

## INDICAZIONI E PRECISAZIONI SULLE SEGNALAZIONI DI IRREGOLARITA'

### DORSO

#### NUOTATA IRREGOLARE

1. L'atleta affiorava con la testa oltre i 15 mt.
2. L'atleta dopo aver perso l'assetto , nella fase di virata, effettuava 2 (o più ) trazioni sul petto.
3. L'atleta perdeva l'assetto della nuotata e rimaneva in piedi o camminava sul fondo vasca.
4. L'atleta perdeva l'assetto della nuotata e si girava oltre la verticale dei 90°.
5. L'atleta, dopo la virata, perdeva l'assetto della nuotata e ripartiva sul petto.
6. L'atleta una volta abbandonata la posizione di dorso, interrompe l'azione continua di virata effettuando alcuni movimenti di gambe, per avvicinarsi alla parete.

#### VIRATA IRREGOLARE

1. L'atleta non toccava la testata di virata con nessuna parte del corpo

#### ARRIVO IRREGOLARE

1. L'atleta perdeva l'assetto della nuotata e toccava la testata di arrivo con il corpo girato oltre la verticale dei 90° .

#### NUOTATA e ARRIVO IRREGOLARE

1. L'atleta perdeva l'assetto della nuotata e toccava la testata di arrivo in posizione prona. ( In caso di frazione dorso nei misti, l'indicazione di squalifica sarà “ nuotata ed arrivo irregolare frazione dorso )

### RANA

#### NUOTATA IRREGOLARE

1. L'atleta dopo la partenza (o virata dei mt.....) eseguiva una doppia trazione in apnea.
2. L'atleta dopo la partenza (o virata dei mt..... ) eseguiva più di un colpo di gambe a delfino ( o stile )
3. L'atleta dopo la partenza (o virata dei mt..... ) eseguiva il colpo a delfino, prima di avere iniziato la bracciata subaquea.
4. L'atleta in fase di recupero delle braccia, portava i gomiti fuori dal livello dell'acqua.
5. L'atleta perdeva l'assetto della nuotata (perdeva l'appoggio sul petto) .
6. L'atleta non effettuava i movimenti delle braccia,( o delle gambe ) simultanei e/o sullo stesso piano orizzontale.
7. L'atleta perdeva l'assetto della nuotata e toccava ( o camminava ) il fondo vasca.

#### VIRATA IRREGOLARE

1. L'atleta toccava la parete di virata con una sola mano
2. L'atleta toccava la parete di virata con le mani, non simultaneamente.

### **ARRIVO IRREGOLARE**

1. L'atleta toccava la parete di arrivo con una sola mano.
2. L'atleta toccava la parete di arrivo con le mani, non simultaneamente.

## **FARFALLA**

### **NUOTATA IRREGOLARE**

1. L'atleta dopo la partenza (o virata dei mt..... ) eseguiva una doppia trazione subacquea
2. L'atleta rompeva la superficie dell'acqua ai mt.....( superiore a 15 mt ).
3. L'atleta non effettuava movimenti delle braccia ( o delle gambe ) simultanei .
4. L'atleta durante la fase di recupero delle braccia, non portava i gomiti fuori dalla superficie dell'acqua
5. L'atleta effettuava una minibracciata a rana per raggiungere la parete di virata / o di arrivo )
6. L'atleta perdeva l'assetto della nuotata ( perdeva l'appoggio sul petto )
7. L'atleta perdeva l'assetto della nuotata e toccava ( o camminava ) il fondo vasca.

### **VIRATA IRREGOLARE**

1. L'atleta toccava la parete di virata con una sola mano
2. L'atleta toccava la parete di virata non simultaneamente con entrambe le mani.

### **ARRIVO IRREGOLARE**

1. L'atleta toccava la parete di arrivo con una sola mano.
2. L'atleta toccava la parete di arrivo non simultaneamente con entrambe le mani.

## **STILE LIBERO**

### **NUOTATA IRREGOLARE**

1. L'atleta perdeva l'assetto della nuotata e camminava
2. L'atleta rompeva la superficie dell'acqua ai mt.....( superiore a 15 mt ).

### **VIRATA IRREGOLARE**

1. L'atleta non toccava la parete di virata con nessuna parte del corpo

## **STAFFETTE**

1. Uno o più componenti di una staffetta ( escluso quello designato alla frazione in corso ), si sono gettati in acqua, mentre la gara era ancora in svolgimento.

## **PER TUTTE LE SPECIALITA'**

1. L'atleta è uscito dalla propria corsia ed ha danneggiato altri concorrenti
2. L'atleta ha terminato la gara in una corsia diversa da quella di partenza.
3. L'atleta indugiava nel sistemarsi sui blocchi di partenza ( o si staccava dalle maniglie ), prima del segnale di " A posto "
4. L'atleta si tuffava appositamente dopo il segnale di " Al tempo "