

**WORLD AQUATICS –  
RÈGLES POUR  
LA NATATION DE  
COMPÉTITION**

**RÈGLEMENT 7.3.1**

**GUIDE FORMATION ADAPTATIONS 2023**

## SITUATION DE DÉPART

Les modifications de règles décidées lors du congrès Fina (la fédération mondiale de natation a été renommée en World Aquatics durant le congrès) en novembre 2022 et en mars 2023 ont été intégrées dans le règlement 7.3.1. En même temps, des adaptations de texte pour une meilleure formulation ont été faites : par rapport à la pratique en cours et par rapport à des précisions utiles.

## BUT DU DOCUMENT

Le contenu de ce document devrait aider les formateurs à comprendre les adaptations et à pouvoir les transmettre de manière optimale. S'y ajoutent quelques remarques par rapport à l'interprétation. Une distribution de ce document aux juges Pool ou Pool Advanced n'est pas recommandée.

## CONTACTS EN CAS DE QUESTIONS

En cas de questions, veuillez-vous adresser en premier lieu aux responsables régionaux de la formation :

Région	Nom	Prénom	Mail
RZW	Hirschi	Martin	martin.hirschi@bluewin.ch
ROS	Brons	Anja	anja.brons@outlook.de
	Manetsch	Gaby	manetschag@bluewin.ch
RSR	Gurtner	Marie-Claire	magicgurtner@gmail.com
RSI	Wehrli	Brigitte	bri.fisiolino@bluewin.ch
	Canevese	Glauco	glauco.canevese@icloud.com
RZO	Jung Ewert	Isabella	grigri@hispeed.ch

Chef «Juges»:  
Andreas Tschanz

Chef «Compétitions»:  
Rolf Ingold

Edition 2023

En vigueur à partir du 1er mai 2023

SPONSORS



PARTNERS



NATIONAL PARTNERS



# ADAPTATIONS ET COMMENTAIRES PAR RAPPORT AU RÈGLEMENT 7.3.1 VERSION 1.3.2023

## SITUATION DE DÉPART

Toute divergence entre les différentes versions linguistiques et toute remarque par rapport à des formulations isolées doivent être signalées au directeur sportif sans délai pour clarification. La direction natation décide par la suite des mesures nécessaires à prendre.

La version allemande fait foi en cas de divergences entre les versions allemande, italienne et française.

*Commentaire :*

*Cette formulation précise que d'éventuelles divergences doivent être directement annoncées à la discipline sportive et que c'est au Juge Arbitre de prendre les décisions qui s'imposent lors de la compétition.*

## TERMINOLOGIE & GÉNÉRALITÉS

Les termes de nageur, juge arbitre etc. employés dans les règlements de la FSN incluent les personnes de **tous** les genres.

Le terme de nage de compétition 'dauphin' a été remplacé dans tout le document par 'papillon', et le terme de 'nage de compétition' est utilisé de manière conséquente.

Quelques corrections de texte non pertinentes pour l'interprétation des règles ne sont pas signalées.

Ligne de faux départ : Ce thème a été longuement discuté et il a été décidé que la ligne de faux départ reste une partie obligatoire dans la mise en place d'une installation de compétition. Ainsi les directives pour son maintien restent dans le règlement.

*Commentaire :*

*Adaptations à la pratique en cours et traduction correcte.*

## 1. LE DÉPART

### 1.1. ÉPREUVES DE NAGE LIBRE, BRASSE, PAPILLON ET 4-NAGES INDIVIDUELS

1.1.6 Dès que tous les nageurs se sont mis en position de départ, le signal de départ intervient (~~dans la règle au sifflet ou au klaxon~~).

Afin de préserver l'égalité des chances de tous les nageurs, il peut s'avérer nécessaire d'interrompre le processus de départ entre l'ordre préalable "Take your marks" et le signal de départ en prononçant alors lentement et distinctement les mots "relax, please", suivis des mots "step back please" ou "step down please".

Si nécessaire, la ligne de faux-départ doit être abaissée.

