

Epreuves en piscine

Le sauvetage en piscine se construit sur le même schéma qu'une compétition de natation. Les nageurs participent dans leur spécialité (palmes, mannequin..) aux séries afin de réaliser le meilleur temps pour prétendre à une finale (les 8 meilleurs temps) et au titre.

A. Epreuves individuelles

- *A1 : 200 m obstacles*



Un obstacle de 2m50 sur 70 cm est placé à 12m50 du bord. A chaque passage, le nageur doit passer sous cet obstacle.

Cette épreuve simule le passage d'obstacles par le sauveteur lors de la recherche d'une personne en détresse en un minimum de temps.

- *A2 : 100 m remorquage du mannequin avec palmes*



Le nageur doit effectuer 50 m en nage libre avec ses palmes puis plonger vers le mannequin placé entre 1m80 et 3m de profondeur, le remonter et le remorquer sur 50m.

Cette épreuve permet au sauveteur d'agir plus vite lors la recherche de la personne en détresse grâce à un équipement supplémentaire (les palmes).

- *A3 : 100 m combiné de sauvetage*



Après avoir parcouru 50m en nage libre, le nageur doit s'immerger pendant 17.50m, remonter le mannequin et le remorquer sur le reste de la distance.

Cette épreuve met le sauveteur en présence d'une difficulté supplémentaire par la recherche en apnée de la personne en détresse et son remorquage en surface après l'avoir repérée.

- **A4 : 50 m sauvetage du mannequin**



Après avoir parcouru 25m en nage libre, le nageur plonge vers le mannequin placé entre 1m80 et 3m de profondeur, le remonte et le remorque sur 25m.

Cette épreuve symbolise la recherche de la personne en détresse et son remorquage en surface en un minimum de temps.

- **A5 : 100 m sauveteur**



Cette épreuve consiste à plonger, nager 50m dans un style libre avec une bouée-tube et des palmes. Après avoir touché le bord au virage, le nageur doit fixer la bouée-tube autour d'un mannequin qui est tenu par un co-équipier et doit le tracter pendant les 50 derniers mètres.

- **A6 : 200 m super sauveteur**



Le nageur parcourt 75m en nage libre, plonge vers un mannequin placé entre 1m80 et 3m de profondeur, le remonte et le remorque jusqu'à la ligne des 100 m. Après avoir touché le mur, il lâche le mannequin et, tout en restant dans l'eau, enfile ses palmes et la bouée-tube qui se trouvent sur le bord. Il nage alors 50 m, touche le mur, fixe la bouée autour du mannequin et le tracte jusqu'à l'arrivée

B. Epreuves par équipes

- **B1 : 4 x 50 m obstacles**



4 nageurs se relayent sur 200 m en passant sous les obstacles placés à 12,50 m du bord.

- *B2 : 4 X 25 m relais du mannequin*



4 nageurs se relayent sur 100 m pour remorquer le mannequin en surface.

- *B3 : 4 x 50 m relais de la bouée-tube*



1er nageur: 50 m nage libre
2ème nageur: 50 m nage libre avec palmes
3ème nageur: 50 m nage libre en remorquant la bouée-tube
4ème nageur : tracte sur 50 m le 3ème nageur à qui il a passé la bouée-tube

- *B4 : Line throw (lancer de corde)*



Dans cette épreuve chronométrée, un sauveteur lance une corde à un membre "victime" de son équipe situé dans l'eau à 12 m et le tire vers le mur d'arrivée de la piscine.

- *B5 : SERC (Simulated Emergency Rescue Competition)*

Le but de l'épreuve est d'évaluer l'urgence, par le jugement d'un groupe de sauveteurs, en appliquant et/ou en montrant les règles de sauvetage dans une situation d'urgence. Un nombre de 7 à 14 victimes forme la simulation d'accident, présentant différents problèmes nécessitant des types différents d'intervention, est placé dans et autour de la piscine. Les victimes peuvent aussi être accompagnées de mannequins de réanimation, de nageurs ou de spectateurs innocents. Une équipe de 4 sauveteurs entre dans la piscine et détermine les priorités en aidant le plus possible les victimes et ce pendant une période de deux minutes.