



# REGLEMENTS FINA DU PLONGEON



**2013 – 2017**

Traduction C.Stritt Burk / J. Carignan / M. Bousard

**REGLEMENTS FINA DU PLONGEUR****2013 – 2017**

<b>D1</b>	<b>Généralités</b>	<b>Page 2</b>
<b>D2</b>	<b>Compétitions</b>	<b>Page 3</b>
<b>D3</b>	<b>Format des compétitions</b>	<b>Page 5</b>
<b>D4</b>	<b>Feuilles de plongeur</b>	<b>Page 6</b>
<b>D5</b>	<b>Déroulement des compétitions</b>	<b>Page 7</b>
<b>D6</b>	<b>Fonctions du juge-arbitre et des juges-arbitres assistants</b>	<b>Page 8</b>
<b>D7</b>	<b>Fonctions du secrétariat</b>	<b>Page 10</b>
<b>D8</b>	<b>Jugement</b>	<b>Page 11</b>
<b>D9</b>	<b>Jugement du plongeur synchronisé</b>	<b>Page 15</b>
<b>D10</b>	<b>Résumé des pénalités</b>	<b>Page 16</b>
<b>DAG</b>	<b>Règlement des groupes d'âge</b>	<b>Page 19</b>
<b>MD</b>	<b>Règlement des Maîtres</b>	<b>Page 22</b>
<b>FR</b>	<b>Règlement des installations</b>	<b>Page 24</b>
	<b>Certification des juges FINA</b>	

**Appendice 1** : Coefficients de difficulté pour les plongeurs du tremplin (formule et composants).

**Appendice 2** : Tableau des coefficients de difficulté pour les plongeurs du tremplin.

**Appendice 3** : Coefficients de difficulté pour les plongeurs de haut-vol (formule et composants).

**Appendice 4** : Tableau des coefficients de difficulté pour les plongeurs de haut-vol.

**Annexe 1** : Graphiques et mesures pour les installations de plongeur

**Annexe 2** : Disposition des installations de plongeur pour les Jeux Olympiques et les Championnats du Monde.

**Annexe 3 A** : Graphiques et mesures des espaces d'entraînement à sec.

**Annexe 3 B** : Recommandations pour l'équipement des espaces d'entraînement à sec.

## REGLEMENTS FINA DU PLONGEON (D)

### D 1 GENERALITES

**D 1.1** Le Règlement doit régir toutes les compétitions de Plongeon couvertes par les articles BL 9 et GR 9 (Jeux Olympiques et Championnats du Monde), BL 10 (Coupe du Monde de Plongeon), et GR 10 (Championnats du Monde Junior).

**D 1.2** Toutes les installations de plongeon, y compris les tremplins et les plates-formes, doivent être conformes au Règlement des Installations de la FINA, inspectées et approuvées par le délégué de la FINA et un membre de la Commission Technique de Plongeon, au plus tard 120 jours avant le début des compétitions.

**D 1.3** Lorsque le plongeon partage le même site avec une quelconque autre discipline, toutes les installations de plongeon doivent être à la disposition des concurrents inscrits pour le plongeon, les jours de compétition, sous réserve qu'aucune compétition ne soit en cours.

**D 1.4** Les plongeurs ayant un âge inférieur à 14 ans le 31 décembre de l'année de la compétition, ne peuvent concourir ni aux Jeux Olympiques, ni aux Championnats du Monde, ni aux Coupes du Monde.

#### D 1.5 Numérotation des plongeurs

**D 1.5.1** Tous les plongeurs sont identifiés par un code de trois ou quatre chiffres suivis d'une lettre.

**D 1.5.2** Le premier chiffre indique le groupe auquel le plongeur appartient :

- 1 = avant
- 2 = arrière
- 3 = renversé
- 4 = retourné
- 5 = vrille
- 6 = équilibre.

**D 1.5.3** Pour les groupes avant, arrière, renversé et retourné, le chiffre « 1 » placé en deuxième chiffre du numéro du plongeur indique une position « prise au vol » pendant le plongeur. S'il n'y a pas de position « prise au vol », le deuxième chiffre est zéro (0).

