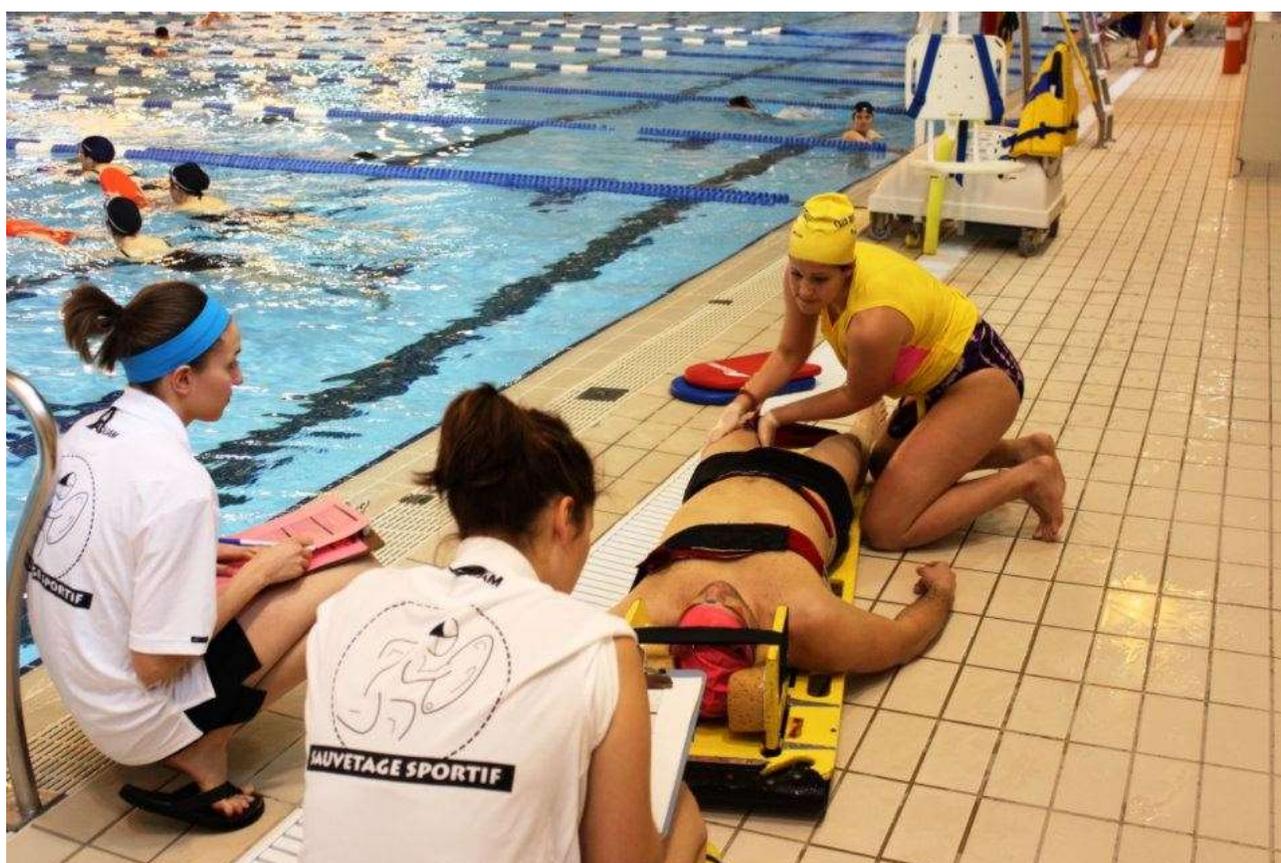
Lors d'une mise en situation, si un figurant agit à titre d'aide et qu'il ne présente aucun signe et symptôme, **et qu'il devient par la suite une victime**, les traitements entrepris avant les premiers signes et symptômes ne seront pas comptabilisés. La grille d'évaluation débute au moment où celui-ci commence à simuler.

## 5.9 Égalité

Il n'y aura pas de changement apporté aux épreuves qui se terminent avec une égalité. Les équipes et/ou les jeunes sauveteurs qui créeront cette égalité, se mériteront les mêmes points pour l'épreuve en question et/ou pour le classement final.

## Section 6

### Épreuves piscine-technique



## 6. ÉPREUVES PISCINE-TECHNIQUE

### 6.1 Seniors

#### 6.1.1 Surveillance

##### Description de l'épreuve

Les équipes ont entre 30 et 60 secondes pour s'installer sur l'enceinte de la piscine, le tout est laissé à la discrétion du comité organisateur en autant que ceux-ci le précisent lors de la réunion des capitaines. Aucune situation d'urgence ne se produira pendant le temps de préparation.

Par la suite, les équipes ont entre 5 et 8 minutes pour réagir à des incidents réalistes pouvant survenir lors de la surveillance d'un bain public ou d'une pataugeoire. Tous les types d'incidents doivent se retrouver dans les grilles de traitements. Par exemple, les incidents pourraient concerner des relations publiques, des soins d'urgence aquatique ou une fouille des installations.

Pour les compétitions régionales, les situations d'urgence lors des préliminaires et des finales directes auront au maximum 10 victimes, incluant les relations publiques.

Lors de la ronde finale provinciale, le nombre de victimes sera laissé à la discrétion du comité organisateur.

##### Modalités générales

- Les équipes n'ont pas la possibilité de prévenir les incidents. Les équipes seront informées des accidents qui se produiront à l'extérieur du pourtour de la piscine.
- Évacuer la piscine ne suffit pas à prévenir les cas.
- À un endroit prédéterminé, un officiel indiquera aux équipes, à l'aide d'une affiche, si la piscine est « évacuée partiellement » ou « évacuée totalement ». Chaque fois que l'officiel considérera que l'équipe a évacué la piscine, il montrera l'affiche « partielle ou totale ».
- Les victimes de la ronde préliminaire doivent être à la vue des compétiteurs (aucun cas caché).
- Les équipes auront un temps déterminé pour évaluer et traiter chacune des victimes (temps fixe ou continu).
- Dans le cas de victimes continues, il y aura un temps précis de simulation pour découvrir la victime. Après quoi, la victime arrêtera de simuler. Par exemple, un non-nageur qui débute à 1:00 minute simulera au maximum jusqu'à 2:00 minutes.
- Les coéquipiers doivent pouvoir s'entraider en tout temps.

## 6.1.2 Premiers soins

### Description de l'épreuve

Les équipes ont entre 5 et 8 minutes pour réagir à des incidents réalistes pouvant survenir lors du travail d'un surveillant-sauveteur. Tous les types d'incidents doivent se retrouver dans les grilles de traitement.

Pour les compétitions régionales, les situations d'urgence lors des préliminaires et des finales directes auront au maximum 8 victimes, incluant les relations publiques.

Lors de la ronde finale provinciale, le nombre de victimes sera laissé à la discrétion du comité organisateur.

### Modalités générales

- Les coéquipiers doivent pouvoir s'entraider en tout temps.
- Les équipes devront traiter chacune des victimes, et ce, durant toute la situation à moins que le contexte de la situation ne l'empêche.



### 6.1.3 Priorité

#### Description de l'épreuve

Les équipes doivent déplacer les victimes dans un lieu sécuritaire (préalablement établi par le comité organisateur). Le temps donné variera entre 1:30 et 2:00 minutes pour un bassin de 50 m. Tous les **types d'incidents doivent se retrouver dans l'un** des manuels suivants publiés par la Société de sauvetage, soit *Alerte, la pratique de la surveillance aquatique*, le *Manuel canadien de sauvetage* et le *Manuel canadien de premiers soins*.

La situation sera réaliste et sécuritaire. Les victimes porteront très peu ou pas de maquillage. Des mannequins pourront simuler des victimes inconscientes présentant des changements (ex. obstruction des voies respiratoires (OVR), arrêt respiratoire (AR), arrêt cardiaque (AC)).

Sous la direction d'un capitaine d'équipe (leader), l'équipe doit secourir le plus de victimes possible dans le temps alloué pour le faire. Chaque compétiteur doit faire appel aux notions de base du sauvetage. Les compétiteurs ne doivent en aucun cas mettre leur vie en danger (approche échelonnée).

Le plan d'action devrait être établi de façon à contrôler la situation. Le but de ce plan est de préserver le plus de vies possible. Des choix judicieux doivent être faits lorsque le sauveteur se retrouve devant une situation où il y a plusieurs victimes. Les priorités des victimes vont selon l'ordre suivant :

**Priorité 1** : Nageur fatigué ou pouvant se déplacer seul

**Priorité 2** : Victime blessée ou non-nageur

**Priorité 3** : Victimes inconscientes, victimes qui ne respirent pas,  
Victimes suspectées de blessure à la colonne vertébrale

**Priorité 4** : Victimes submergées

Les compétiteurs doivent utiliser l'approche échelonnée pour secourir les victimes. Ces notions de base sont présentées à la section 4 du *Manuel canadien de sauvetage* (4-2 pour l'approche de la situation de sauvetage et 4-5 pour l'approche échelonnée).

#### Modalités générales

Les compétiteurs ne peuvent apporter aucun matériel (ex. lunettes de natation, vêtements, etc.) sur le site de la situation :

Aucun autre équipement que le maillot de bain, le bonnet de bain et des lunettes optiques n'est permis.

#### 6.1.4 Épreuves physiques - Seniors

Consultez la description des épreuves piscine pour la catégorie Seniors dans le **Manuel de l'ILS**, section 3, pour obtenir les différents détails des épreuves.

##### Précision pour le lancer de la corde

Chaque équipe Senior doit former 2 duos impliquant obligatoirement les 4 membres de l'équipe. Le choix des rôles (lanceur ou attrapeur) revient à l'entraîneur ou au capitaine de l'équipe.

Pour obtenir le classement officiel de l'équipe, chaque duo sera préalablement classé selon son temps et un pointage sera attribué aux 32 premiers duos. Un duo n'ayant pas terminé l'épreuve (DNF) se verra attribuer 0 point. Le nombre de points obtenus par les deux duos d'une équipe seront additionnés, et le total le plus élevé sera gagnant. En cas de disqualification d'un duo, l'équipe au complet est disqualifiée pour l'épreuve.



## 6.2 Juniors

### 6.2.1 Sauvetage / Surveillance

#### Description de l'épreuve

Le jeune sauveteur a entre 3 et 5 minutes pour réagir à un incident réaliste se déroulant devant lui. Le sauvetage demandera au jeune sauveteur des connaissances sur l'approche échelonnée et les premiers soins. Les habiletés et la forme physique seront aussi mesurées. Le jugement sera évalué entre autres lors de l'approche de la situation de sauvetage.

Tous les types d'incidents doivent se retrouver dans la liste des types de victimes autorisées pour les jeunes sauveteurs, tel que spécifié au point 6.2.5.

#### **Catégorie 11 ans et moins**

La situation comporte 1 victime à traiter et elle commence à simuler lors du début officiel de l'épreuve.

#### **Catégorie 12-13 ans**

La situation comporte de 1 à 3 victimes (maximum une victime majeure) à traiter par ordre de priorité. Les victimes commencent à simuler lors du début officiel de l'épreuve

#### **Catégorie Duo 14-15 ans**

La surveillance sera faite sous la forme d'une surveillance contrôlée. La situation comporte entre 4 et 7 victimes incluant des cas de relations publiques à traiter par ordre de priorité incluant un appel aux SPU pour les victimes majeures, qui peut être fait à n'importe quel moment au cours de la situation (jugement).

Les duos doivent avoir 30 secondes de préparation, comme pour les Seniors.

#### Modalités générales

- Pour les 11 ans et moins, la victime doit être située au minimum à 5 mètres du sauveteur.
- Dans le cas où la victime serait de taille et de poids supérieurs au jeune sauveteur, il pourra demander de l'aide pour sortir la victime de l'eau. La personne qui aidera, agira comme une personne du public sans formation.



## 6.2.2 Premiers soins

### Description de l'épreuve

Le jeune sauveteur a entre 4 et 5 minutes pour réagir à un incident réaliste pouvant survenir lors du travail d'un assistant surveillant-sauveteur.

Tous les types d'incidents doivent se retrouver dans la liste des types de victimes autorisées pour les jeunes sauveteurs, tel que spécifié au point 6.2.5.

### **Catégorie 11 ans et moins**

La situation comporte 1 ou 2 victimes à traiter incluant un appel aux SPU pour les victimes majeures, qui peut être fait à n'importe quel moment au cours de la situation (jugement).

### **Catégorie 12-13 ans**

La situation comporte entre 1 et 3 victimes à traiter par ordre de priorité incluant un appel aux SPU pour les victimes majeures, qui peut être fait à n'importe quel moment au cours de la situation (jugement).

### **Catégorie Duo 14-15 ans**

La situation comporte entre 4 à 6 victimes à traiter par ordre de priorité incluant un appel aux SPU pour les victimes majeures, qui peut être fait à n'importe quel moment au cours de la situation (jugement).

### Modalités générales

- Le jeune sauveteur ne peut pas emprunter de matériel durant la situation.



### 6.2.3 Priorité

#### Description de l'épreuve

Le jeune sauveteur a une minute et demie (1:30) pour secourir le maximum de victimes. L'assistant sauveteur ne peut en aucun cas mettre sa vie en danger. Les notions d'approche de la situation de sauvetage et d'approche échelonnée doivent être démontrées.

#### **Catégorie 11 ans et moins**

La situation comporte entre 3 et 5 victimes.

#### **Catégorie 12-13 ans**

La situation comporte entre 4 et 7 victimes.

#### **Catégorie Duo 14-15 ans**

La situation comporte entre 5 et 9 victimes.

#### Modalités générales

1. Toutes les règles énoncées à l'épreuve Priorité - Seniors sont en vigueur, à l'exception du travail en équipe.
2. Les compétiteurs ne peuvent apporter aucun matériel sur le site de la situation autre que le maillot et bonnet de bain.

#### 6.2.4 Épreuves physique – Juniors

Consultez la section 7 de ce document pour obtenir les détails sur les épreuves physiques.

##### Précision pour le lancer de la corde (14-15 ans)

Pour les 14-15 ans, les mêmes principes de disqualification que pour les seniors s'appliquent. Il n'y a qu'un seul lanceur. Voir les autres détails dans la Section 7 de ce manuel.

##### Précision pour le Relais portage (14-15 ans)

Faire référence à l'épreuve Seniors « Relais portage » ou « Mannikin Relay » dans le Manuel de l'ILS.

La distance totale est de 50 m avec un mannequin plein. Chaque membre du Duo fait 25 m de portage sans palmes en suivant tous les autres paramètres de l'épreuve Senior.

#### 6.2.5 Types de victimes autorisées pour les jeunes sauveteurs

Toutes les catégories d'âges devront se référer aux grilles de traitement.

**\*\* Exception : la brûle ne pourra être traitée que sur les mains pour les jeunes sauveteurs \*\***



## Section 7

### Épreuves piscine-physique Jeunes sauveteurs



## 7. ÉPREUVES PISCINE-PHYSIQUE

Légende	
	= Athlète
	= Mannequin maintenu à la verticale, face au mur de virage
	= Mannequin sur le dos
	= Obstacle et barre transversale
	= Cible
	= Corde à lancer
	= Palmes et bouée tube

Épreuves du volet piscine-physique		
Catégorie 11 ans et -	Catégorie 12-13 ans	Catégorie 14 -15 ans (H/F)
Obstacles (50 m)	Obstacles (50 m)	Obstacles (100 m)
Lancer de précision (4 m)	Lancer de précision (7 m)	Lancer de la corde (10 m)
Remorquage de mannequin ½ plein, avec palmes (50 m)	Remorquage de mannequin ½ plein, avec palmes (50 m)	Remorquage de mannequin ½ plein, avec palmes (100 m)
Portage de mannequin ½ plein, avec palmes (50 m)	Portage de mannequin ½ plein, avec palmes (100 m)	<b>Portage d'un mannequin plein, avec palmes (100 m)</b>
Portage de mannequin ½ plein (50 m)	Portage de mannequin ½ plein (50 m)	Portage de mannequin plein (50 m)
	Sauveteur d'acier (100 m)	Sauveteur d'acier (200 m)

## 7.1 Juniors

### 7.1.1 Obstacles

#### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète doit nager sur une distance de 50 m ou 100 m tout en passant sous des obstacles. (Manuel de l'ILS, section 3.7)

Bassin : 25 m

Position de départ : Au signal, l'athlète prend place sur le podium de départ et attend le signal de départ.

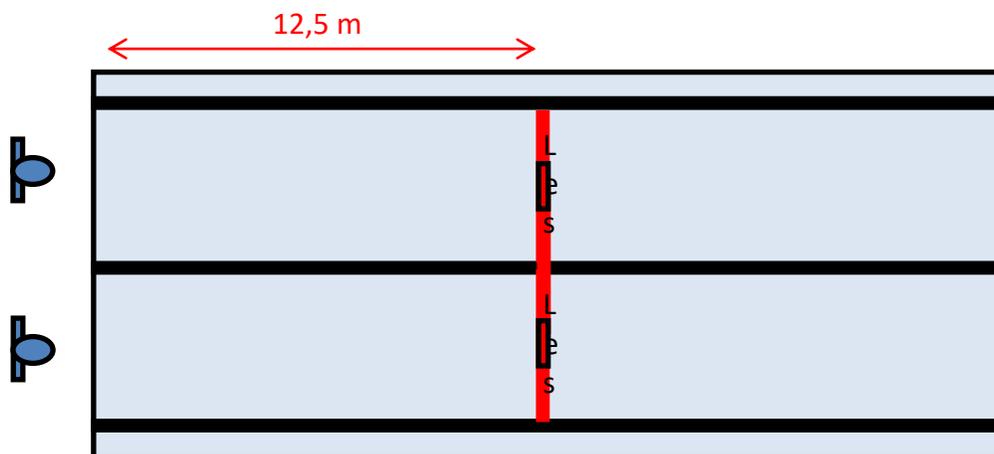
Déroulement (50 m) : Après le signal de départ, l'athlète plonge et nage 50 m. Sur cette distance, il doit passer 2 fois sous un obstacle positionné à mi-chemin du bassin (12,5 m).