Ensuite, le processus de départ se répète en commençant par le long coup de sifflet qui précède l'ordre préalable.

*Commentaire :*

*Adaptation à la pratique en cours, meilleure formulation.*

### 1.2. ÉPREUVES DE DOS ET RELAIS 4-NAGES

1.2.3 Au premier long coup de sifflet, les nageurs se rendent immédiatement dans l'eau.

Au deuxième long coup de sifflet, ils s'alignent immédiatement face au mur de départ, le visage dirigé vers le plot de départ, les deux mains sur les poignées.

*Commentaire :*

*Le deuxième coup de sifflet devrait être effectué lorsque le dernier nageur sort à nouveau sa tête de l'eau.*

1.2.6 Dès que tous les nageurs se trouvent en position de départ selon chiffre 1.2.4, le signal de départ intervient (~~dans la règle au sifflet ou au klaxon~~). ~~Les mains ne doivent pas lâcher les poignées avant l'ordre de départ.~~

Afin de préserver l'égalité des chances de tous les nageurs, il peut s'avérer nécessaire d'interrompre le processus de départ entre l'ordre préalable "Take your marks" et le signal de départ en prononçant alors lentement et distinctement les mots "relax, please". Si besoin, la ligne de faux-départ doit être abaissée. Les nageurs ne doivent pas sortir de l'eau.

Ensuite, le processus de départ se répète en commençant par le deuxième long coup de sifflet qui précède l'ordre préalable

*Commentaire :*

*La deuxième phrase – pas nécessaire – a été biffée.*

### 1.3. DÉPART ANTICIPÉ

Le signal de départ est valable dans tous les cas. La ligne de faux départ ne doit pas être abaissée et la course se poursuit. **Une disqualification pour un départ anticipé doit être observée et confirmée et par le Starter et par le Juge Arbitre.**

*Commentaire :*

*Adaptation à la pratique en cours.*

### 1.5 VIOLATIONS DES RÈGLES LORS DE LA PROCÉDURE DU DÉPART

- 1.5.1 Un nageur viole les règles lors de la procédure du départ lorsqu'il :
- a. ne réagit pas immédiatement aux ordres du Juge Arbitre ou du Starter ;
  - b. retarde le départ d'une quelconque manière ;
  - c. tombe dans l'eau avant le signal ;
  - d. part avant le signal ;
  - e. **initie le départ par un mouvement en avant ('initiating').**

*Commentaire :*

*Adaptation à la pratique en cours, meilleure formulation en ajoutant 'initiating'.*

## 3. DOS (NAGE LIBRE EN POSITION DORSALE)

- 3.0.4 À l'arrivée le nageur doit toucher le mur en position dorsale. **Le corps peut être totalement immergé, une fois qu'une partie de la tête ait passée la marque des 5 mètres avant l'arrivée.**

*Commentaire :*

*Modification de la règle.*

## 4. BRASSE

- 4.0.4 **Tous les mouvements des jambes doivent être effectués simultanément sans mouvements de type battement alterné ou kick actif. Les pieds doivent être tournés vers l'extérieur pendant la phase propulsive du mouvement de jambes.**

*Commentaire :*

*La règle "au même niveau horizontal" a été biffée sans remplacement, ainsi des 'ciseaux' seraient en principe autorisés. Cependant comme les pieds doivent toujours être tournés vers l'extérieur, les directives restent en fait aussi sévères et les ciseaux sont presque exclus. Le texte de l'art. 4.0.4 a en plus été formulé de manière plus simple.*

- 4.0.7 Après le départ et les virages, le nageur peut :
- ~~contrairement au chiffre 4.0.6~~, effectuer un cycle de mouvement de brasse complet sous l'eau avant de revenir à la surface. La tête du nageur doit avoir fendu la surface de l'eau avant que, lors du deuxième cycle de mouvement, les mains ne soient tournées vers l'intérieur au moment de la phase la plus large ;
  - ~~contrairement au chiffre 4.0.3 alinéa 2~~, effectuer durant le premier cycle de mouvement une traction des bras en allongeant les bras vers l'arrière jusqu'aux **jambes**, soit sous l'eau ou à la surface de l'eau ;
  - ~~contrairement au chiffre 4.0.4 alinéa 2~~, effectuer, avant le premier mouvement de jambes brasse, un seul et unique battement papillon.