**D 1.5.4** Le troisième chiffre indique le nombre de demi-sauts périlleux. Par exemple, 1 = 1/2 saut périlleux, 9 = 4 sauts périlleux et demi, etc... Si le nombre de sauts périlleux est supérieur à 4 1/2, quatre chiffres seront nécessaires, le troisième et le quatrième indiquant le nombre de demi-sauts périlleux. Ainsi, 11 = 5 sauts périlleux et demi, comme pour le plongeur « 1011 ».

**D 1.5.5** Pour les plongeurs qui partent de l'équilibre, le deuxième chiffre indique le groupe ou le sens de la rotation :

- 1 = rotation avant
- 2 = rotation arrière
- 3 = rotation renversée.

**D 1.5.6** Pour le groupe des plongeurs qui comportent des vrilles (dont le numéro commence par un 5), le deuxième chiffre indique le groupe ou le sens du départ conformément à l'article D 1.5.2 ci-dessus.

**D 1.5.7** Dans le groupe des vrilles et dans le groupe des équilibres, le quatrième chiffre indique le nombre de demi-vrilles.

**D 1.5.8** La lettre à la suite des chiffres indique la position du plongeon à réaliser :

A = droit  
B = carpé  
C = groupé  
D = libre

**D 1.5.9** Position libre signifie toute combinaison des autres positions effectuée pendant les plongeurs avec vrilles, et son utilisation est limitée à certains plongeurs avec vrilles.

## **D 1.6 Coefficients de difficulté**

**D 1.6.1** Le coefficient de difficulté de chaque plongeur est calculé en utilisant la formule suivante (la valeur des éléments est décrite dans les appendices 1 et 3) :

$$\mathbf{A+B+C+D+E = \text{COEFFICIENT DE DIFFICULTE}}$$

**D 1.6.2** A titre d'exemples, des plongeurs avec leurs numéros et leurs coefficients de difficulté ont été calculés et figurent dans les tableaux de l'appendice 2 pour le tremplin, et de l'appendice 4 pour le haut-vol.

**D 1.6.3** Tout plongeur ne figurant pas sur les appendices 2 ou 4, mais inscrit sur une feuille de compétition, se verra attribuer un numéro et un coefficient de difficulté conformément aux articles D 1.5 et D 1.6.

**D 1.6.4** Lors du calcul du coefficient de difficulté pour les plongeurs avec vrille, les éléments suivants doivent être pris en compte:

- les plongeurs avec ½ saut périlleux et des vrilles peuvent être exécutés uniquement dans la position A, B ou C,
- les plongeurs avec 1 ou 1 ½ saut périlleux et des vrilles peuvent être exécutés uniquement dans la position D,
- les plongeurs avec 2 sauts périlleux ou plus, avec vrilles, peuvent être exécutés uniquement dans la position B ou la position C,
- les plongeurs partant de l'équilibre, et comportant 1, 1 ½ ou 2 sauts périlleux avec une vrille ou plus peuvent être exécutés uniquement dans la position D.
- les plongeurs partant de l'équilibre, comportant 2 ½ sauts périlleux ou plus et des vrilles, ne peuvent être exécutés qu'en positions B ou C.

**D 1.6.5** Les appendices 1, 2, 3, et 4 sont établis par la Commission Technique de Plongeon de la FINA (TDC), et approuvés par le Bureau de la FINA.

## **D 2 COMPETITIONS**

### **D 2.1 Généralités**

**D 2.1.1** L'ordre de passage des concurrents sera tiré au sort avant toutes les épreuves éliminatoires. Le tirage se fera lors de la réunion technique avant les premières épreuves. Si possible le tirage se fera au moyen d'un programme électronique.

**D 2.1.2** Pour les demi-finales, les concurrents plongeront dans l'ordre inverse de leur classement obtenu à partir du total des points à la fin des éliminatoires. En cas d'égalité de points, il se fera un tirage au sort pour les plongeurs concernés.

**D 2.1.3** Pour les finales, dans le cas où il ne s'agit pas d'un système de tournoi, les concurrents plongeront dans l'ordre inverse de leur classement obtenu à partir du total des points obtenus à la fin des demi-finales. En cas d'égalité de points, il se fera un tirage au sort pour les plongeurs concernés.