Déroulement (100 m) : Après le signal de départ, l'athlète plonge et nage 100 m. Sur cette distance, il doit passer 4 fois sous un obstacle positionné à mi-chemin du bassin (12,5 m).

**Note :** Les athlètes doivent toujours faire surface avant et après chaque obstacle. Ainsi, un athlète doit faire surface après son plongeon de départ, avant de franchir le premier obstacle. De la même façon, il doit également faire surface après un virage avant de passer un obstacle. « Faire surface » indique que la tête de l'athlète brise la surface de l'eau.

**Adaptation en bassin de 50 m :** Il est possible de faire ces 2 épreuves en bassin de 50 m. Pour ce faire, des obstacles devront être positionnés à 12,5 m et à 37,5 m du départ.

Bassin 25 m



## Équipement

**Obstacles** : Les obstacles doivent être fixés entre eux et/ou aux câbles séparant les couloirs de nage. Les obstacles doivent tous être alignés de façon transversale à la piscine et visibles à la surface de l'eau.

Les obstacles ont une profondeur de **70 cm** et une largeur équivalente au couloir de nage utilisé.

## Disqualifications

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications reliées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document, ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 3.7.4.



## 7.1.2 Lancer de précision

### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète lance une corde non lestée en tentant d'atteindre une cible flottante à trois reprises dans un temps limite de 1:30 minutes.

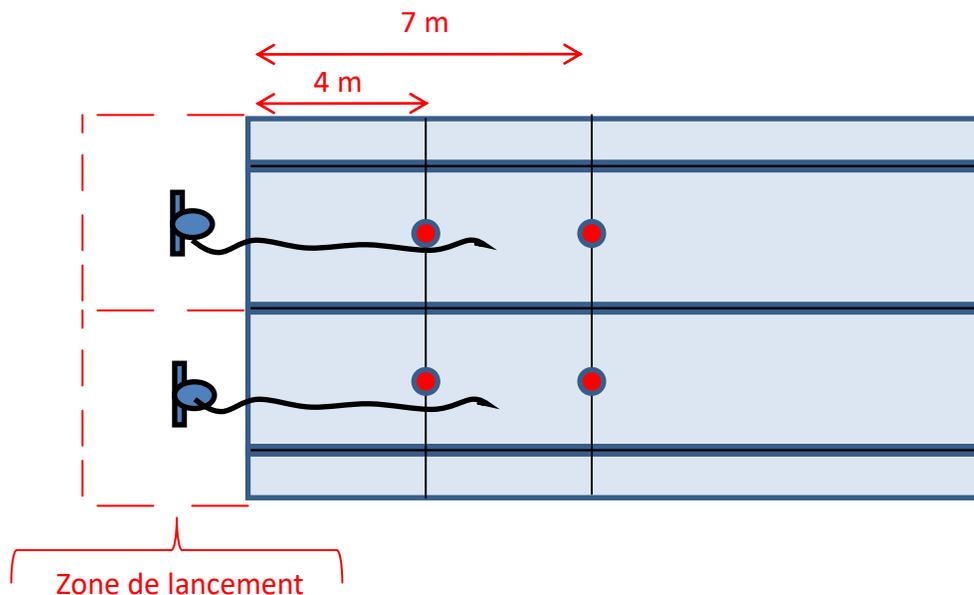
**Bassin :** 25 m ou 50 m

**Position de départ :** Au signal, l'athlète pénètre dans la zone de lancement face à la cible. L'athlète doit demeurer immobile avec les jambes et les bras collés le long du corps, en tenant une extrémité de la corde dans la main de son choix. La corde est étalée sur l'eau de façon à dépasser la cible dans son couloir.

**Zone de lancement :** L'athlète doit toujours garder 1 pied à l'intérieur de la zone de lancement tout au long de l'épreuve. La zone doit avoir une profondeur de 1,5 m à partir du bord de la piscine et être de la même largeur que le couloir contenant la cible.

**Déroulement :** Les athlètes doivent atteindre leur cible à trois reprises en 1:30 minutes ou moins. Si le lancer est trop court ou n'est pas dans le bon couloir, l'athlète doit récupérer la corde et la lancer à nouveau aussi souvent que nécessaire pendant les 1:30 minutes allouées. Les athlètes qui ne réussissent pas à atteindre leur cible à trois (3) reprises dans le temps alloué se verront attribuer la mention « N'a pas terminé » (DNF). Une mention DNF équivaut à une disqualification en termes de points. L'épreuve se termine dès que la cible est touchée 3 fois.

Bassin 25 m ou 50 m



## Équipement

**Cordes à lancer** : les cordes utilisées correspondent au même type de corde que pour l'épreuve du *lancer de la corde*, décrite dans le Manuel de l'ILS, section 4.13. Cependant, les cordes ont des longueurs différentes selon l'âge des athlètes :

	11 ans et moins	12-13 ans
Longueur de la corde	7 m	10 m

**Cibles** : La cible devra mesurer 40 cm x 40 cm x 40 cm (une différence de 2 cm est acceptable). La cible doit être fixée au centre du couloir de nage par un câble transversal et être positionnée à la distance suivante :

	11 ans et moins	12-13 ans
Du mur au centre de la cible	4 m	7 m

## Disqualifications

En plus des règlements généraux contenus dans le Manuel de l'ILS, section 2, les comportements suivants auront pour résultat une disqualification :

- Le lanceur met les 2 pieds en dehors de la zone de lancement après le départ et avant le signal indiquant la fin de l'épreuve (à 1:30 minutes).
- Ne pas compléter l'épreuve en respectant les règlements.



### 7.1.3 Lancer de la corde

#### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète lance une corde non lestée en tentant d'atteindre un coéquipier, accroché à une barre transversale rigide, afin de le remorquer au bord de la piscine en moins de 45 secondes. (Manuel de l'ILS, section 3.13)

**Bassin :** 25 m ou 50 m

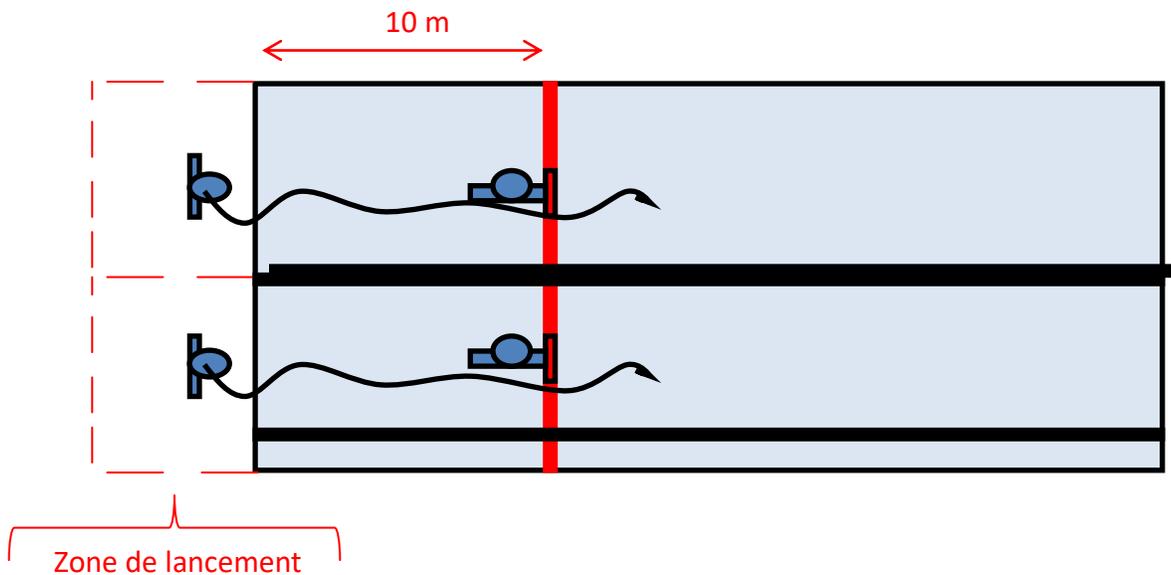
**Position de départ :** Au signal, l'athlète pénètre dans la zone de lancement face à la « victime ». L'athlète doit demeurer immobile avec les jambes et les bras collés le long du corps, en tenant une extrémité de la corde dans la main de son choix. La victime prend l'autre bout de la corde et pénètre dans l'eau pour se rendre à la barre transversale rigide, en prenant soin d'étirer la corde à son maximum au-dessus de cette barre.

**Zone de lancement :** L'athlète doit toujours garder 1 pied à l'intérieure de la zone de lancement tout au long de l'épreuve. La zone doit avoir une profondeur de 1,5 m à partir du bord de la piscine et être de la même largeur que le couloir contenant la cible.

**Déroulement :** Au signal, le lanceur tire la corde vers lui afin de pouvoir la relancer vers sa victime. La victime tente alors d'**attraper cette corde en ayant** toujours une main en contact avec le centre de la barre transversale. Si la corde est hors de portée de la victime et/ou dans un autre couloir, le lanceur doit tirer la corde et la relancer à nouveau. Lorsque la victime attrape la corde, le lanceur la remorque vers le mur. La victime doit alors être sur le ventre et avoir ses 2 mains sur la corde. Elle peut seulement utiliser ses jambes comme moyen de **propulsion**. **L'épreuve se termine lorsque la victime touche le mur.** Le temps maximum alloué est de **45 secondes**.

**Note :** Afin d'atteindre la corde, la victime peut tirer sur la barre rigide et/ou aller sous l'eau. La victime ne peut relâcher la barre transversale avant d'avoir une main sur la corde. Lorsque le lanceur tire la victime, celle-ci doit garder ses 2 mains sur la corde et peut seulement en retirer une pour toucher le mur d'arrivé. Lorsque la victime touche le mur, elle doit rester dans l'eau et attendre le signal avant de quitter sa position de façon à ne pas nuire aux autres équipes. De la même façon, le lanceur ne peut quitter la zone de lancement. Ces comportements entraîneront des disqualifications. **Les athlètes qui ne réussissent pas à terminer l'épreuve dans le temps alloué se verront attribuer la mention « N'a pas terminé » (DNF).** Un DNF équivaut à une disqualification en termes de point

**Volet Technique :** Il n'y a qu'un seul lanceur par Duo 14-15 ans.



### Équipement

**Cordes à lancer :** La longueur de la corde est de **13 m**. Pour plus de détails, vous pouvez également consulter la section 4.3.5 de ce document.

**Barre transversale :** La barre transversale doit se situer à une distance de **10 m**. Les obstacles sont souvent utilisés pour servir de barre transversale. Par exemple, ceux conçus par la compagnie *Aquam* ont une démarcation visuelle pour indiquer l'endroit où la victime doit les tenir. Pour plus de détails, consultez la section 4.3.4 de ce document.

### Disqualifications

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications liées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document, ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 3.13.3,

## 7.1.4 Remorquage de mannequin avec palmes

### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète doit nager sur une distance de 50 m ou 100 m avec des palmes. Sur cette distance, il devra récupérer un mannequin ½ plein à l'aide d'une bouée tube et le remorquer jusqu'au mur d'arrivée. (Manuel de l'ILS, section 3.11)

Bassin : 25 m

**Position de départ :** Au signal, l'athlète prend place sur le podium de départ avec ses palmes et sa bouée tube.

**Déroulement (50 m) :** Au signal de départ, l'athlète plonge et nage 25 m pour toucher le mur de virage. À ce moment, il doit récupérer le mannequin ½ plein maintenu en place par son coéquipier. La récupération doit se faire à l'intérieur d'une zone de 5 m à partir du mur de virage. Par la suite, l'athlète remorque le mannequin à l'aide de sa bouée tube sur les 25 m qui restent tout en respectant les critères de remorquage.

**Déroulement (100 m) :** Au signal de départ, l'athlète plonge et nage 75 m pour toucher le mur de virage. À ce moment, il doit récupérer le mannequin ½ plein maintenu en place par son coéquipier. La récupération doit se faire à l'intérieur d'une zone de 5 m à partir du mur de virage. Par la suite, l'athlète remorque le mannequin à l'aide de sa bouée tube sur les 25 m qui restent tout en respectant les critères de remorquage.

**Note :** Le mannequin doit être maintenu en position verticale et face au mur pour être relâché dès que l'athlète touche au mur de virage. Notez que pour la catégorie « 11 ans et – », le mannequin ½ plein est maintenu en surface sur le dos, les pieds au mur. Il ne peut pas être relâché avant que l'athlète touche le mur et doit rester en contact avec le mur jusqu'à ce moment. L'athlète doit toucher le mur avant de toucher le mannequin.

**Critères de remorquage :** Le compétiteur doit :

- La corde servant à remorquer le mannequin doit être complètement tendu avant que la tête du mannequin atteigne 10 m à partir du mur de virage.
- Les athlètes de la catégorie « 11 ans et - » doivent remorquer le mannequin en attachant la bouée tube à l'anneau situé sur la tête du mannequin.
- Les athlètes des catégories « 12-13 ans » et « 14-15 ans » doivent remorquer le mannequin en attachant la bouée tube autour du torse du mannequin et sous les épaules.

**\*VOIR LE DOCUMENT EN ANNEXE SUR LES DISQUALIFICATIONS EN LIEN AVEC LES MANNEQUINS\***



### Équipement

**Mannequins :** Le mannequin fait face au mur de virage et doit être rempli d'eau de façon à ce que la partie ventrale (blanche) soit complètement submergée. La ligne de flottaison doit donc être la démarcation supérieure de la section blanche. Notez que pour la catégorie « 11 ans et + », le mannequin ½ plein est maintenu en surface sur le dos, les pieds au mur. Pour plus de détails sur les mannequins, consultez la section 4.3.1 de ce document.

**Bouée tube :** Voir la section 4.3.2 de ce document.

**Palmes :** Voir la section 4.3.3 de ce document.

### Disqualifications

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications liées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document, ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 3.11.3.

**\*VOIR LE DOCUMENT EN ANNEXE SUR LES DISQUALIFICATIONS EN LIEN AVEC LES MANNEQUINS\***

## 7.1.5 Portage de mannequin avec palmes

### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète doit nager sur une distance de 50 m ou 100 m avec des palmes. Sur cette distance, il devra récupérer un mannequin et le porter jusqu'au mur d'arrivée. (Manuel de l'ILS, section 3.10)

Bassin : 25 m

Position de départ : Au signal, l'athlète prend place sur le podium de départ avec ses palmes.

Déroulement (50 m) : Au signal de départ, l'athlète plonge et nage 25 m pour récupérer le mannequin ½ plein maintenu à la surface par son coéquipier. Pour récupérer et porter le mannequin, les athlètes doivent respecter certains critères de portage. Cette récupération doit se faire à l'intérieur d'une zone de 5 m à partir du mur de virage. Par la suite, l'athlète transporte le mannequin sur 25 m.

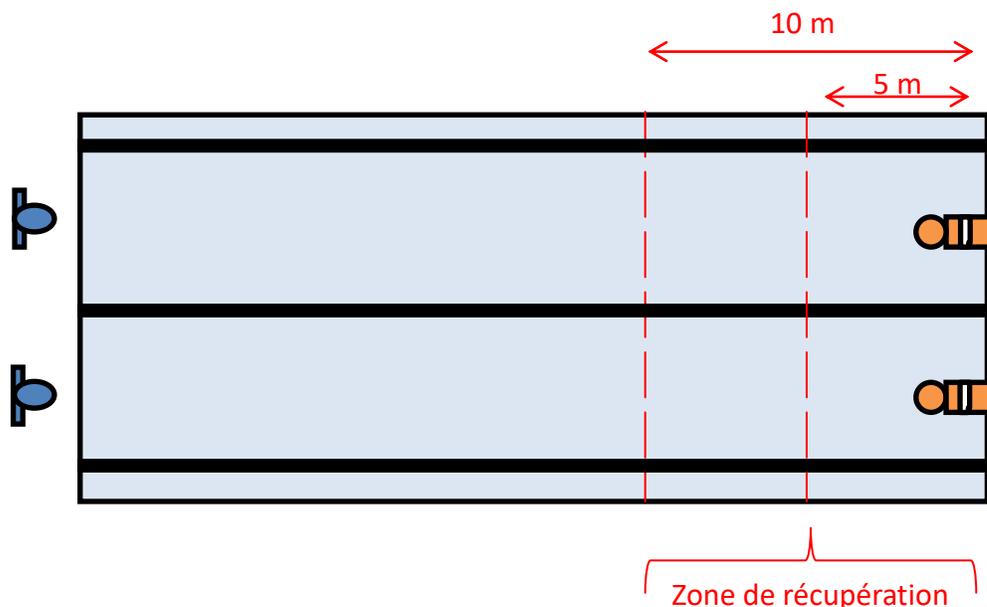
Note (50 m) : Le mannequin doit être maintenu en tout temps jusqu'à ce que l'athlète lui touche. L'athlète doit toucher le mur avant de toucher le mannequin. Le nez ou la bouche du mannequin doit rester hors de l'eau tout en respectant les critères de portage. Le mannequin est en surface sur le dos, les pieds en contact avec le mur.