*Commentaire :*

*Formulation simplifiée, meilleure lisibilité.*

## 6. 4 - NAGES

- 6.0.3 Chaque fraction doit être nagée et terminée **sur un quart de la distance totale** selon les règles spécifiques du style en question.
- 6.0.4 **Lors du virage vers le style de nage libre, en quittant le mur, le nageur doit se trouver en position ventrale avant l'exécution de la première traction des bras ou de mouvements de jambes de tous types.**

*Commentaire :*

*Adaptation à la pratique en cours, précision.*

## 7. PRESCRIPTIONS GENERALES CONCERNANT LA COURSE

### 7.1 ENTRÉE INTERDITE DANS L'EAU

- 7.1.1 Un nageur engagé dans l'épreuve actuelle ne peut entrer dans l'eau du bassin de compétition que :
- lors du départ de sa course **ou** à la demande **du Juge Arbitre**
  - lors de sa participation à un relais
  - dans des cas spéciaux, sur ordre du Juge Arbitre ou d'un autre juge

Une infraction à ces dispositions est considérée comme une infraction aux règles de **style de nage natation et entraîne une disqualification.**

*Commentaire :*

*Adaptation à la pratique en cours, précision.*

## 7.2 AUTRES RÈGLES DURANT LA COURSE

- 7.2.1 Un nageur n'effectuant pas la distance complète est disqualifié.
- 7.2.2 Un nageur n'est pas autorisé à quitter son couloir de nage durant la course.
- 7.2.3 Pendant la course de nage libre ou pendant la fraction de nage libre d'un relais de 4-nages, le nageur est autorisé à se tenir debout au fond du bassin. Il lui est toutefois interdit de s'en propulser ou de marcher sur le fond du bassin.
- 7.2.4 Il n'est pas permis de se tirer à la ligne de séparation des couloirs de nage.
- 7.2.5 Aucune instruction ne peut être donnée aux nageurs pendant la course (Coaching).  
Il n'est pas permis de donner la cadence.

### *Commentaire :*

*Simplification des textes, précision 'se tenir debout au fond du bassin'. Résumé dans un nouveau chapitre 7.2. Adaptation à la pratique en cours.*

## 7.3 ACCESSOIRES AUTORISÉS / INTERDITS

- 7.3.1 Le nageur n'est pas autorisé à se servir de moyens artificiels susceptibles d'influencer sa vitesse, son endurance ou sa flottabilité pendant une course (gants, palmes, planche, pull boy, colle, power band ou autre).  
Le port de lunettes de natation, d'un ou de deux bonnets de bain et d'un pince-nez est autorisé.
- 7.3.2 L'utilisation de tout type de bandages ou tapes est interdit, sauf
  - a. le taping de 1 ou 2 doigts ou orteils à la suite d'une blessure ou
  - b. si un médecin de la Fédération de Swiss Aquatics accorde une dérogation sur la base d'une demande justifiée présentée dans les délais requis.Les sparadraps résistants à l'eau sont autorisés.  
En cas de blessures aux articulations survenues durant la compétition, le Juge Arbitre peut autoriser des bandages renforçant les articulations (fixes, non élastiques).
- 7.3.3 Les technologies et les équipements pour l'enregistrement automatique et exclusif de données sont autorisés s'ils sont répertoriés par World Aquatics et s'ils ne violent pas les règles de protection des données.
- 7.3.4 L'utilisation d'appareils et d'installations pour assister le jury n'est permise que si cela a été autorisé pour la compétition en question.