**D 2.1.4** Si le système de tournoi est utilisé, les plongeurs partiront dans les sessions restantes selon l'ordre inverse de leur classement résultant du total des points à l'issue du tour éliminatoire. En cas d'égalité de points, il sera procédé à un tirage au sort entre les plongeurs concernés. S'il y a une égalité pour la dernière position, les deux plongeurs plongeront dans la même ½ finale.

**D 2.1.5** Le nombre total de plongeurs à exécuter dans une session ne doit pas dépasser 210. Dans ce cas, la session doit être divisée en deux ou plusieurs sessions, à moins qu'un système de double jury ne soit utilisé.

**D 2.1.6** Lorsqu'un plongeur est dans l'incapacité de concourir au début d'une session, le plongeur classé immédiatement après, sera qualifié afin d'atteindre le nombre prescrit de plongeurs dans chaque session.

**D 2.1.7** Dans le cas où deux ou plusieurs plongeurs obtiennent le même total de points, les plongeurs concernés seront classés au même rang.

**D 2.1.8** Dans les compétitions individuelles, le plongeur ayant obtenu le total de points le plus élevé est déclaré vainqueur de cette compétition. Les autres plongeurs seront classés selon leur total de points.

**D 2.1.9** Dans les compétitions de plongeon synchronisé et les compétitions par équipes, l'équipe ayant obtenu le total de points le plus élevé est déclarée vainqueur de cette compétition. Les autres équipes seront classées selon leur total de points.

*La procédure concernant les réclamations est décrite dans GR 9.2*

## **D 2.2 Tremplin de 1m**

**D.2.2.1** Aux Championnats du Monde, il y aura une phase éliminatoire et une phase finale. La phase finale se déroulera sous forme de tournoi, dont les détails seront fixés par le Bureau sur recommandation du Comité Technique de Plongeon.

**D 2.2.2** Les douze (12) meilleurs plongeurs à l'issue de la phase éliminatoire accéderont à la phase finale.

## **D 2.3 Tremplin de 3 mètres et haut-vol à la plate-forme de 10 mètres**

**D 2.3.1** Aux Jeux Olympiques et aux Championnats du Monde, les compétitions sont toujours divisées en épreuves éliminatoires, demi-finales et finales.

**D 2.3.2** Les dix-huit (18) meilleurs plongeurs des épreuves éliminatoires accéderont à la demi-finale, et les douze (12) meilleurs plongeurs à l'issue de la demi-finale accéderont à la finale.

**D 2.3.3** Les épreuves éliminatoires, la demi-finale et la finale sont des épreuves séparées, chaque épreuve commence avec zéro (0) point.

## **D 2.4 Plongeon synchronisé au tremplin de 3m et à la plate-forme de 10m**

**D 2.4.1** Chaque compétition se déroule avec une épreuve éliminatoire et une finale.

**D 2.4.2** Aux Championnats du Monde, les douze (12) meilleures équipes à l'issue des éliminatoires se qualifient pour la finale.

**D 2.4.3** Les éliminatoires et la finale sont des épreuves séparées, chaque épreuve commence avec zéro (0) point.

**D 2.4.4** Au cas où, pour les Jeux olympiques, une pré-qualification est exigée pour déterminer le nombre d'équipes, la compétition peut se dérouler séparément, antérieurement et dans un autre site que celui de la finale, pour établir la liste des équipes qualifiées.

## **D 2.5 Épreuves par équipes, tremplin de 3 mètres et plate-forme de 10 m combinés**

**D 2.5.1** Il y aura une finale directe.

### D 3 FORMAT DES COMPETITIONS

**D 3.1** Toutes les compétitions de plongeur messieurs, individuelles et de plongeur synchronisé, comprennent six (6) plongeurs.

**D 3.2** Toutes les compétitions de plongeur dames, individuelles et de plongeur synchronisé, comprennent cinq (5) plongeurs.

**D 3.3** Parmi les six (6) ou cinq (5) plongeurs, aucun plongeur ne peut être répété.

**D 3.4** Un plongeur avec le même numéro est à considérer comme étant le même plongeur.

#### **D 3.5 Tremplin 1m et 3m– Dames et messieurs**

**D 3.5.1** Les compétitions féminines au tremplin comprendront cinq (5) plongeurs de groupes différents, sans limite de coefficient de difficulté.