Déroulement (100 m) : Au signal de départ, l'athlète plonge et nage 75 m pour récupérer le mannequin plein. Pour récupérer et porter le mannequin, les athlètes doivent respecter certains critères de portage. Cette récupération doit se faire à l'intérieur d'une zone de 10 m à partir du mur de virage. Par la suite, l'athlète transporte le mannequin sur 25 m.

Note (100 m) : L'athlète n'est pas tenu de toucher le mur avant de toucher le mannequin. Le nez ou la bouche du mannequin doit rester hors de l'eau tout en respectant les critères de portage. L'athlète peut également utiliser le fond de la piscine pour se pousser. Le mannequin est sur le dos et les pieds en contact avec le mur.

La catégorie d'âge « 12-13 ans » utilise un mannequin ½ plein maintenu en place de la même façon que pour l'épreuve sur 50 m. L'athlète doit toucher le mur avant de toucher le mannequin

Critères de portage : Dès que la tête du mannequin quitte la zone de récupération (5 m ou 10 m), le compétiteur doit respecter les critères de portage tels que démontrés dans le bulletin technique en annexe.



### Équipement

**Mannequins :** Pour l'épreuve 50 m, le mannequin est  $\frac{1}{2}$  plein et maintenu en place par un coéquipier. Pour l'épreuve 100 m, le mannequin est plein et situé à une profondeur entre 1,8 et 3 m. Le mannequin doit être positionné sur le dos et les pieds en contact avec le mur. Notez que pour la catégorie « 12-13 ans » le mannequin est  $\frac{1}{2}$  plein et doit donc être maintenu à la surface dans la même position. Pour plus de détails sur les mannequins, consultez la section 4.3.1 de ce document.

**Palmes :** Voir la section 4.3.3 de ce document.

### Disqualifications

En plus des règlements généraux, du déroulement de l'épreuve et des disqualifications liées à l'épreuve (traduction française en annexe de ce document ou en anglais dans le Manuel de l'ILS section, 3.10.3), les comportements suivants auront pour résultat une disqualification pour les catégories 11 ans et moins et 12 – 13 ans :

- Le coéquipier qui tient le mannequin en place n'est pas identifié aux couleurs du club par un bonnet de bain identique à celui du compétiteur.
- Le coéquipier qui tient le mannequin pousse le mannequin vers le compétiteur ou toutes autres actions pouvant lui donner un avantage.
- Le coéquipier qui tient le mannequin lâche le mannequin avant que le compétiteur touche le mur (mannequin  $\frac{1}{2}$  plein seulement).
- L'athlète touche le mannequin avant de toucher le mur (mannequin  $\frac{1}{2}$  plein seulement).

**\*VOIR LE DOCUMENT EN ANNEXE SUR LES DISQUALIFICATIONS EN LIEN AVEC LES MANNEQUINS\***

## 7.1.6 Portage de mannequin

### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète doit nager sur une distance de 50 m et devra récupérer un mannequin (½ plein ou plein) pour le porter jusqu'au mur d'arrivée. (Manuel de l'ILS, section 3.8)

**Bassin :** 25 m et 50 m

**Position de départ :** Au signal, l'athlète prend place sur le podium de départ.

**Déroulement (50 m - ½ plein) :** Bassin 25 m - Au signal de départ, l'athlète plonge et nage 25 m pour récupérer le mannequin ½ plein maintenu à la surface par son coéquipier. Pour récupérer et porter le mannequin, les athlètes doivent respecter les critères de portage. Cette récupération doit se faire à l'intérieur d'une zone de 5 m à partir du mur de virage. Par la suite, l'athlète transporte le mannequin sur 25 m.

**Note :** Le mannequin doit être maintenu en tout temps jusqu'à ce que l'athlète lui touche. L'athlète doit toucher le mur avant de toucher le mannequin. Le nez ou la bouche du mannequin doit rester hors de l'eau tout en respectant les critères de portage. Le mannequin est sur le dos, la tête vers le mur d'arrivée.

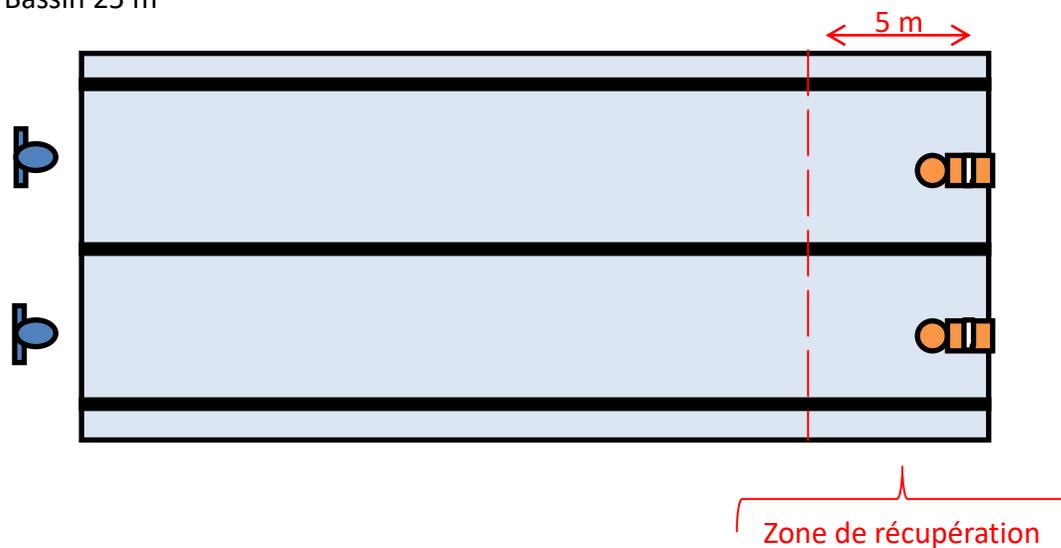
**Déroulement (50 m - plein) :** Bassin 50 m - Au signal de départ, l'athlète plonge et nage 25 m pour récupérer le mannequin plein qui se situe au milieu de la piscine. Pour récupérer et porter le mannequin, les athlètes doivent respecter certains critères de portage. Cette récupération doit se faire à l'intérieur d'une zone de 5 m après le mannequin. Par la suite, l'athlète transporte le mannequin sur 20 m.

**Note :** L'athlète peut utiliser le fond de la piscine pour se pousser vers la surface. Il doit absolument faire surface avant la ligne de 5 m et doit respecter les critères de portage avant que la tête du mannequin passe cette même ligne.

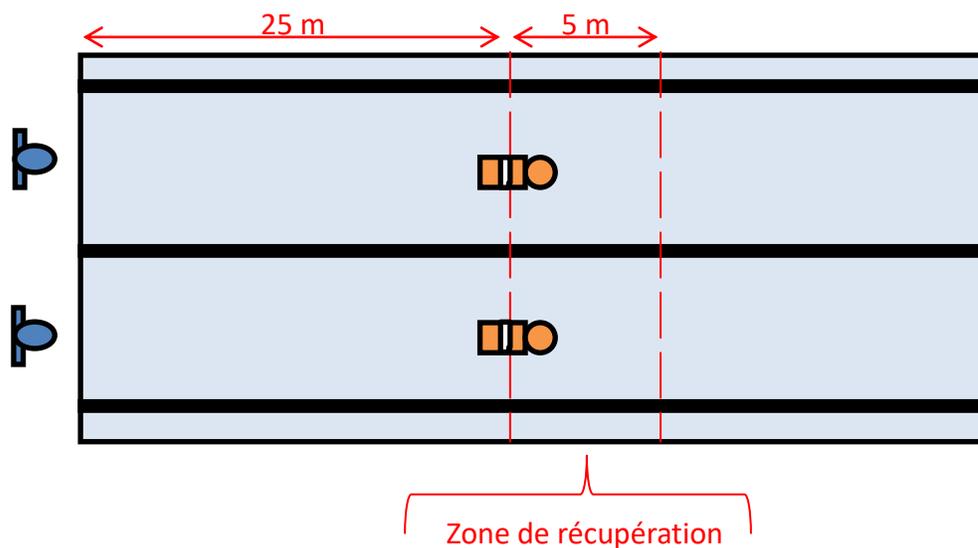
**Adaptation bassin 25 m :** La position du mannequin et la zone de récupération (5 m) seront identiques à l'épreuve « Portage du mannequin avec palmes », mais le mannequin est quand même plein. L'athlète n'est pas tenu de toucher le mur avant de toucher le mannequin.

**Critères de portage :** Dès que la tête du mannequin quitte la zone de récupération (5 m), le compétiteur doit respecter les critères de portage tels que démontrés dans le bulletin technique en annexe.

Bassin 25 m



Bassin 50 m



### Équipement

**Mannequins :** En bassin de 25 m, le mannequin doit être sur le dos et les pieds collés sur le mur de virage. Si le mannequin est ½ plein, il est maintenu par un coéquipier et le mannequin est relâché dès que le compétiteur touche le mur. Si le mannequin est plein, il est et à une profondeur entre 1,8 et 3 m, sur le dos et les pieds au mur.

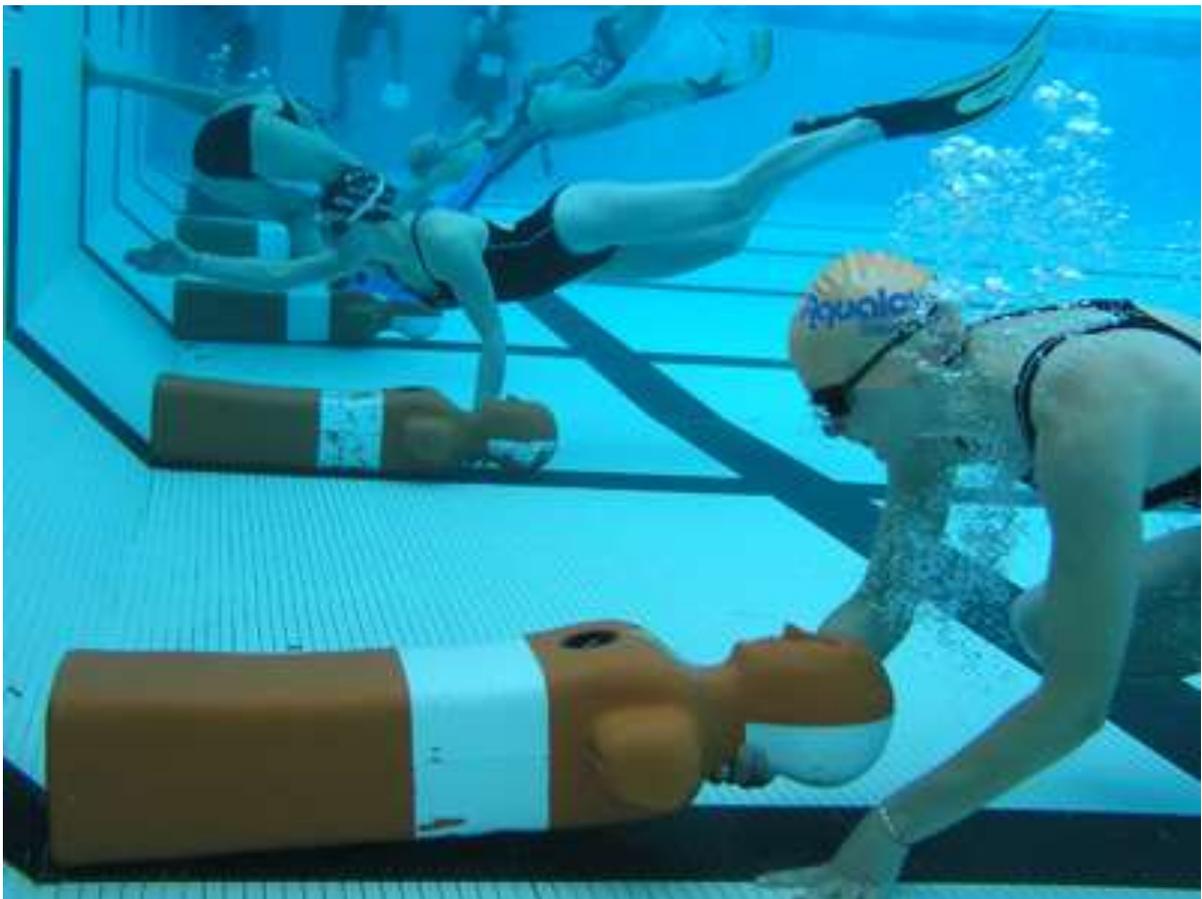
Pour l'épreuve en bassin de 50 m, le torse du mannequin plein est situé à 25 m du mur de départ et à une profondeur entre 1,8 et 3 m. Le mannequin doit être positionné sur le dos et la tête vers le mur d'arrivée. Pour plus de détails sur les mannequins, consultez la section 4.3.1 de ce document.

## Disqualifications

En plus des règlements généraux, du déroulement de l'épreuve et des disqualifications reliées à l'épreuve (traduction française en annexe de ce document ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 3.8.3), les comportements suivants auront pour résultat une disqualification pour les catégories 11 ans et moins et 12 – 13 ans :

- Le coéquipier qui tient le mannequin en place n'est pas identifié aux couleurs du club par un bonnet de bain identique à celui du compétiteur.
- Le coéquipier qui tient le mannequin lâche le mannequin avant que le compétiteur touche le mur (mannequin ½ plein seulement).
- Le coéquipier qui tient le mannequin pousse le mannequin vers le compétiteur ou toutes autres actions pouvant lui donner un avantage.
- L'athlète touche le mannequin avant de toucher le mur (mannequin ½ plein seulement).

**\*VOIR LE DOCUMENT EN ANNEXE SUR LES DISQUALIFICATIONS EN LIEN AVEC LES MANNEQUINS\***



## 7.1.8 Sauveteur d'acier

### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète doit nager sur une distance de 100 m ou 200 m en combinant le portage et le remorquage d'un mannequin. (Manuel de l'ILS, section 3.12)

Bassin : 25 m

Position de départ : Au signal, l'athlète prend place sur le podium de départ.

**Déroulement (100 m) :** Au signal de départ, l'athlète plonge et nage 25 m pour aller toucher le mur. Il doit ensuite récupérer le mannequin ½ plein tout en respectant les critères de portage. L'athlète porte ensuite le mannequin sur 25 m. Après avoir touché le mur, l'athlète relâche le mannequin pour récupérer ses palmes et sa bouée tube tout en restant dans l'eau. Il doit ensuite nager 25 m pour aller toucher le mur et remorquer le mannequin ½ plein sur un dernier 25 m, tout en respectant les critères de remorquage.

**Note (100 m) :** Les mannequins doivent être maintenus en place par le coéquipier en tout temps jusqu'à ce que l'athlète touche le mur. Le coéquipier doit relâcher le mannequin dès que l'athlète touche le mur. L'athlète doit toucher le mur avant de toucher le mannequin. Dès que l'athlète quitte la zone de récupération avec le premier mannequin, le coéquipier doit mettre en place le 2<sup>e</sup> mannequin dans l'eau

Le nez ou la bouche du mannequin doit rester hors de l'eau tout en respectant les critères de portage et de remorquage. Les palmes et la bouée tube doivent être positionnées sur le bord de la piscine (non le bloc de départ) avant le début de l'épreuve.

**Déroulement (200 m) :** Au signal de départ, l'athlète plonge et nage 75 m pour aller toucher le mur. Il doit ensuite récupérer le mannequin plein tout en respectant les critères de portage. L'athlète porte ensuite le mannequin sur 25 m. Après avoir touché le mur, l'athlète relâche le mannequin pour récupérer ses palmes et sa bouée tube tout en restant dans l'eau. Il doit ensuite nager 75 m pour aller toucher le mur et remorquer le mannequin ½ plein sur un dernier 25 m, tout en respectant les critères de remorquage.