### *Commentaire :*

*Nouvel article 7.3.2, 7.3.3 en raison d'une modification de règle, 7.3.4 Adaptation à la pratique en cours.*

## 7.4 DÉRANGER OU GÊNER UN AUTRE NAGEUR, SORTIE DU BASSIN

- 7.4.1 Le nageur ne doit pas gêner ou déranger un autre nageur.
- 7.4.2 A son arrivée, le nageur **ou le nageur de relais** doit quitter le bassin latéralement en temps opportun en fonction des circonstances. Le Juge Arbitre peut donner des directives à cet effet et le nageur doit se conformer aux demandes individuelles des juges.
- 7.4.3 **En cas de non-respect des dispositions pour sortir du bassin, le nageur peut**
- être averti,
  - être disqualifié en cas de récidive.

### *Commentaire :*

*Précision et directives claires. Le mot 'peut' sous chiffre 7.4.3 est important pour que le Juge Arbitre puisse appliquer le bon comportement en suivant les directives décidées lors de la séance des chefs d'équipe ou pendant la compétition.*

## 7.5 TENUES DE NATATION

- 7.5.1. Les tenues de natation peuvent se composer d'une ou de deux parties; elles doivent s'arrêter au-dessus des genoux et ne doivent pas :
- dépasser le nombril chez les **messieurs**, et
  - couvrir le cou ou les épaules chez les **dames**.
- Les fermetures éclairs et autres systèmes de fermeture (similaires) ne sont pas autorisés.

### *Commentaire :*

#### *Précision.*

- 7.5.3. Les tenues de natation ne doivent pas contrevenir aux règles de bonnes mœurs, ne doivent pas être transparentes et doivent être en tissu (en maille ou tissé) perméable ["Textile material(s)" selon **World Aquatics**].
- 7.5.4 Toutes les combinaisons de natation remplissant les critères énumérés dans les chiffres 7.5.1 à 7.5.3 sont autorisées dans les compétitions ayant lieu en Suisse. Également celles qui ne portent pas l'étiquette officielle d'autorisation **de World Aquatics**.
- Lors de manifestations d'une fédération nationale, d'autres dispositions peuvent être appliquées.
- Lors de manifestations sous l'égide **de World Aquatics, de la LEN European Aquatics** et/ou d'autres organisations internationales, seules les combinaisons de natation qui figurent sur la liste actuelle des modèles testés et approuvés par **World Aquatics** doivent être portées.
- Ces dispositions sont également valables pour l'obtention de temps de qualification en vue de participer à une manifestation sous l'égide de **World Aquatics, LEN European Aquatics** et/ou d'autres organisations internationales et pour la reconnaissance de leurs records. Le nageur est lui-même responsable de prouver qu'il a nagé avec une combinaison de natation homologuée par **World Aquatics**.



*Commentaire :*

*Précisions.*

## 7.6 DISPOSITIONS PARTICULIÈRES POUR LES COMPÉTITIONS DES MASTERS

7.6.1 Les compétitions Masters sont les manifestations qui mentionnent toutes les catégories Masters dans leur invitation. Les Masters Rules de World Aquatics sont en vigueur.

7.6.2 Le départ peut être pris en plongeant depuis le plot de départ ou du bord du bassin ou dans l'eau, en se repoussant du mur.

7.6.3 Dans les épreuves de papillon, des cycles de mouvement qui se composent respectivement d'une traction des bras en papillon et un mouvement de jambes en brasse sont autorisés dans cet ordre. Après le départ et après le virage, un seul mouvement de jambes en brasse avant la première traction des bras est autorisé. Avant chaque virage et avant l'arrivée finale, un seul mouvement de jambes en brasse, avec les bras tendus en avant, est autorisé.

*Commentaire :*

*Précision. Lors d'une compétition officielle Masters, la nage de compétition papillon autorise des battements brasse. Si l'épreuve n'est pas définie comme catégorie officielle Masters, le battement brasse n'est pas autorisé.*

## 8. RÈGLES SUPPLEMENTAIRES CONCERNANT LES RELAIS

8.0.3 Les prises de relais doivent avoir lieu depuis le plot de départ, à l'exception des relais dos. Les prises de relais en courant depuis le Pooldeck ne sont pas autorisées.

*Commentaire :*

*Modification de la règle.*