**D 3.5.2** Les compétitions masculines au tremplin comprendront six (6) plongeurs sans limite de coefficient de difficulté. Cinq groupes différents seront utilisés, plus un groupe au choix.

#### **D 3.6 Haut-vol – Dames et Messieurs**

**D 3.6.1** Les compétitions féminines de haut-vol comprendront cinq (5) plongeurs de groupes différents, sans limite de coefficient de difficulté.

**D 3.6.2** Les compétitions masculines de haut-vol comprendront six (6) plongeurs de groupes différents, sans limite de coefficient de difficulté.

**D 3.6.3** Au cours de toutes les compétitions de haut-vol de la FINA (Jeux Olympiques, Championnats du Monde, Coupe du Monde et autres compétitions FINA, à l'exception des compétitions par groupe d'âge), les plongeurs devront être exécutés exclusivement de la plate-forme de 10 mètres.

#### **D 3.7 Plongeur synchronisé**

**D 3.7.1** Dans une compétition de plongeur synchronisé, deux athlètes plongent simultanément des tremplins ou de la plate-forme. La compétition est jugée en fonction de la qualité de l'exécution individuelle et de la qualité de la synchronisation des deux équipiers lors de l'exécution.

**D 3.7.2** Aux Jeux Olympiques, aux Championnats du Monde, à la Coupe du Monde et aux championnats continentaux, une équipe doit être composée de deux plongeurs de la même fédération.

**D 3.7.3** La compétition dames, du tremplin 3m et de la plate-forme, comprend cinq (5) plongeurs différents de cinq (5) groupes différents: deux (2) plongeurs avec un coefficient de difficulté égal à 2,0 pour chaque plongeur, indépendamment de la formule des coefficients de difficulté, et trois (3) plongeurs sans limite de coefficient de difficulté. Tout plongeur avec départ avant sur le tremplin sera exécuté avec élan.

**D 3.7.4** La compétition messieurs, du tremplin 3m et de la plate-forme, comprend six (6) plongeurs différents de cinq (5) groupes différents: deux (2) plongeurs avec un coefficient de difficulté égal à 2,0 pour chaque plongeur, indépendamment de la formule des coefficients de difficulté, et quatre (4) plongeurs sans limite de coefficient de difficulté. Tout plongeur avec départ avant sur le tremplin sera exécuté avec élan.

**D 3.7.5** A chaque tour de plongeurs, les deux plongeurs doivent exécuter le même plongeur (même numéro, même position).

### **D 3.8 Plongeon par équipe**

**D 3.8.1** La compétition de plongeon par équipe implique une femme et un homme.

**D 3.8.2** La compétition de plongeon par équipe aux Championnats du Monde, aux Coupes du Monde et aux Championnats Continentaux concernera deux compétiteurs de la même fédération.

**D 3.8.3** Chaque compétition comprend six (6) plongeurs différents, de six (6) groupes différents. Deux (2) plongeurs avec un coefficient de difficulté fixé à « 2,0 » pour chaque plongeur, indépendamment de la formule des coefficients, et quatre (4) plongeurs sans limite de coefficient de difficulté.

**D 3.8.4** Trois (3) plongeurs seront exécutés par la plongeuse, les trois (3) autres par le plongeur. Chacun d'eux (le plongeur et la plongeuse) doit réaliser au moins un (1) plongeon du tremplin de 3m, et un (1) plongeon de la plate-forme de 10m.

**D 3.8.5** Les deux (2) plongeurs dont les coefficients de difficulté sont assignés à « 2,0 » indépendamment de la formule, peuvent être exécutés à tout moment et à l'une ou l'autre des hauteurs, par chaque membre de l'équipe, un plongeon étant réalisé par le plongeur et un plongeon par la plongeuse.

**D 3.8.6** L'ordre de passage sera tiré au sort et concernera les équipes, ce qui induira une compétition en trois tours successifs, l'ordre de passage des membres d'une même équipe étant libre.

## **D 4 FEUILLES DE PLONGEON**

**D 4.1** Chaque plongeur, ou son représentant, remettra au juge-arbitre de la compétition ou à son assistant, une liste complète des plongeurs choisis pour les éliminatoires et pour toutes les sessions suivantes de la compétition, établie sur les formules officielles prévues pour l'épreuve.