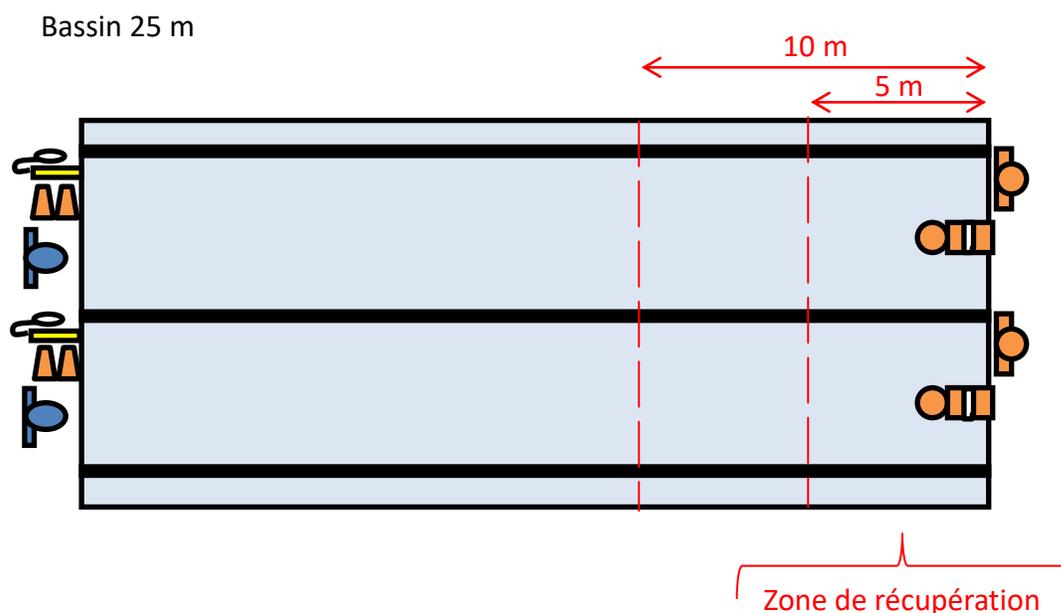
**Note (200 m) :** Dès que l'athlète quitte la zone de récupération avec le premier mannequin, le coéquipier doit mettre en place le 2<sup>e</sup> mannequin dans l'eau de façon à ne pas nuire aux virages de l'athlète pendant le deuxième 75 m de nage. Notez que pour la récupération du 1<sup>er</sup> mannequin plein (portage), l'athlète n'est pas tenu de toucher le mur avant de toucher le mannequin. Pour le 2<sup>e</sup> mannequin (remorquage), l'athlète doit toucher le mur avant de toucher le mannequin puisque celui-ci est à ½ plein.

**L'athlète doit respecter** les critères de portage et de remorquage. Les palmes et la bouée tube doivent être positionnées sur le bord de la piscine (non le bloc de départ) avant le début de l'épreuve.

**Critères de portage :** Dès que la tête du mannequin quitte la zone de récupération (5 m), le compétiteur doit respecter les critères de portage tels que démontrés dans le bulletin technique en annexe.

**Critères de remorquage :** Dès que la tête du mannequin quitte la zone de récupération (5 m), le compétiteur doit :

- La corde servant à remorquer le mannequin doit être complètement tendue avant que la tête du mannequin atteigne 10 m à partir du mur de virage.
- La bouée tube doit être attachée autour du torse du mannequin et sous les épaules.



### Équipement

#### Mannequins

**100 m :** Les mannequins sont tous à  $\frac{1}{2}$  pleins et sont maintenus en place par un coéquipier. Pour le **portage**, le mannequin doit être sur le dos et les pieds collés sur le mur de virage. Le mannequin est relâché dès que le compétiteur lui touche. Pour le **remorquage**, le mannequin fait face au mur de virage et doit être rempli d'eau de façon à ce que la partie ventrale (blanche) soit complètement submergée. La ligne de flottaison doit donc être la démarcation supérieure de la section blanche.

**200 m :** Pour le **portage**, le mannequin est plein et doit être positionné sur le dos, avec les pieds collés sur le mur de virage et à une profondeur entre 1,8 et 3 m. Pour le **remorquage**, le mannequin fait face au mur de virage et doit être rempli d'eau de façon à ce que la partie ventrale (blanche) soit complètement submergée. La ligne de flottaison doit donc être la démarcation supérieure de la section blanche.

Pour plus de détails sur les mannequins, consultez la section 4.3.1 de ce document.

**Bouée tube** : Doit être positionnée sur le bord de la piscine (non sur le bloc de départ) avant le départ de l'épreuve. Pour plus de détails, voir la section 4.3.2 de ce document.

**Palmes** : Doivent être positionnées sur le bord de la piscine (non sur le bloc de départ) avant le départ de l'épreuve. Pour plus de détails, voir la section 4.3.3 de ce document.

### Disqualifications

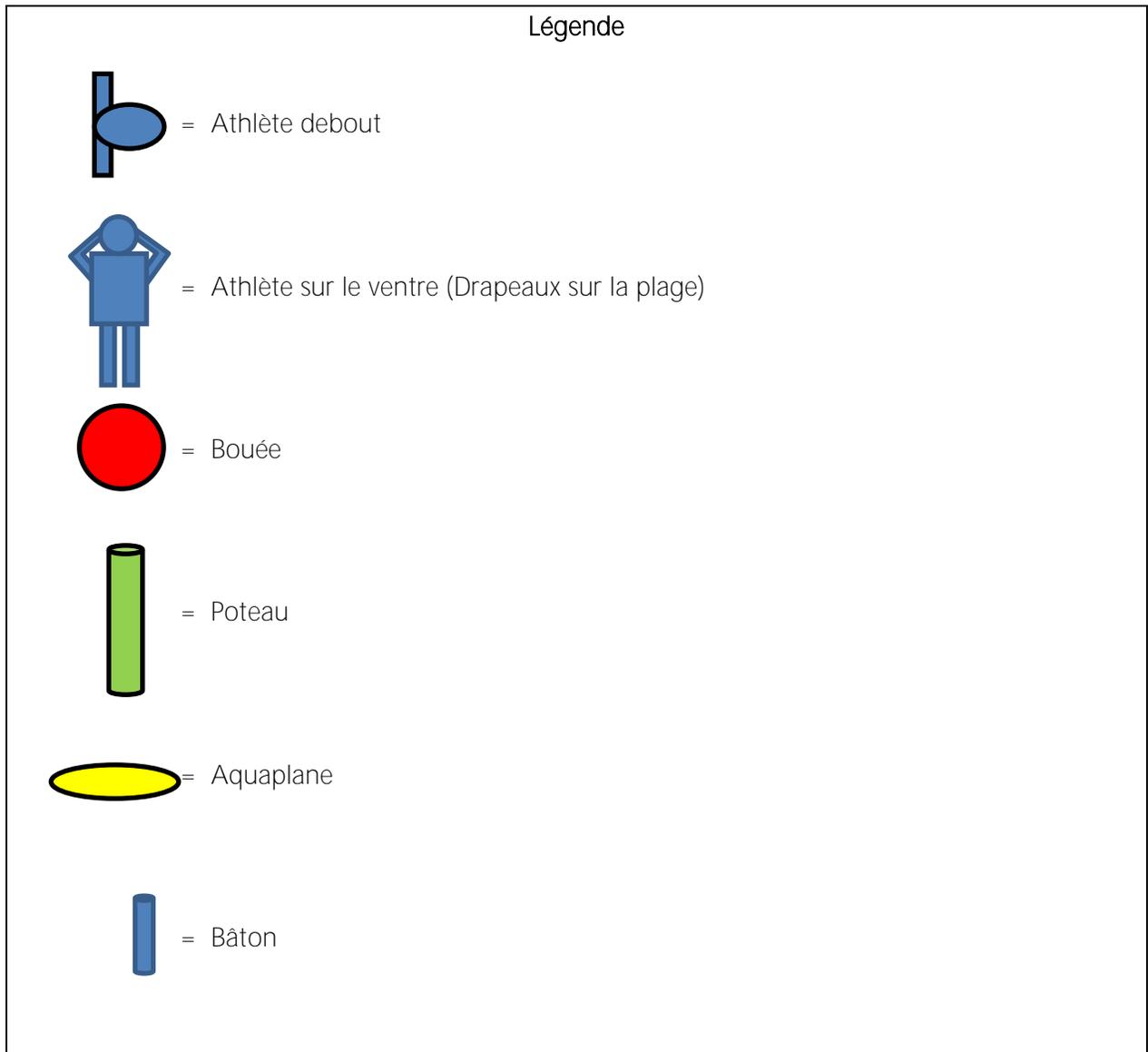
En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications liées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 3.12.3.

## Section 8

### Épreuves volet plage Jeunes sauveteurs



## ÉPREUVES VOILET PLAGE



## 8. ÉPREUVES VOLET PLAGE

(section 5 dans le Manuel de l'ILS)

	Épreuve	11 ans et moins	12-13 ans	14-15 ans
voir point 8.5	Course sur sable	500 m	1 000 m	1 500 m
voir point 8.6	Course dans les brisants	100 m	200 m	200 m
voir point 8.7	Drapeaux sur la plage ( <i>Beach flags</i> )	X	X	X
voir point 8.8	Course-nage-course	300 m	300 m	300 m
voir point 8.9	Course avec aquaplane		200 m	400 m
voir point 8.10	Sauveteur d'acier		100 m nage, 500 m course, 200 m aquaplane, 50 m sprint	200 m nage, 1 km course, 400 m aquaplane, 50 m sprint
voir point 8.11	Relais sauveteur d'acier		Idem au point 8.10	Idem au point 8.10
voir point 8.12	90 mètres course	X	X	X
voir point 8.13	4 X 90 mètres course			X

## 8.1 Règles générales pour les épreuves se déroulant en plage

Les entraîneurs et les athlètes de chaque équipe doivent connaître l'horaire, les règles et le fonctionnement de la compétition.

L'athlète ne pourra participer à une épreuve s'il se présente en retard à l'aire de rassemblement. Le nombre de vagues sera déterminé une fois l'aire de rassemblement fermée, en fonction du nombre d'athlètes présents.

Un athlète ou une équipe qui est absent(e) lors du départ d'une épreuve est automatiquement disqualifié.

Aucun équipement facilitant la propulsion ne doit être utilisé par un athlète sans une autorisation spéciale.

L'utilisation de cire ou d'une substance similaire est autorisée pour aider l'athlète à maintenir une prise ou un contact avec les aquaplanes, les surfs-skis ou les pagaies lors des épreuves se déroulant en plage.

L'athlète doit porter un bonnet de bain représentant son équipe dans toutes les épreuves.

- Un athlète n'est pas disqualifié s'il perd son bonnet de bain après le signal de départ, à condition que les officiels puissent identifier l'athlète jusqu'à ce qu'il complète correctement l'épreuve.

Les protêts concernant la disposition des plateaux doivent être déposés avant le début de l'épreuve. Aucun protêt concernant les plateaux n'est recevable lorsque l'épreuve est débutée.

- Avant le début de chaque course, le parcours doit être mesuré, placé et aligné pour répondre aux critères de satisfaction du juge en chef afin d'assurer le plus possible que chaque athlète puisse avoir des conditions justes et égales aux autres.
- L'utilisation de bouées et de drapeaux selon un code de couleur est recommandée pour aider à guider les athlètes parmi les parcours des différentes épreuves.
- La distance des bouées doit être mesurée à partir de l'endroit où une personne a de l'eau jusqu'aux genoux. Cependant, les distances peuvent varier selon les conditions de la plage afin d'assurer la sécurité. Un ajustement des bouées peut parfois être nécessaire pendant la compétition si celles-ci se déplacent de leur position initiale.
- Lors d'une épreuve avec un aquaplane, l'athlète peut passer sur une bouée. Par contre, il doit comprendre qu'il est le seul responsable si la bouée lui fait obstacle ou le ralentit dans sa course.

L'athlète ou l'officiel doit quitter l'aire de compétition lorsqu'il ne participe pas ou ne juge pas, afin de ne pas nuire au déroulement des épreuves en cours. L'aire de compétition peut être définie par une clôture ou une ligne d'eau jusqu'à la section de plage déterminée par le juge.

Un protêt ne peut pas être déposé au sujet des décisions des juges d'arrivée.

Un protêt ne peut pas être déposé au sujet des décisions sur le départ prises par le juge de départ ou le juge désigné.

Les conditions de l'eau peuvent affecter le déroulement des compétitions. Les officiels ont un pouvoir discrétionnaire quand un incident a été causé par les conditions. Donc, aucun protêt ne sera considéré si l'incident a été causé par les conditions de l'eau ou la chance.

## 8.2 Départ

### 8.2.1 Avant le signal de départ

**Le responsable de l'aire de rassemblement doit :**

- Déterminer le nombre de vagues et la position des athlètes dans chacune des vagues, au besoin.
- Remettre l'ordre des vagues de départ par écrit au juge de section afin que celui-ci accompagne les athlètes sur la ligne de départ.

**Les officiels désignés doivent :**

- Vérifier que tous les officiels et les juges sont en position.
- Vérifier que les athlètes portent le bonnet de bain de leur équipe pour que le départ soit légal.
- Vérifier que l'équipement et les points de repères nécessaires à l'épreuve sont en place.

### 8.2.2 Le signal de départ

**Le juge de départ doit :**

- Être le seul à avoir autorité sur les athlètes du moment où le signal de départ est donné jusqu'à ce que la course débute.
- Se positionner afin d'avoir une vue sur tous les athlètes pendant le départ.
- S'assurer que le départ de chaque course est juste et constant.
- Disqualifier les athlètes lors de faux départs (ou éliminer les athlètes lors de l'épreuve de Drapeaux sur la plage).

### 8.2.3 Procédures de départ

Pour *Drapeaux sur la plage* et *Course avec aquaplane*, voir les procédures de départ spécifiques à ces épreuves. Pour autres épreuves, la procédure suivante doit être observée :

Les trois étapes suivantes doivent être suivies dans toutes les autres épreuves indiquées dans ce manuel :

- Lorsque le juge de départ dit « À vos marques », les athlètes doivent **s'installer** sur la ligne de départ et dans l'ordre demandé.
- Lorsque le juge de départ dit « Prêts », les athlètes doivent immédiatement adopter leur position immobile de départ.
- Lorsque tous les athlètes sont immobiles, le juge de départ donne le signal sonore du départ.

Si, pour n'importe quelle raison, le juge de départ décide que les athlètes ne sont pas prêts après avoir dit le signal « À vos marques » ou le signal « Prêts », il peut demander aux athlètes de se retirer de leur position et de recommencer le départ à partir du début.

Lorsque le juge de départ donne le signal « Partez » (Go), le délai de réaction repose sur les athlètes ou sur les équipes. **S'il n'y a pas de rappel suite au départ émis par le juge de départ ou un autre juge, aucun protêt ne peut être déposé sur ce départ.**

Après le départ, les athlètes qui vont nager, embarquer sur leur aquaplane / surfski ou qui effectuent une épreuve multidisciplinaire peuvent entrer dans l'eau selon leur choix, tant qu'ils ne dérangent pas les autres athlètes.

Lors d'un relais ou d'une épreuve multidisciplinaire, l'athlète qui entre dans l'eau en deuxième ou dans un segment subséquent peut être jugé avoir commis une faute si la progression d'un autre athlète est entravée.

#### 8.2.4 Lignes de départ

Les lignes de départ peuvent être désignées par :

- une corde entre deux poteaux,
- une ligne tracée sur le sable entre deux poteaux,
- une ligne visible entre deux poteaux ou qui a été déterminée par le juge de départ.

Lors du départ, les orteils des compétiteurs doivent être sur ou derrière la ligne de départ. Toutefois, les parties du corps autres que les orteils peuvent dépasser la ligne.

**Lors des départs se déroulant sur la plage sans équipement :** Lorsqu'une ligne est tracée, les orteils et les doigts peuvent être sur ou derrière la ligne de départ, sauf lorsqu'une position de départ debout est adoptée. Dans de telles circonstances, les orteils des athlètes doivent être sur ou derrière la ligne de départ, mais les autres parties du corps peuvent dépasser la ligne.

**Départs avec un aquaplane :** Lorsqu'une corde désigne la ligne de départ, une partie de l'aquaplane tenue par l'athlète peut dépasser la ligne de départ, à condition que l'aquaplane soit dans le bon angle. Lorsqu'un aquaplane est placé sur la plage, il doit être placé à un angle de 90° par rapport à la ligne de départ ou à la ligne de transition, et vers le rivage.

#### 8.2.5 Disqualifications générales

La règle du « un seul départ » doit être utilisée dans toutes les épreuves.

Les athlètes qui font un mouvement de départ arrière après avoir adopté la position finale de départ (suite au « Prêts ») avant le signal sonore doivent être disqualifiés, sauf pour l'épreuve *Drapeaux sur la plage*, durant laquelle les athlètes doivent être éliminés.

Si le signal sonore se fait entendre avant que la disqualification ne soit déclarée, les athlètes doivent être rappelés pour recommencer l'épreuve.

Le signal pour rappeler les athlètes doit être le même que celui du départ, mais il doit être entendu de façon répétée.

Tout athlète disqualifié pour un mauvais départ n'est pas autorisé à continuer la course et doit se retirer de la ligne de départ.

Tout athlète qui n'exécute pas les procédures de départ exigées par le juge de départ dans un délai raisonnable doit être disqualifié.

Tout athlète qui, après le premier signal du juge de départ (« À vos marques »), dérange les autres dans la course par des sons ou autre chose, peut être disqualifié, sauf dans le cas de l'épreuve *Drapeaux sur la plage*.

### 8.2.6 Notes

Les tâches du juge de départ sont d'assurer des départs justes et équitables. Si le juge de départ ou un autre juge décide qu'un départ n'est pas équitable pour toute raison, incluant une faute technique ou d'équipement, les athlètes sont alors rappelés et doivent recommencer leur départ.

Les athlètes doivent être disqualifiés s'ils commencent un mouvement arrière de départ avant le signal de départ. Ce n'est pas le mouvement lui-même qui est sujet à une disqualification, mais plutôt le fait d'anticiper le signal de départ et de commencer un mouvement de départ.

Le juge de départ ainsi que les autres juges déterminent si un athlète ou plus d'un athlète ont commencé un mouvement arrière de départ. Si le mouvement de départ anticipé d'un athlète entraîne un mouvement des autres athlètes, seul le premier athlète ayant bougé sera disqualifié.

Les décisions du juge de départ ou des autres juges sur les départs ne peuvent pas faire l'objet d'un protêt.

### 8.2.7 Échanges dans les relais

Les échanges dans les épreuves en relais doivent être effectués par la touche d'un athlète au prochain membre de son équipe, sauf s'il y a stipulation contraire (voir la section sur les relais en page).

Lors de la touche, l'athlète terminant son segment doit utiliser une main afin de faire une touche visible sur la main ou une autre partie du corps du prochain athlète à faire un segment de la course. Le prochain athlète doit être positionné debout sur ses pieds, face ou de côté à la ligne de changement.

Les athlètes, lors des épreuves en relais, doivent commencer leur segment de la course à partir de la position ou de la ligne établie par le marshal (responsable de l'aire de rassemblement). Si les athlètes ne débutent pas leur segment à l'endroit désigné, l'équipe peut être disqualifiée.

## 8.3 Fin de l'épreuve

Lors des épreuves où les athlètes doivent franchir une ligne d'arrivée, ils doivent franchir cette ligne debout sur leurs pieds (l'athlète ne peut pas, par exemple, tomber en franchissant la ligne.) L'épreuve se termine lorsque le torse de l'athlète franchit la ligne d'arrivée.

Dans le cas où les athlètes doivent franchir une ligne d'arrivée et qu'ils ne le font pas adéquatement, ceux-ci peuvent revenir sur leurs pas afin de la franchir correctement.

Lorsqu'un athlète a correctement franchi la ligne d'arrivée, celui-ci a complété sa course : il ne peut entrer à nouveau dans la course afin de corriger les erreurs qu'il aurait commises durant l'épreuve.

Les organisateurs peuvent exiger le port d'une puce électronique pour aider les juges et les chronométreurs. Les athlètes doivent alors porter la puce électronique selon les directives des juges (par exemple autour d'une cheville ou d'un poignet spécifique, ou sur un endroit spécifique sur l'aquaplane). Le résultat des épreuves est déterminé par l'ordre dans lequel les puces électroniques ont franchi la ligne d'arrivée. Dans l'éventualité d'une défektivité des puces électroniques, les juges doivent toujours être capables de juger visuellement l'épreuve en utilisant les méthodes traditionnelles.

### 8.3.1 Jugement

Toutes les épreuves doivent être jugées de façon visuelle. Les endroits désignés pour juger par les différents juges sont décidés par le juge de la ligne d'arrivée. Les positions ex-aequo doivent être déclarées telles quelles.

Les juges doivent être positionnés de façon à assurer une vue sur toute la ligne d'arrivée. Les juges concernés devraient donc être placés en position surélevée.

Le juge 1 détermine la première et la deuxième personne qui franchissent la ligne d'arrivée. Le juge 2 détermine la troisième et la quatrième personne qui franchissent la ligne d'arrivée, et ainsi de suite.

Au signal du juge d'arrivée, les marqueurs de position (ex. bâtons) seront donnés aux athlètes ayant terminé la course.

Lorsque disponible, les juges peuvent utiliser de l'équipement vidéo ou électronique pour les aider. La reprise vidéo peut seulement être utilisée par les officiels désignés.

### 8.3.2 Limites de temps

Une limite de temps peut être imposée sur la durée de l'épreuve à la discrétion du juge. Les athlètes doivent être avisés sur toute limite de temps avant le commencement de l'épreuve.

Le juge peut demander à un athlète de se retirer de la course avant qu'il ne la termine lorsque le temps limite est atteint ou lorsque le nombre d'athlètes pour les départs subséquents ont été qualifiés en complétant la course sans disqualification.

## 8.4 Tirage de positions

### 8.4.1 Placement des athlètes dans les vagues

Lors des compétitions interclubs, l'assignation des positions des athlètes dans les vagues préliminaires devrait se faire de façon aléatoire.

**Ex-aequo** : Lorsque qu'une position ex-aequo permet de se rendre en finale, les athlètes ayant la même position vont dans leur finale appropriée. Si la place est insuffisante pour que les deux personnes ex-aequo accèdent aux finales, une vague de repêchage doit être organisée entre les athlètes ex-aequo pour déterminer l'athlète qui ira en finale.

#### 8.4.2 Placement en demi-finales et en finales

Le placement des athlètes dans les finales et les demi-finales doit se faire selon les résultats des qualifications, peu importe la compétition.

Selon les résultats des qualifications ou des demi-finales, les 16 meilleurs athlètes doivent avoir des places assignées en finale dans toutes les épreuves Juniors.

#### 8.4.3 Placement pour les positions

Le placement dans les vagues pour les positions de départ est dicté par le Manuel de l'ILS et fourni aux équipes.

Le placement des positions pour les séries subséquentes (quarts de finales, demi-finales, finales) doit être approuvé par le juge.

#### 8.4.4 Positions sur la plage

Pour les épreuves de nage, de course avec aquaplane et des épreuves multidisciplinaires, les positions de départ et les corridors du parcours doivent être numérotés à partir de la gauche (face à l'eau) avec le numéro 1. La numérotation doit être subséquent. Pour les épreuves se déroulant sur la plage, la position 1 est celle qui est la plus près de l'eau.

#### 8.4.5 Nombre maximal d'athlètes

Le comité organisateur décide si les épreuves conduiront à des demi-finales et/ou à des finales. Le nombre d'athlètes dans une vague ou dans une finale ne doit jamais excéder le nombre maximal indiqué dans le tableau suivant. Seul le comité organisateur peut modifier le nombre maximal d'athlètes qui participeront aux épreuves en tenant compte de la sécurité et des conditions :

Épreuve	Nombre maximal athlètes/vague
Course dans les brisants	32 athlètes
Course-nage-course	32 athlètes
Drapeaux sur la plage	16 athlètes
Course sur sable	40 athlètes
Course avec aquaplane	16 athlètes
Sauveteur d'acier	16 athlètes
Relais sauveteur d'acier (Taplin)	16 équipes de 4 athlètes

## 8.5 Course sur sable

### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète doit courir sur une distance de 500, 1 000 ou 1 500 m sur le sable. (Manuel de l'ILS, section 4.12)

**Position de départ :** Au signal, l'athlète prend place sur la ligne de départ et attend le signal de départ.

**Déroulement (500 m) :** Après le signal de départ, l'athlète court 500 m.

**Déroulement (1 000 m) :** Après le signal de départ, l'athlète court 1 000 m. Il doit courir du côté gauche de la ligne de division jusqu'au poteau (tournant). Puis l'athlète doit contourner le poteau dans le sens des aiguilles d'une montre et revenir à la course dans le deuxième corridor (près de l'eau) afin de franchir la ligne d'arrivée.

**Déroulement (1 500 m) :** Après le signal de départ, l'athlète court 1 500 m. Il doit courir du côté gauche de la ligne de division jusqu'au poteau (tournant). Puis l'athlète doit contourner le poteau dans le sens des aiguilles d'une montre et revenir à la course dans le deuxième corridor (près de l'eau). Il doit effectuer un second tournant pour revenir dans le premier corridor de course et courir afin de franchir la ligne d'arrivée.

**Fin de l'épreuve :** L'épreuve se termine lorsque le torse de l'athlète franchit la ligne d'arrivée. L'athlète doit franchir la ligne d'arrivée en position debout, sur ses pieds.

**Note :** Les athlètes doivent toujours contourner les poteaux des tournants dans le sens des aiguilles d'une montre (dépasser les poteaux puis tourner à droite). L'athlète ne doit en aucun temps bousculer ou entraver les mouvements des autres athlètes.

### Organisation du plateau

**La ligne de départ et la ligne d'arrivée** doivent être faites d'une corde synthétique, extensible et de couleur vive, et doivent relier deux poteaux.

**Les corridors de course (segments)** doivent être parallèles à l'eau et de longueurs égales. Un poteau doit être situé à chacune des deux extrémités de la ligne de division des corridors. Ces deux poteaux constituent les tournants.

**Adaptation selon la plage :** Il est possible de faire cette épreuve sur une plus petite plage (moins de 500 m linéaire). Les corridors peuvent être de moins de 500 m. Par contre, les athlètes doivent faire le nombre de segments nécessaires pour compléter la distance en fonction de la longueur des corridors.

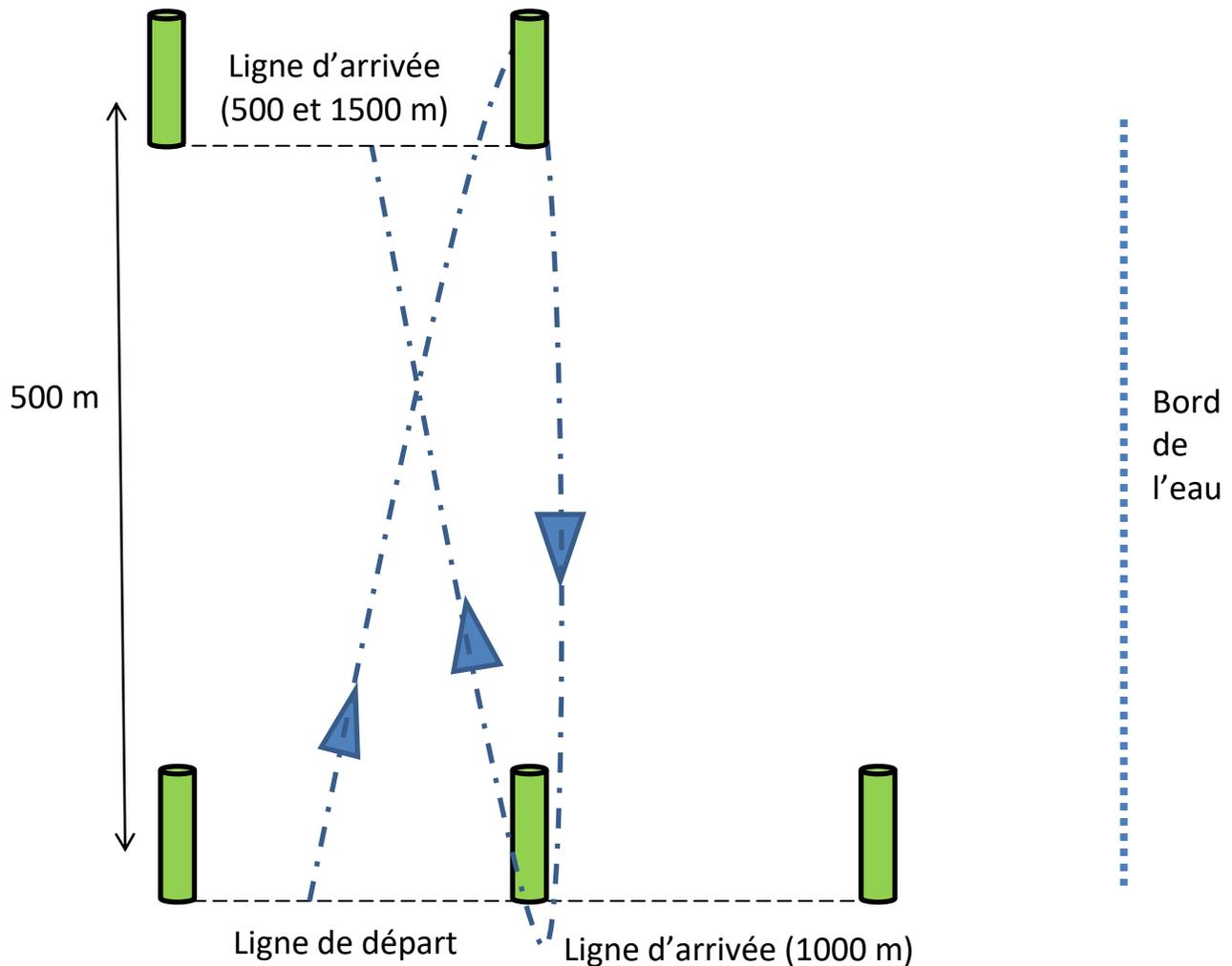
### Équipement

Les chandails et les shorts conformes à l'uniforme de l'équipe peuvent être portés à la discrétion du compétiteur. Les vestes et les souliers sont optionnels.

## Disqualifications

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications liées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 4.12.3.

Diagramme « Course sur sable »



## 8.6 Course dans les brisants

### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète débute sur la plage. Il entre dans l'eau et nage 100 m ou 200 m en contournant les bouées. L'athlète revient sur la plage pour franchir la ligne d'arrivée. (Manuel de l'ILS, section 4.5)

Position de départ : Au signal de départ, l'athlète court vers l'eau.

Déroulement : L'athlète doit courir, entrer dans l'eau et nager. Il doit ensuite contourner les bouées et revenir à la nage vers la ligne d'arrivée. Une fois sorti de l'eau, l'athlète doit courir jusqu'à la ligne d'arrivée.

Fin de l'épreuve : L'épreuve se termine lorsque le torse de l'athlète franchit la ligne d'arrivée. L'athlète doit franchir la ligne d'arrivée en position debout, sur ses pieds.

### Organisation du plateau

Le **parcours** pour la course de nage doit être identifié par des bouées. Les distances peuvent varier selon les conditions du plan d'eau.

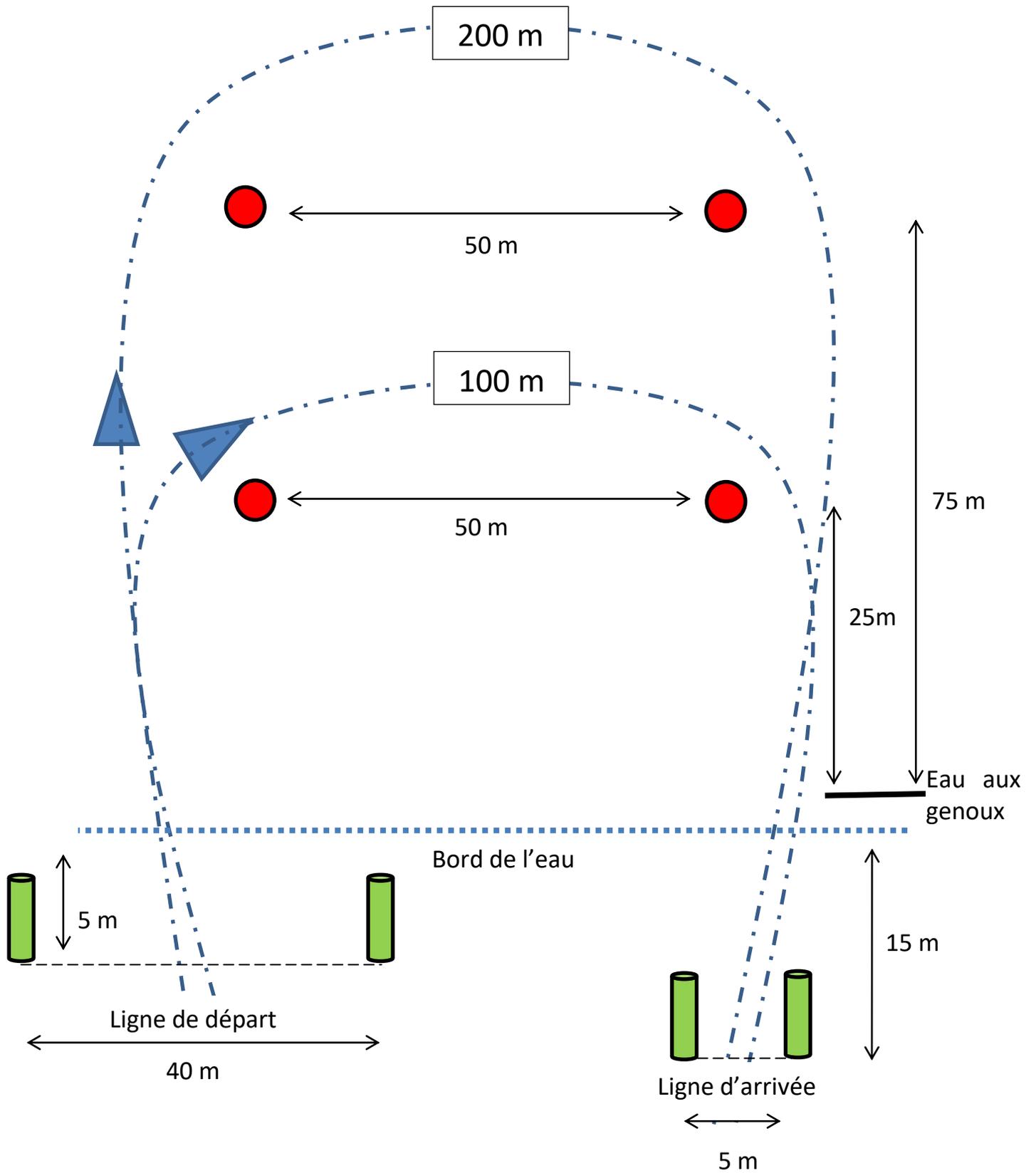
La **ligne de départ** est formée d'une corde extensible de couleur vive, et est fixée entre deux poteaux distancés d'environ 40 m. La ligne formée par la corde doit être à 5 m du bord de l'eau et centrée avec la bouée numéro 1.

La **ligne d'arrivée** est formée par une corde extensible de couleur vive, et est fixée entre deux poteaux distancés d'environ 5 m. La ligne formée par la corde doit être à 15 m du bord de l'eau et centrée avec la bouée numéro 9.

### Disqualifications

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications reliées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document, ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 4.5.3.