**D 4.2** Le plongeur et son représentant sont responsables de l'exactitude de la liste des plongeurs, et la feuille doit être signée par le plongeur et le représentant du plongeur.

**D 4.3** La feuille de plongeon doit être remise au plus tard 24 heures avant le début des éliminatoires de chaque épreuve.

**D 4.4** Le juge-arbitre n'acceptera aucune liste de plongeurs après le délai de 24 heures. Il acceptera uniquement une liste remise au plus tard 3 heures avant le début des épreuves éliminatoires, si ce dépôt tardif est accompagné d'un paiement équivalent à 250 francs suisses.

**D 4.5** Si la liste n'est pas présentée dans le délai prescrit, le plongeur ne doit pas être admis à concourir.

**D 4.6** Dans toutes les compétitions, le plongeur ou le représentant du plongeur peuvent changer la liste de plongeurs avant le début de la demi-finale ou de la finale de la compétition, pour autant que la nouvelle liste soit remise au juge-arbitre au plus tard trente (30) minutes après la fin de la session précédente. Passé ce délai, si aucune nouvelle liste de plongeurs n'a été remise, le plongeur doit exécuter les plongeurs indiqués sur la liste précédente.

**D 4.7** Dans toutes les compétitions, lors de situations particulières, un plongeur peut être remplacé par un autre plongeur de la même fédération jusqu'à trois (3) heures avant le début des éliminatoires. Dans les compétitions de plongeon synchronisé aux Jeux Olympiques, le remplacement peut également se faire avant le début de la finale. En cas de remplacement le juge-arbitre acceptera un changement des listes de plongeon.

**D 4.8** Pour les épreuves de plongeon individuel et synchronisé, lorsque les délais sont écoulés, aucun changement sur la feuille de plongeurs n'est autorisé.

**D 4.9** Les feuilles de plongeurs doivent contenir les informations suivantes, dans l'ordre d'exécution des plongeurs :

- Le numéro de chaque plongeon conformément aux articles 1.5.1 à 1.5.7.
- Le mode d'exécution ou la position du plongeon selon l'article 1.5.8.
- La hauteur du tremplin ou de la plate-forme.
- Le coefficient de difficulté déterminé d'après la formule décrite dans l'article D 1.6.

**D 4.10** A chaque tour, les plongeurs doivent être exécutés par tous les plongeurs dans l'ordre de la liste de départ.

**D 4.11** La feuille de plongeurs prévaut sur le tableau d'affichage et sur l'annonce orale.

## **D 5 DEROULEMENT DES COMPETITIONS**

### **D 5.1 Direction de la compétition**

**D 5.1.1** Chaque compétition doit être dirigée par un juge-arbitre, assisté par des juges-arbitres assistants, des juges et un secrétariat.

**D 5.1.2** Le numéro et la position du plongeon à exécuter doivent être indiqués sur un panneau d'affichage, visible par les plongeurs et par les juges.

**D 5.1.3** Un programme informatique adéquat doit être utilisé, permettant une analyse des jugements.

**D 5.1.4** Quand un équipement électronique de jugement n'est pas disponible, les juges doivent être en possession de « cartons de juges » pour produire leurs notes. Ces « cartons de juges » doivent permettre la présentation de notes de 0 à 10, par demi-points.

### **D 5.2 Composition du jury**

**D 5.2.1** Pour autant que cela soit possible, aux Jeux olympiques, aux Championnats du Monde et à la Coupe du Monde, sept (7) juges doivent être en fonction pour les épreuves individuelles et par équipes, et onze (11) juges pour les épreuves de plongeon synchronisé (cinq jugeant la synchronisation, trois (3) l'exécution par un plongeur, et trois (3) l'exécution par l'autre plongeur).

**D 5.2.2** Dans toutes les compétitions individuelles autres que les Jeux Olympiques, les Championnats du Monde et la Coupe du Monde, cinq (5) juges peuvent être en fonction. Lors de toutes les compétitions de plongeon synchronisé, autres que les Jeux Olympiques, les Championnats du Monde et les Coupes du Monde, neuf (9) juges peuvent être utilisés. Cinq (5) d'entre eux jugeront la synchronisation du plongeur, deux (2) jugeront l'exécution du plongeur de leur côté et deux (2) jugeront l'exécution de l'autre plongeur de leur côté.