Diagramme « Course dans les brisants »



## 8.7 Drapeaux sur la plage

### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète débute en position couchée, face contre terre, sur la plage. L'athlète se lève, se retourne et court pour obtenir un bâton placé en position verticale dans le sable à environ 20 mètres de lui. Il y a toujours moins de bâtons que d'athlètes ; ceux qui ne réussissent pas à obtenir un bâton sont éliminés. (Manuel de l'ILS, section 4.10)

**Position de départ :** Au signal « Prêts », l'athlète doit être dans la position de départ, soit couché face contre terre. Au signal « Têtes baissées » (« Heads down »), l'athlète doit placer immédiatement son menton sur ses mains et ne plus bouger. Lorsque tous les athlètes sont immobiles, un signal sonore est émis pour signaler le début de l'épreuve. Au coup de sifflet, l'athlète doit se lever et courir vers les bâtons pour en obtenir un.

**Les comportements suivants consistent une infraction de départ :**

- Ne pas exécuter dans un délai raisonnable les ordres du juge de départ.
- **Lever n'importe** quelle partie du corps du sable ou commencer un mouvement de départ entre le signal « Têtes baissées » et le signal de départ.

Si un athlète est disqualifié ou éliminé, les athlètes toujours dans la course ainsi que les bâtons doivent être réalignés sans remplacement des positions.

**Tirage de position :**

Il doit y avoir un tirage de position préliminaire pour assigner les positions et après chaque essai.

**Déroulement :** L'athlète doit courir le plus rapidement possible pour pouvoir attraper un bâton avant les autres athlètes.

**Reprise :** Lorsque deux athlètes tiennent le même bâton et que les juges ne peuvent déterminer quel athlète a attrapé le bâton en premier (sans regarder la position des mains), une reprise doit être organisée. Une reprise doit également être organisée si un bâton est « perdu » dans le sable. S'il est évident qu'un bâton est perdu dans le sable, le juge d'arrivée doit signaler verbalement ou par sifflet que le bâton est perdu et que l'essai est terminé.

**Fin de l'épreuve :** L'épreuve se termine lorsque l'un des deux derniers athlètes attrape l'unique bâton restant.

**Nombre d'athlètes éliminés :** Un maximum de deux athlètes peuvent être éliminés lors de chaque essai dans chaque vague de préliminaires et de demi-finales. Lors des finales, un seul athlète à la fois peut être éliminé lors de chaque essai.

### Organisation du plateau

**La ligne de départ** doit être identifiée par deux poteaux de 2 m de hauteur à chaque extrémité. Il doit y avoir environ 20 m entre la ligne de départ et les bâtons dans le sable. Les athlètes doivent avoir un minimum de 1,5 m d'espace entre eux.

Les bâtons doivent être placés en ligne parallèle avec la ligne de départ. De plus, chaque bâton doit être placé au milieu de deux athlètes côte à côte afin que la distance soit équivalente entre les deux athlètes.

### Équipement

Les chandails et les shorts conformes à l'uniforme de l'équipe peuvent être portés à la discrétion du compétiteur. Les vestes et les souliers sont optionnels.

### Disqualifications

Chaque essai ou finale doit être jugé comme un élément séparé de cette épreuve. Toute infraction dans un essai ne doit pas être comptée dans un prochain essai.

Un athlète qui commet une infraction lors du départ ou qui empêche les mouvements d'un autre athlète sera éliminé (et non disqualifié).

Un athlète éliminé de l'épreuve garde ses points et sa position dans le classement selon son temps. Cependant, un athlète disqualifié de l'épreuve perdra sa position.

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications liées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document, ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 4.10.11.

### **Obstruction**

L'obstruction est définie par l'usage des mains, des bras, des pieds ou des jambes pour entraver un autre athlète dans ses mouvements.

Un athlète peut utiliser son corps pour améliorer sa position pour obtenir un bâton. Il peut placer l'une de ses épaules ou son corps en avant d'un adversaire, mais ne peut utiliser ses mains, ses bras, ses pieds ou ses jambes pour obtenir ou garder sa position.

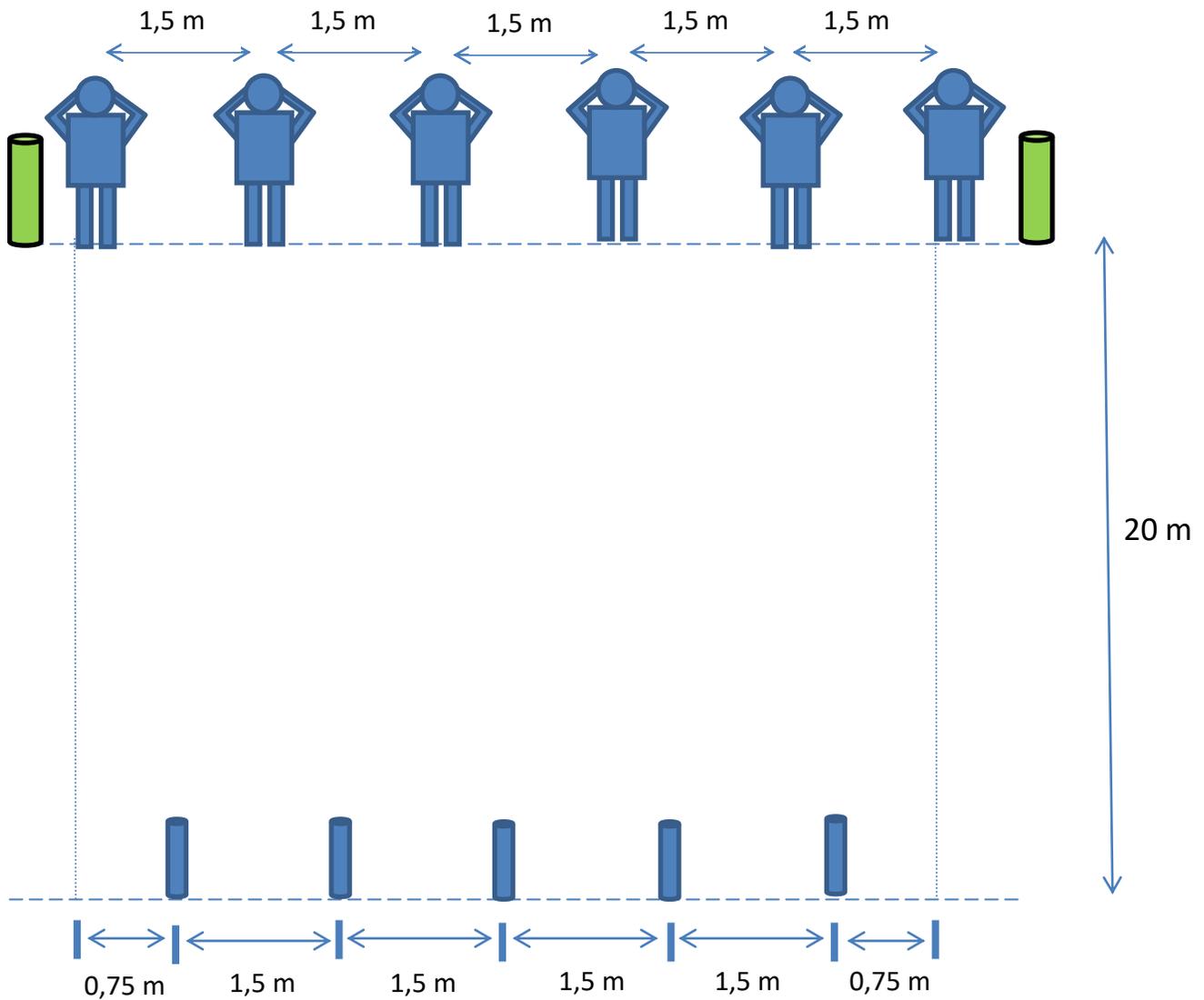
Si un athlète obtient légalement une position devant un adversaire et qu'il maintient une course normale, l'athlète qui se trouve derrière doit contourner le compétiteur de devant.

Un athlète peut dépasser un athlète plus lent.

Si deux athlètes ou plus sont accusés d'obstruction, le premier athlète coupable qui aura utilisé ses mains, ses bras, ses pieds ou ses jambes sera éliminé.

Malgré la clause d'obstruction, s'il est jugé que l'athlète n'a pas respecté le code de conduite de l'ILS et/ou qu'il n'a pas participé à l'épreuve de façon juste (Manuel de l'ILS, section 3.5), l'athlète en question peut être disqualifié.

Diagramme « Drapeaux sur la plage »



## 8.8 Course-nage-course

### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète doit courir sur une distance d'environ 100 m, nager sur une distance d'environ 100 m et courir de nouveau sur une distance d'environ 100 m. (Manuel de l'ILS, section 4.9)

Position de départ : Au signal, l'athlète doit commencer à courir.

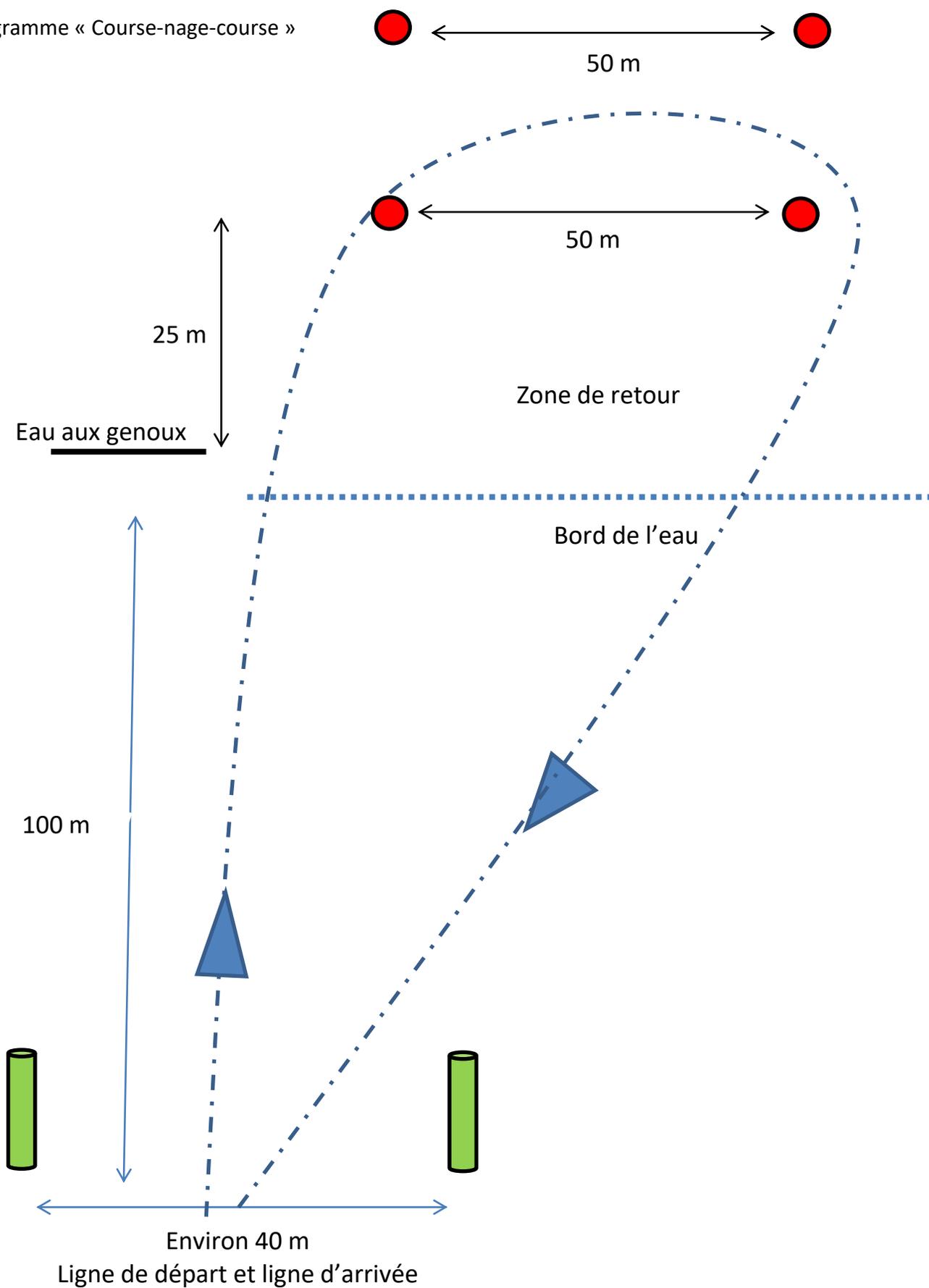
Déroulement : En courant, l'athlète doit se diriger vers l'eau en ne dépassant pas le poteau indiquant les limites du corridor de course. L'athlète entre dans l'eau et nage jusqu'aux bouées. Il doit les dépasser et les contourner dans le sens des aiguilles d'une montre afin de revenir sur la plage. Finalement, il doit courir jusqu'à la ligne d'arrivée.

Fin de l'épreuve : L'épreuve se termine lorsque le torse de l'athlète franchit la ligne d'arrivée. L'athlète doit franchir la ligne d'arrivée en position debout, sur ses pieds.

### Disqualifications

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications reliées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document, ou en anglais dans le Manuel de l'ILS section 4.9.4.

Diagramme « Course-nage-course »



## 8.9 Course avec aquaplane

### Description de l'épreuve

Au cours de cette épreuve, l'athlète doit entrer dans l'eau avec son aquaplane et ramer sur une distance d'environ 400 m, puis revenir sur la plage à la ligne d'arrivée. (Manuel de l'ILS, section 4.17)

**Position de départ :** L'athlète se tient debout derrière la ligne de départ avec son aquaplane. Au signal de départ, l'athlète commence à courir avec son aquaplane vers l'eau.

**Déroulement :** L'athlète doit monter sur son aquaplane et ramer vers les bouées. Pour les contourner, il doit les dépasser puis tourner vers la droite (dans le sens des aiguilles d'une montre). L'athlète doit par la suite revenir vers la plage et sortir de l'eau avec son aquaplane.

**Fin de l'épreuve :** L'épreuve se termine lorsque le torse de l'athlète franchit la ligne d'arrivée. L'athlète doit franchir la ligne d'arrivée en position debout, sur ses pieds, avec son aquaplane.

**Notes :** L'athlète ne doit en aucun temps retenir ou toucher les aquaplanes de ses adversaires ou encore entraver leurs mouvements.

L'athlète peut perdre le contrôle ou tout simplement perdre son aquaplane durant l'épreuve sans être nécessairement disqualifié. Pour compléter la course, l'athlète doit avoir (ou remonter sur) son aquaplane et franchir la ligne d'arrivée du côté du plan d'eau en gardant un contact avec son aquaplane.

### Organisation du plateau

Pour s'assurer que les départs et les arrivées soient justes, l'alignement de la ligne de départ et de la ligne d'arrivée avec les bouées peut être modifié, selon les conditions du plan d'eau.

**Trois bouées** de la même couleur et de la même taille (50 litres) doivent être utilisées. Deux d'entre elles (bouées de virage) doivent être placées à 50 m de distance l'une de l'autre et à 150 m de l'endroit où l'eau arrive aux genoux. La troisième bouée, appelée « apex », doit être placée entre les deux bouées de virage, à environ 16 m de la ligne formée par les deux bouées (voir schéma).

**La ligne de départ** est faite d'une corde de couleur vive, parallèle et à environ 5 m du bord de l'eau. Deux poteaux distancés de 30 m forment les extrémités de la ligne de départ. Le milieu de la ligne de départ doit être aligné avec la première bouée de virage.

**La ligne d'arrivée** doit être située sur la plage, à environ 15 m du bord de l'eau. La ligne d'arrivée est constituée de deux poteaux de 4 m de hauteur distancés de 20 m. Le milieu de la ligne d'arrivée doit être aligné avec la deuxième bouée des tournants.

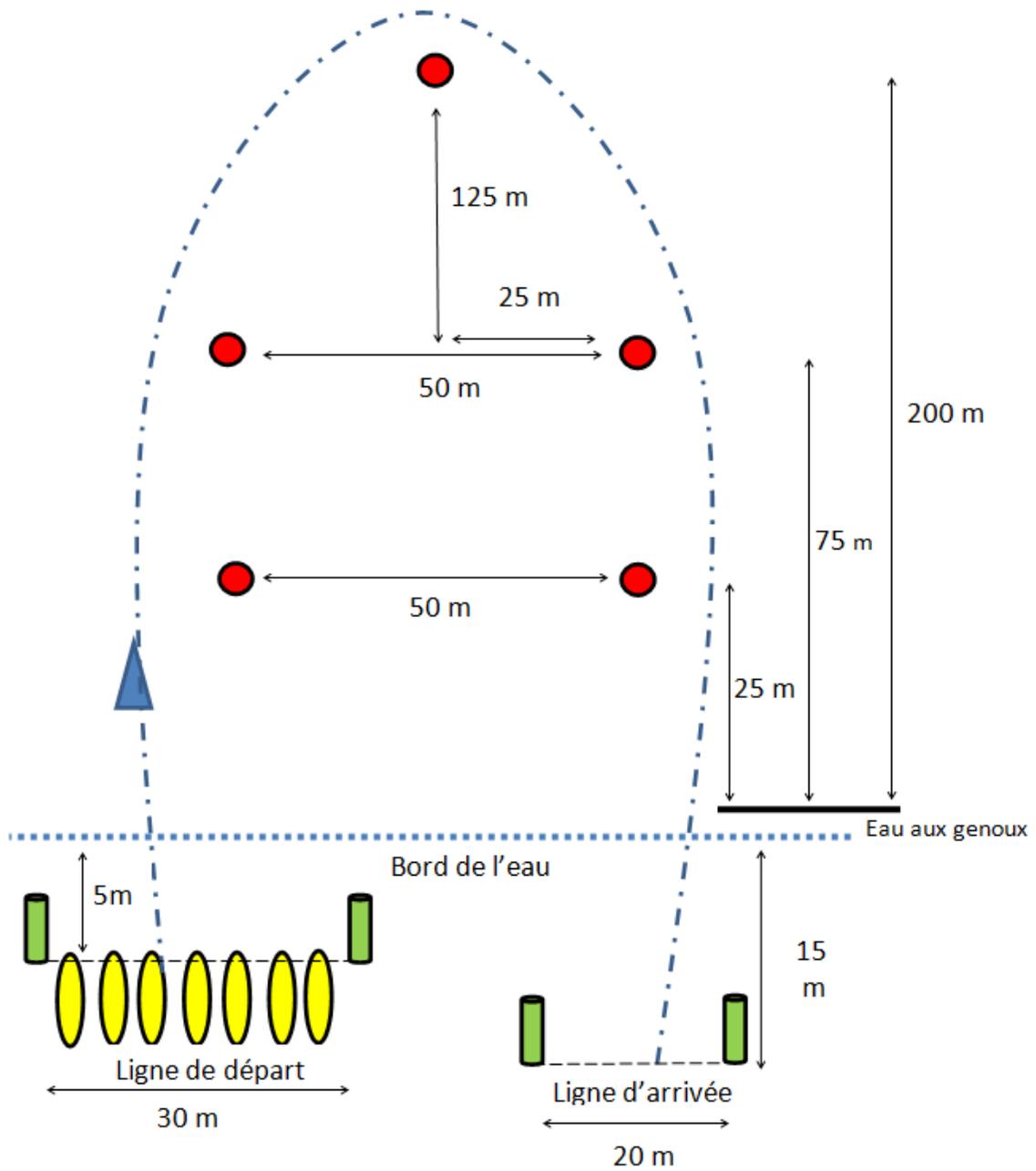
### Équipement

**Aquaplane :** (Manuel de l'ILS, section 8.4) L'utilisation d'un aquaplane de remplacement est permise lorsque l'athlète recommence l'épreuve à la ligne de départ. Un aquaplane de remplacement peut être apporté par un membre de l'équipe, tant qu'il ne dérange pas les autres athlètes.

### Disqualifications

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications reliées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document, ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 4.17.6.

# Diagramme course avec aquaplane



## 8.10 Sauveteur d'acier

### Description de l'épreuve pour les 12-13 ans

Au cours de cette épreuve, l'athlète doit nager 100 m, courir 500 m, parcourir 200 m en aquaplane et faire un sprint de 50 m. L'ordre des épreuves doit être tiré au sort.

### Description de l'épreuve pour les 14-15 ans

Au cours de cette épreuve, l'athlète doit nager 200 m, courir 1 km, parcourir 400 m en aquaplane et faire un sprint de 50 m. L'ordre des épreuves doit être tiré au sort.

**Position de départ :** L'athlète, après avoir installé son aquaplane à l'endroit désigné (derrière la ligne de départ), doit aller se positionner sur la ligne de départ. Au signal de départ, l'athlète court vers l'eau. (Manuel de l'ILS, section 4.20)

**Déroulement :** L'athlète doit courir, entrer dans l'eau et nager. Il doit contourner les bouées et revenir à la nage vers la ligne de transition.

Une fois sorti de l'eau, l'athlète doit courir sur la plage jusqu'au poteau et revenir vers la ligne de départ.

Un peu avant d'arriver à la ligne de départ, l'athlète prend son aquaplane, traverse à nouveau la ligne de départ et se dirige vers l'eau. L'athlète doit monter sur son aquaplane et ramer vers les bouées. Pour les contourner, il doit les dépasser puis tourner vers la droite (dans le sens des aiguilles d'une montre). L'athlète doit par la suite revenir vers la plage et sortir de l'eau avec son aquaplane.

À la ligne de transition, l'athlète doit déposer son aquaplane et faire un sprint de 50 m jusqu'à la ligne d'arrivée.

**Fin de l'épreuve :** L'épreuve se termine lorsque le torse de l'athlète franchit la ligne d'arrivée. L'athlète doit franchir la ligne d'arrivée en position debout, sur ses pieds.

**Note :** Voir les épreuves *Course sur sable* (section 8.5), *Course dans les brisants* (section 8.6), et *Course avec aquaplane* (section 8.9), pour obtenir plus de renseignements sur les différents segments.

Lors de l'arrivée à la ligne de transition, l'aquaplane doit être déposé à un endroit qui n'entravera pas les autres athlètes. Un *handler* peut déplacer l'aquaplane une fois qu'il a été déposé afin de ne pas nuire aux autres athlètes.

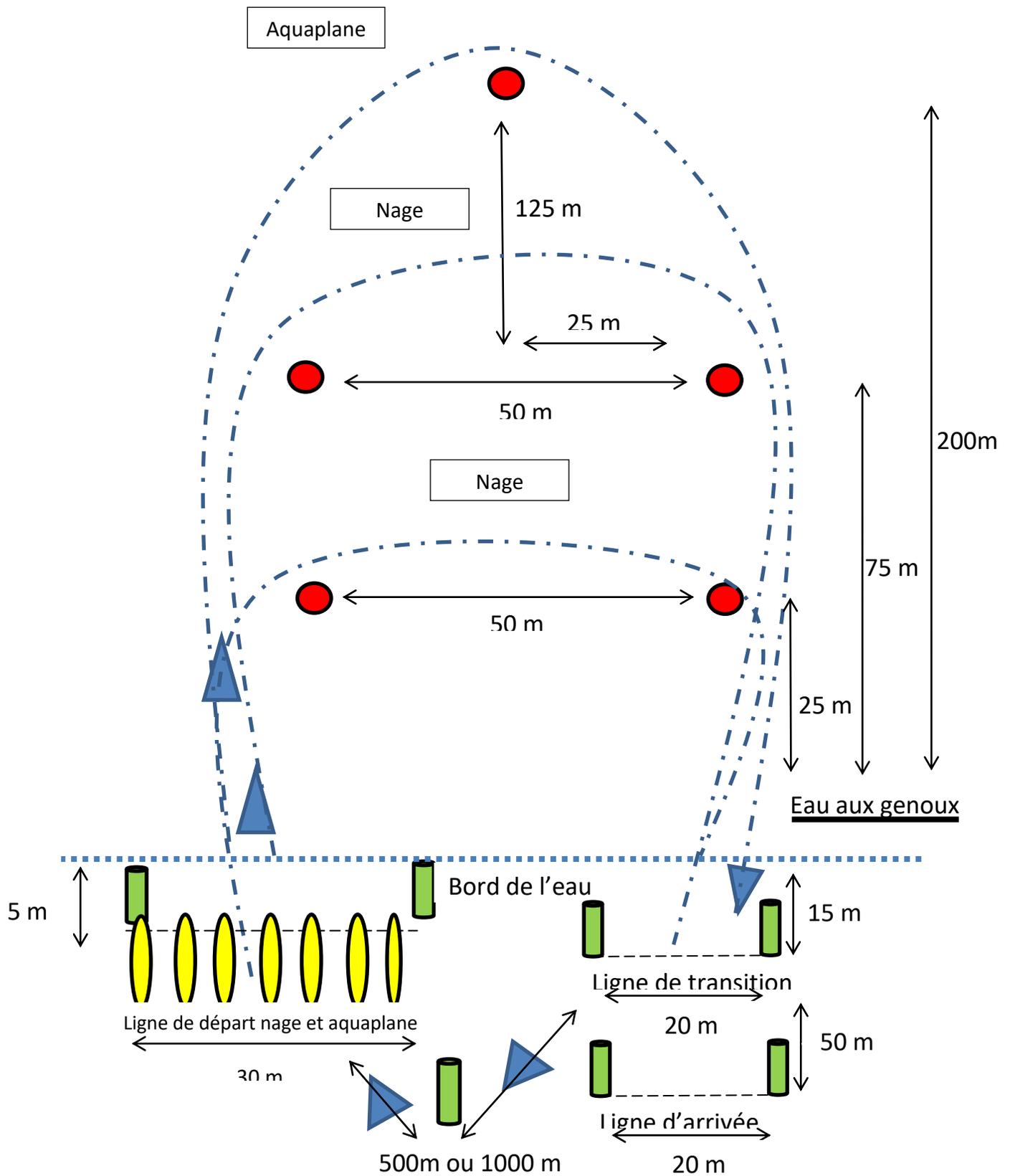
### Équipement

**Aquaplane :** (Manuel de l'ILS, section 8.4) L'ordre des aquaplanes doit être prédéterminé par une pige. L'utilisation d'un aquaplane de remplacement est permise lorsque l'athlète recommence l'épreuve à la ligne de départ. Un aquaplane de remplacement peut être apporté par un membre de l'équipe, tant qu'il ne dérange pas les autres athlètes.

## Disqualifications

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications liées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document, ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 4.20.6.

## Diagramme « Sauveteur d'acier »



## 8.11 Relais sauveteur d'acier

### Description de l'épreuve pour les 12-13 ans

Au cours de cette épreuve, chaque athlète d'une équipe de quatre personnes doit faire son segment respectif, soit nager 100 m, courir 500 m, parcourir 200 m en aquaplane et faire un sprint de 50 m. Les équipes du relais peuvent être mixtes. L'ordre des épreuves doit être tiré au sort.

### Description de l'épreuve pour les 14-15 ans

Au cours de cette épreuve, chaque athlète d'une équipe de quatre personnes doit faire son segment respectif, soit nager 200 m, courir 1 km, parcourir 400 m en aquaplane et faire un sprint de 50 m. L'ordre des épreuves doit être tiré au sort.

**Position de départ :** Chaque personne de l'équipe doit s'installer à sa position respective, là où son segment débutera. L'athlète qui va nager doit aller se positionner sur la ligne de départ. Au signal de départ, l'athlète doit courir vers l'eau. (Manuel de l'ILS, section 4.21)

**Déroulement :** L'athlète doit courir, entrer dans l'eau et nager. Il doit contourner les bouées et revenir à la nage vers la ligne de transition sur la plage, où l'athlète qui va courir l'attend.

Une fois la touche donnée, le deuxième athlète doit courir sur la plage jusqu'au poteau et revenir vers la ligne de départ pour donner la touche au troisième athlète.

À la ligne de départ, le troisième athlète attend la touche avant de courir pour prendre son aquaplane et de se diriger vers l'eau. Il doit monter sur son aquaplane et ramer vers les bouées. Pour les contourner, il doit les dépasser puis tourner vers la droite (dans le sens des aiguilles d'une montre). L'athlète doit par la suite revenir vers la plage et sortir de l'eau avec son aquaplane. Un *handler* peut déplacer l'aquaplane une fois qu'il a été déposé, afin de ne pas nuire aux autres athlètes.

À la ligne de transition, l'athlète doit donner la touche au quatrième athlète. Ce dernier doit faire un sprint de 50 m jusqu'à la ligne d'arrivée.

**Fin de l'épreuve :** L'épreuve se termine lorsque le torse de l'athlète franchit la ligne d'arrivée. L'athlète doit franchir la ligne d'arrivée en position debout, sur ses pieds.

**Note :** Les transitions entre les athlètes doivent se faire comme décrites à la section 8.2.7. Voir les épreuves *Course sur sable* (section 8.5), *Course dans les brisants* (section 8.6), et *Course avec aquaplane* (section 8.9), pour obtenir plus de renseignements sur les différents segments.

### Équipement

**Aquaplane :** (Manuel de l'ILS, section 8.4) L'utilisation d'un aquaplane de remplacement est permise lorsque l'athlète recommence l'épreuve à la ligne de départ. Un aquaplane de remplacement peut être apporté par un membre de l'équipe, tant qu'il ne dérange pas les autres athlètes.

## Disqualifications

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications liées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document, ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 4.21.5.

\* VOIR LE SCHÉMA DE L'ÉPREUVE PRÉCÉDENTE \*

## 8.12 Course 90 mètres

### Description de l'épreuve

Dans cette épreuve, l'athlète doit courir sur une distance de 90 mètres sur le sable. (Manuel de l'ILS, section 4.11)

**Position de départ :** Au signal, les compétiteurs prennent position dans le couloir qui leur a été assigné. Aucuns blocs de départ artificiels ne sont permis, mais les compétiteurs peuvent aménager le sable de la zone de départ à leur convenance.

**Déroulement :** Au signal de départ, les athlètes doivent courir sur 90 mètres jusqu'à la ligne d'arrivée. Les compétiteurs doivent rester en tout temps dans leur corridor jusqu'à la remise des résultats de la vague.

**Fin de l'épreuve :** L'épreuve se termine lorsque le torse de l'athlète franchit la ligne d'arrivée. Le bout de fin de piste (20 m) servira à l'athlète pour ralentir sa course. Celui-ci devra rester dans son corridor jusqu'à ce que les résultats de la vague soient donnés.

### Organisation du plateau

La **ligne de départ** et la **ligne d'arrivée** doivent être faites d'une corde synthétique, de couleur vive et doivent relier deux poteaux. Le bout de piste (20 mètres) servira au coureur à ralentir sa course.

Les **corridors de course** doivent être de longueurs (130 m) et largeurs (1.8 m, minimum de 1.5) égales. Un minimum de 8 corridors et un maximum de 10 corridors est requis.

La **ligne de rassemblement** est établie à 5 m avant la ligne de départ.

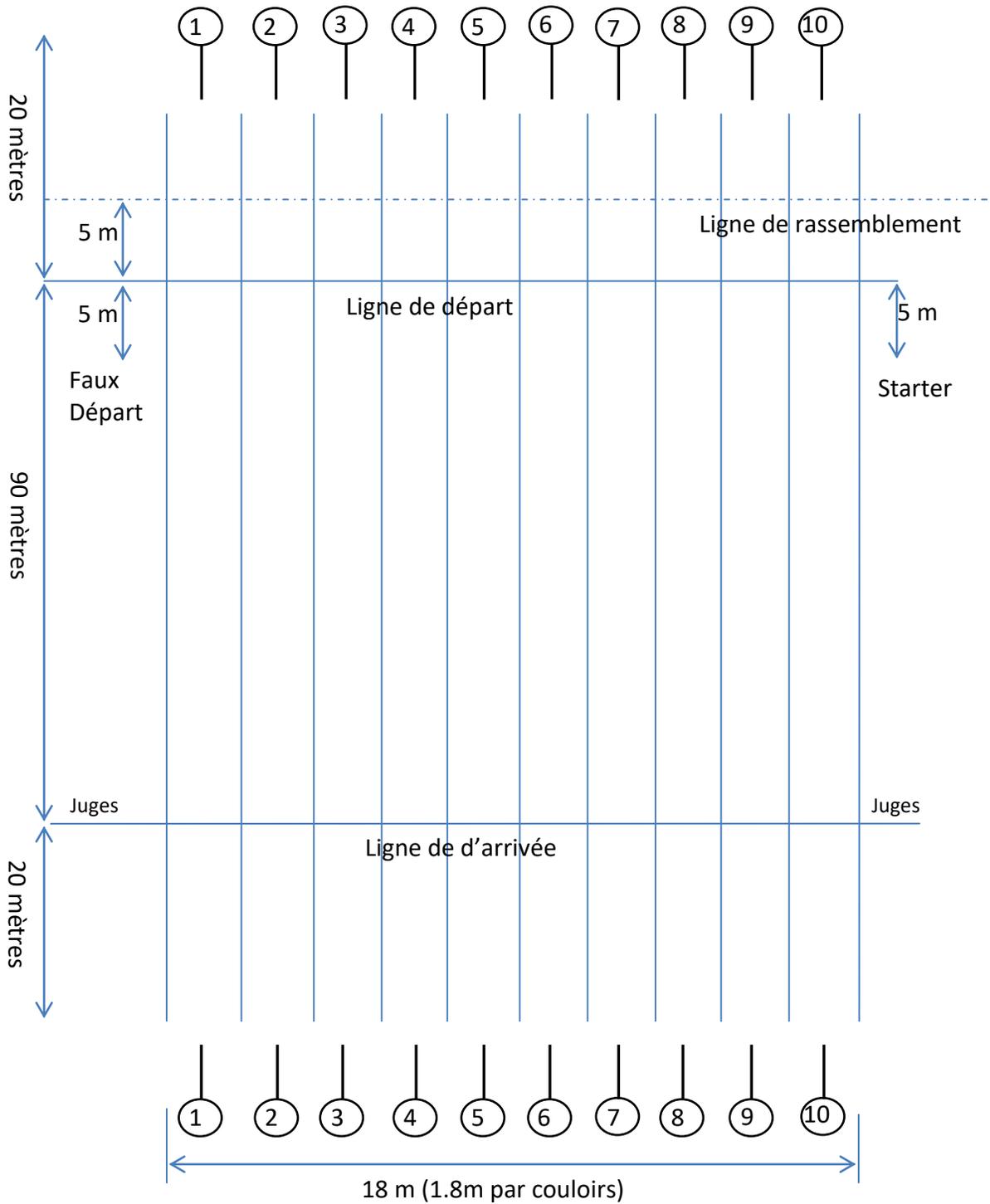
### Équipement

Les chandails et les shorts conformes à l'uniforme de l'équipe peuvent être portés à la discrétion du compétiteur.