**D 5.2.3** Sous réserve d'un nombre suffisant de juges, le panel des juges pour les demi-finales et finales doit se composer de juges dont la nationalité est différente de celle des demi-finalistes et finalistes.

**D 5.2.4** Lorsque cela semble opportun, un panel double de juges peut être en fonction dans la même épreuve. S'il y a double panel, le second panel est introduit au début du quatrième tour de la compétition.

**Note** : exceptionnellement, si le climat est très chaud et humide, les panels de juges peuvent être changés à la fin de chaque tour.

**D 5.2.5** Le juge-arbitre place les juges sur les deux côtés du tremplin ou de la plate-forme, selon la disposition figurant dans le règlement sur les installations de plongeon (FINA règle FR 5). Si cela s'avère impossible, les juges peuvent être placés tous d'un même côté.

**D 5.2.6** Une fois placé, un juge ne doit pas changer de position, sauf sur ordre du juge-arbitre et uniquement en cas de circonstances exceptionnelles.

**D 5.2.7** Lorsqu'un juge est incapable de continuer à exercer ses fonctions après le début d'une compétition, il doit être remplacé par le juge de réserve.

**D 5.2.8** Après chaque plongeon, et au signal donné par le juge-arbitre, chaque juge, sans communiquer avec un autre, doit immédiatement, simultanément et de manière distincte, indiquer la note qu'il accorde. Si la notation électronique est utilisée, les juges doivent entrer leurs notes dans l'appareil électronique, immédiatement après l'exécution du plongeon.

**5.2.9** Les notes des juges doivent apparaître sur un tableau électronique, placé si possible de manière à ce que celui-ci ne soit pas visible par les juges. Les notes (sans aucune autre information concernant le classement des compétitions) doivent être vues par les juges sur leur appareil électronique.

## **D 6 FONCTIONS DU JUGE-ARBITRE ET DU JUGE-ARBITRE ASSISTANT**

**D 6.1** Le juge-arbitre contrôlant la compétition est positionné de manière à pouvoir diriger la compétition et s'assurer que le règlement soit respecté.

**D 6.2** Le juge-arbitre peut désigner des juges-arbitres assistants pour les tâches suivantes:

- observer le(s) plongeur(s) sur la plate-forme,
- confirmer les notes avant leur annonce,
- lors d'une épreuve de plongeon synchronisé, celui-ci sera placé sur le côté opposé de la piscine, pour observer l'exécution du plongeur de cet autre côté.

**D 6.3** Le juge-arbitre doit vérifier les listes de plongeurs. Si les indications figurant sur une liste ne sont pas conformes au règlement, le juge-arbitre doit la faire corriger avant le début de la compétition.

**D 6.4** Si une correction est nécessaire, le plongeur ou son représentant doit être informé au plus vite par le juge-arbitre de ce qu'une correction est à apporter.

**D 6.5** En cas de circonstance imprévue, le juge-arbitre peut décider d'une courte interruption, d'un report ou de l'arrêt de la compétition. L'interruption doit si possible se faire à la fin d'un tour complet.

**D 6.6** A la suite d'une interruption, la compétition doit continuer là où elle s'est arrêtée, et les points marqués avant l'ajournement doivent être repris pour la partie restante de la compétition, si celle-ci a lieu. Le résultat final doit être fondé sur le dernier tour complet de plongeurs.

*Note: Si la compétition ne peut pas reprendre, le résultat sera déterminé par le Jury d'Appel.*

**D 6.7** S'il y a un vent violent, le juge-arbitre peut donner à un plongeur le droit de faire un nouveau départ sans déduction de points.

**D 6.8** Avant chaque plongeon, le juge-arbitre ou l'annonceur officiel doit indiquer dans la langue du pays organisateur le nom du plongeur et le plongeon qui doit être exécuté. Dans les compétitions où différentes plates-formes sont utilisées, la hauteur de la plate-forme doit être également annoncée. Si un tableau d'affichage est utilisé, toutes les informations concernant les plongeurs devront être affichées. L'annonce orale peut dans ce cas être réduite à la seule identification du plongeur.