### Disqualifications

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications liées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document, ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 4.11.6.

Diagramme « Course 90 m »



## 8.13 Course 4 X 90 mètres

### Description de l'épreuve

Dans cette épreuve, une équipe constituée de 4 athlètes doit courir sur une distance de 4 x 90 mètres sur le sable avec un bâton. (Manuel de l'ILS, section 4.14)

**Position de départ :** Au signal, le premier compétiteur prend position dans le couloir assigné à son équipe et attend le signal de départ.

**Déroulement :** Au signal de départ, le premier coéquipier court sur 90 mètres jusqu'à la ligne d'arrivée et passe le bâton au deuxième athlète de son équipe, et ainsi de suite. Les compétiteurs doivent rester en tout temps dans leur corridor jusqu'à la remise des résultats de la vague.

Passation de bâton :

- a) Le compétiteur qui porte le bâton doit le porter jusqu'à la ligne d'arrivée. Il peut être en mouvement en même temps qu'il prend le bâton. Toutefois, il y aura disqualification si un membre franchit la ligne avant de prendre possession du bâton.
- b) Si le bâton est échappé durant l'échange, le receveur peut récupérer le bâton et repartir à courir, pourvu qu'il n'y ait aucune interférence avec les autres compétiteurs.
- c) Si le bâton est échappé, à n'importe quel moment de la compétition, le compétiteur peut le récupérer et continuer la course, pourvu qu'il n'y ait aucune interférence avec les autres compétiteurs.

**Fin de l'épreuve :** L'épreuve se termine lors que le torse du dernier athlète de l'équipe franchit la ligne d'arrivée. Le bout de fin de piste (20 m) servira à l'athlète pour ralentir sa course. Les athlètes devront rester dans leurs corridors jusqu'à ce que les résultats de la vague soient donnés.

### Organisation du plateau

Le plateau est monté de la même façon que pour l'épreuve de Course 90 mètres. Veuillez vous référer à la section 8.12.

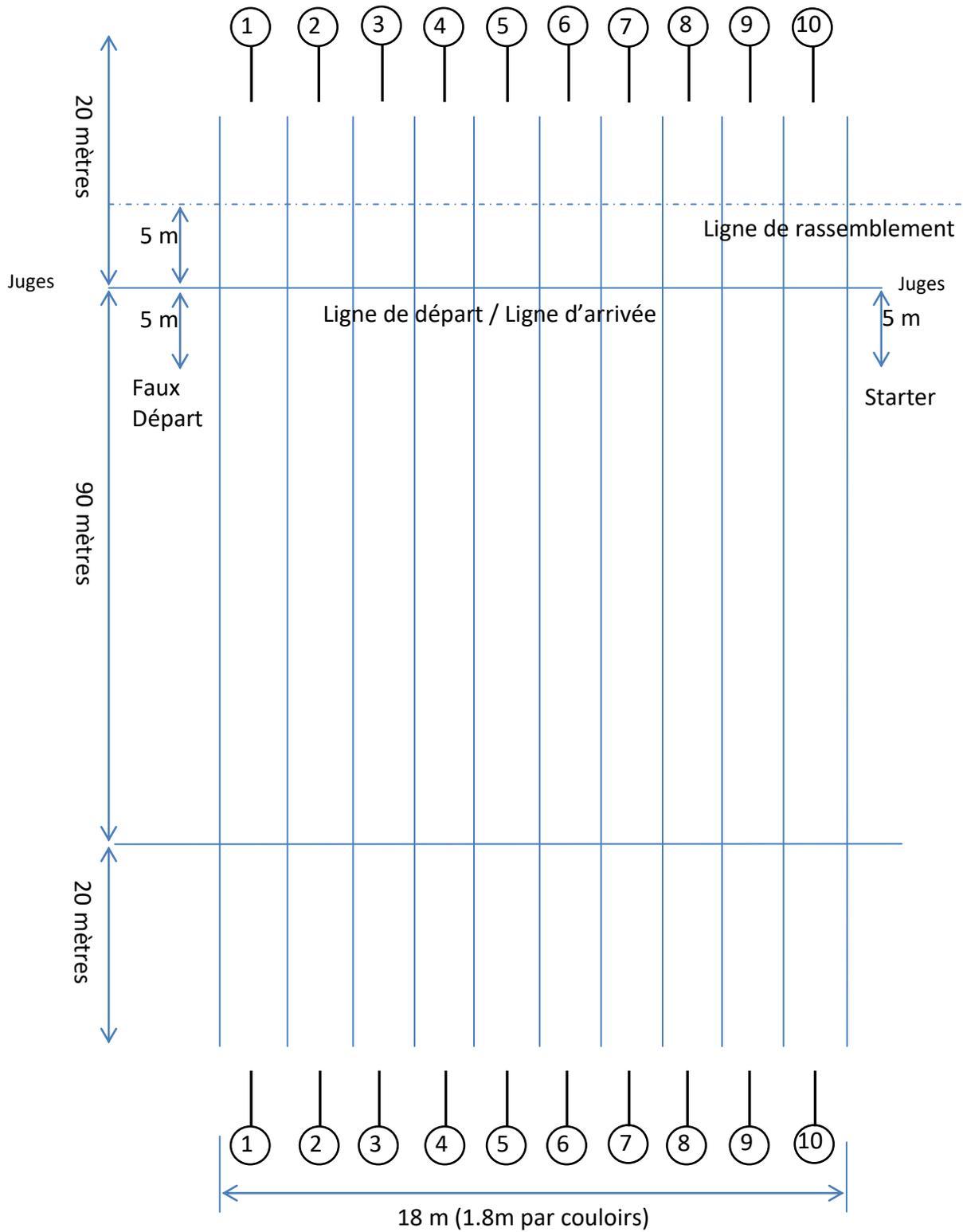
### Équipement

Les chandails et les shorts conformes à l'uniforme de l'équipe peuvent être portés à la discrétion du compétiteur.

### Disqualifications

En plus des règlements généraux et du déroulement de l'épreuve, les disqualifications reliées à l'épreuve se retrouvent en français en annexe de ce document, ou en anglais dans le Manuel de l'ILS, section 4.14.7.

Diagramme « Course 4 X 90 m »





**Solutions proposées :**

---

---

---

---

---

---

---

---

Règlement(s) appuyant votre demande : \_\_\_\_\_

**Décision :**

Heure de remise de la décision : \_\_\_\_\_

Accepté       Refusé

**Commentaires :**

---

---

---

---

Signature du capitaine ou de l'entraîneur : \_\_\_\_\_

Signature du juge en chef : \_\_\_\_\_

## Annexe 2 – Précisions sur les disqualifications impliquant des mannequins

ILS Competition Manual Technical Bulletin 2 Final – June 10 2012

(Ce document provenant de l'*International Life Saving Federation* n'est pas disponible en français.)

### Annexe 3 - Précisions sur les disqualifications impliquant des mannequins

#### GÉNÉRAL

Code de disqualification	Épreuves
1. Un compétiteur ne complète pas l'épreuve conformément à la description générale de cette dernière et aux règles générales.	Toutes les épreuves
2. Un compétiteur, une équipe ou un coéquipier manipulant l'équipement ( <i>handler</i> ) est considéré comme participant déloyal. Voici des exemples de participation déloyale : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avoir recouru au dopage ou être impliqué dans des activités de dopage</li> <li>• Se faire passer pour un autre participant</li> <li>• Tenter de fausser le tirage des positions pour les épreuves</li> <li>• Participer plus d'une fois à la même épreuve individuelle</li> <li>• Participer plus d'une fois à la même épreuve dans des équipes différentes</li> <li>• Perturber volontairement le déroulement d'une épreuve afin d'en tirer avantage</li> <li>• Bousculer le coéquipier manipulant l'équipement (<i>handler</i>) d'un autre compétiteur ou lui faire obstacle pour nuire à sa progression</li> <li>• Recevoir une assistance matérielle ou physique extérieure (autre que des consignes verbales et gestuelles)</li> </ul>	Toutes les épreuves
3. Un compétiteur se présente en retard à la zone de rassemblement.	Toutes les épreuves
4. Un compétiteur ou une équipe est absent au départ d'une épreuve (sauf pour les finales divisées en finale A et finale B).	Toutes les épreuves
5. Un compétiteur endommage délibérément le site de la compétition ou de l'hébergement, ou la propriété d'autrui.	Toutes les épreuves
6. Un compétiteur fait preuve d'une conduite importune à l'égard des officiels.	Toutes les épreuves
7. Un compétiteur enduit ses mains, ses pieds, le mannequin ou la bouée tube d'une substance collante (sous forme solide, liquide ou en aérosol), dans le but d'améliorer sa prise ou sa poussée au fond de la piscine.	Toutes les épreuves
8. Un compétiteur s'aide du fond de la piscine (sauf lors des épreuves où l'utilisation de ce dernier est prévue, par exemple les épreuves Obstacles et Relais portage mannequin 4 x 25 m).	Toutes les épreuves
9. Un compétiteur sort de l'eau à la fin d'une épreuve avant d'en avoir eu l'autorisation de l'officiel.	Toutes les épreuves
10. Un compétiteur amorce son mouvement avant le signal de départ.	Toutes les épreuves

## ÉPREUVES PISCINE

Code de disqualification	Épreuves
11. Un compétiteur passe au-dessus un obstacle et omet de revenir en arrière (en passant au-dessus ou sous l'obstacle), afin de le franchir par en dessous.	Obstacles, Relais obstacles
12. Un compétiteur omet de faire surface après le plongeon de départ ou après avoir effectué un virage avant de passer sous un obstacle.	Obstacles, Relais obstacles
13. Un compétiteur omet de faire surface après chaque obstacle.	Obstacles, Relais obstacles
14. Un compétiteur omet de toucher le mur en effectuant son virage.	Obstacles
15. Un compétiteur omet de toucher le mur d'arrivée.	Toutes les épreuves
16. Un compétiteur omet de faire surface avant de plonger vers le mannequin.	Portage de mannequin
17. Un compétiteur s'aide, pour faire surface avec le mannequin, de toute composante de la piscine (exemple : ligne de corde, marches, drains, ou accessoires pour le hockey subaquatique), excluant le fond de la piscine.	Portage de mannequin, Portage de mannequin avec palmes, Relais portage mannequin, Medley de sauvetage, <b>Sauveteur d'acier</b>
18. Un compétiteur omet d'adopter une position de portage du mannequin correcte avant que le dessus de la tête du mannequin ne franchisse la ligne de 5 m.	Portage de mannequin, Medley de sauvetage, <b>Sauveteur d'acier</b>
19. Un compétiteur utilise une technique de portage inadéquate. (voir la section 3.3 <i>Manikins</i> du Manuel de l'ILS ainsi que le bulletin technique #2 de l'ILS)	Portage de mannequin, Portage de mannequin avec palmes, Relais portage mannequin, Medley de sauvetage, <b>Sauveteur d'acier</b>
20. Un compétiteur porte ou remorque le mannequin le visage vers le bas. (voir la section 3.3 <i>Manikins</i> du Manuel de l'ILS ainsi que le bulletin technique #2 de l'ILS)	Portage de mannequin, Portage de mannequin avec palmes, Remorquage de mannequin avec palmes, Relais portage mannequin, Medley de sauvetage, <b>Sauveteur d'acier</b>

21. Un compétiteur relâche le mannequin avant de toucher le mur d'arrivée ou le mur de virage (Sauveteur d'acier).	Portage de mannequin, Portage de mannequin avec palmes, Medley de sauvetage, Sauveteur d'acier
22. Un compétiteur fait surface après son virage et avant d'avoir remonté le mannequin.	Medley de sauvetage
23. Un compétiteur omet d'adopter une position de portage du mannequin correcte avant que le dessus de la tête du mannequin ne franchisse la ligne de 10 m.	Portage de mannequin avec palmes
24. Un compétiteur s'aide d'une composante de la piscine (exemple : ligne de corde, marches, drains, ou accessoires pour le hockey subaquatique) au moment de fixer la bouée tube autour du mannequin.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
25. Le coéquipier manipulant le mannequin ( <i>handler</i> ) positionne le mannequin d'une manière incorrecte ou le touche après que le compétiteur ait touché le mur de virage.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
26. Après avoir nagé 50 m ou 150 m, un compétiteur omet de toucher le mur de la piscine avant de toucher le mannequin.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
27. Le coéquipier manipulant le mannequin ( <i>handler</i> ) omet de relâcher le mannequin aussitôt après que le compétiteur ait touché le mur de virage.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
28. Le coéquipier manipulant le mannequin ( <i>handler</i> ) pousse le mannequin vers le compétiteur ou le mur d'arrivée.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
29. Le coéquipier manipulant le mannequin ( <i>handler</i> ) entre dans l'eau volontairement au cours de l'épreuve ou entre dans l'eau accidentellement et perturbe la performance d'un autre compétiteur ou le travail des juges.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
30. Un compétiteur accroche la bouée tube après l'anneau avant de toucher le mur de virage.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
31. Un compétiteur omet de fixer correctement la bouée tube au mannequin, c'est-à-dire autour du corps et sous les bras du mannequin, puis fixée à un joint torique.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
32. Un compétiteur omet de fixer la bouée tube au mannequin dans la zone de récupération de 5 m (mesurée en fonction du haut de la tête du mannequin).	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier

33. Un compétiteur pousse ou porte le mannequin au lieu de le remorquer.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
34. Un compétiteur omet de tendre complètement le cordon de la bouée tube avant que le dessus de la tête du mannequin ne traverse la ligne de 10 m.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
35. Au-delà de la ligne de 10 m, un compétiteur omet de remorquer le mannequin de manière à ce que le cordon de la bouée tube soit complètement tendu (à moins que le compétiteur se soit arrêté pour réajuster la fixation de la bouée tube au mannequin).	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
36. La bouée tube et le mannequin se séparent après avoir été correctement fixés ensemble.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
37. Un compétiteur touche le mur d'arrivée sans que la bouée tube et le mannequin ne soient bien en place.	Remorquage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
38. Un compétiteur relâche le mannequin avant de toucher le mur de virage ou le mur d'arrivée.	Relais portage mannequin, Portage de mannequin avec palmes, Sauveteur d'acier
39. Un compétiteur obtient de l'assistance d'un troisième compétiteur au moment de l'échange entre le compétiteur arrivant et le compétiteur partant.	Relais portage mannequin
40. Un compétiteur qui exécute plus d'un segment de l'épreuve.	Relais obstacles, Relais portage mannequin, Relais Medley
41. Un compétiteur effectue son départ avant que le compétiteur précédent n'ait touché le mur.	Relais obstacles, Relais portage mannequin, Relais Medley
42. L'échange du mannequin : <ul style="list-style-type: none"> <li>• s'effectue avant ou après la zone de transition;</li> <li>• s'effectue avant que le compétiteur arrivant touche le mur de la piscine.</li> </ul>	Relais portage mannequin
43. Un compétiteur relâche le mannequin avant que le prochain compétiteur l'ait saisi. Autrement dit, lors de l'échange, une main de chaque compétiteur doit être en contact avec le mannequin.	Relais portage mannequin
44. Le quatrième compétiteur touche la bretelle, le cordon, ou toute autre partie de la bouée tube avant que le troisième compétiteur ait touché le mur de virage.	Relais Medley

45. Un compétiteur joint les deux extrémités de la bouée tube à l'aide de l'anneau.	Relais Medley
46. La victime tient la bouée tube par la sangle ou le mousqueton.	Relais Medley
47. La victime s'aide en effectuant des mouvements de bras ou omet de tenir la bouée de sauvetage à l'aide de ses deux mains.	Relais Medley
48. La victime perd la bouée tube après avoir traversé la ligne de 5 m.	Relais Medley
49. Au-delà de la ligne de 10 m, le quatrième compétiteur remorque la victime sans que le cordon de la bouée tube ne soit complètement tendu.	Relais Medley
50. Un compétiteur retourne dans l'eau après avoir complété son segment du relais.	Relais obstacles, Relais Medley, Relais portage mannequin
51. La victime retire sa main de la barre transversale avant de toucher la corde.	Lancer de la corde
52. Le lanceur sort ses deux pieds de la zone de lancement à n'importe quel moment au cours des 45 secondes de l'épreuve dont la fin est indiquée par un signal sonore.	Lancer de la corde
53. La victime sort de l'eau avant le signal sonore indiquant la fin du 45 secondes.	Lancer de la corde
54. La victime attrape la corde en dehors de son couloir.	Lancer de la corde
55. La victime n'adopte pas une position sur le ventre alors qu'elle est tirée vers le mur d'arrivée.	Lancer de la corde
56. La victime omet de tenir la corde de ses deux mains alors qu'elle est tirée vers le mur d'arrivée (la victime peut tenir la corde d'une seule main dans l'unique but de toucher le mur d'arrivée).	Lancer de la corde
57. La victime « grimpe » sur la corde en passant ses mains l'une devant l'autre.	Lancer de la corde
58. Le lanceur exécute des lancers de pratique.	Lancer de la corde
Note : La mention « DNF (Did not finish) » plutôt que « DQ (Disqualification) » sera attribuée aux compétiteurs n'ayant pas réussi l'épreuve dans les 45 secondes allouées.	