**D 6.9** Si un plongeon est incorrectement annoncé, le plongeur ou son représentant doit en informer immédiatement le juge-arbitre. Dans ce cas le juge-arbitre doit consulter la liste établie par le plongeur pour confirmation.

**D 6.10** Si le plongeon annoncé incorrectement est exécuté par le plongeur, le juge-arbitre peut l'annuler et faire exécuter dans l'immédiat le plongeon annoncé correctement. Les notes du premier plongeon doivent être relevées, au cas où une réclamation serait déposée.

**D 6.11** Le plongeon doit être exécuté après un signal donné par le juge-arbitre. Le signal ne devra pas être donné avant que le plongeur soit en position sur le tremplin ou la plate-forme, et que le juge-arbitre ait contrôlé le tableau d'affichage. Pour les plongeurs en arrière et retournés, le plongeur ne doit pas aller à l'extrémité de la plate-forme ou du tremplin avant le signal donné par le juge-arbitre.

**D 6.12** Chaque plongeur doit avoir assez de temps pour se préparer et exécuter le plongeon. Mais s'il attend plus d'une minute après avoir reçu un avertissement du juge-arbitre, le plongeur recevra zéro (0) point pour le plongeon annoncé.

**D 6.13** Si le plongeur exécute son plongeon avant le signal du juge-arbitre, celui-ci doit décider si le plongeon doit être répété.

**D 6.14** Dans des circonstances spéciales, le juge-arbitre peut autoriser un plongeur à exécuter une deuxième fois son plongeon sans être pénalisé. Le jugement du premier plongeon doit être noté, afin de pouvoir l'utiliser au cas où une réclamation serait déposée.

**D 6.15** La demande pour une telle répétition doit être faite immédiatement, par le plongeur ou son représentant.

**D 6.16** Si le plongeur rebondit deux fois à l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme avant l'envol, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué.

**D 6.17** S'il est manifeste qu'un plongeon a été effectué dans une position autre que la position annoncée, le juge-arbitre doit répéter l'annonce et déclarer que la note maximale doit être de 2 points, avant de donner aux juges le signal de présentation des notes. Si un juge donne alors plus de 2 points, le juge arbitre déclarera la note de ce juge comme étant de 2 points.

**D 6.18** Si le juge-arbitre est certain que le plongeur a exécuté un plongeon d'un numéro différent de celui annoncé, il doit déclarer le plongeon manqué.

**D 6.19** Lorsqu'un ou les deux bras sont placés au-dessus de la tête dans une entrée à l'eau par les pieds ou sous la tête dans une entrée à l'eau par la tête, le juge-arbitre doit annoncer que la note maximale est de 4 1/2. Si un juge attribue plus de 4 1/2, le juge-arbitre annoncera la note de ce juge comme étant un 4 1/2.

**D 6.19.1** Pour les plongeurs avec entrée à l'eau par la tête, si les pieds pénètrent dans l'eau avant la tête ou les mains, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué.

**D 6.19.2** Pour les plongeurs avec entrée à l'eau par les pieds, si la tête ou les mains pénètrent dans l'eau avant les pieds, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué.

**D 6.20** Durant l'exécution d'un plongeon, le plongeur ne peut être aidé de personne. L'assistance entre les plongeurs est autorisée.

**D 6.21** Le juge-arbitre peut déclarer un plongeon manqué, s'il considère que le plongeur a été aidé après le signal de départ.

**D 6.22** Lorsqu'un plongeur fait un pas puis s'arrête dans un plongeon avec élan, ou interrompt le mouvement de départ dans un plongeon sans élan après le début du mouvement d'appui des jambes, le juge-arbitre déclare qu'il y a eu nouveau départ, et doit déduire 2 points de la note de chaque juge.

**D 6.23** S'il y a un deuxième départ lors d'un plongeon avec élan, sans élan ou à l'équilibre, le juge-arbitre doit déduire 2 points de la note de chaque juge.

**D 6.24** Lorsqu'un second essai (nouveau départ) est infructueux, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué.

**D 6.25** Si le plongeur refuse d'exécuter un plongeon, le juge-arbitre doit déclarer ce plongeon manqué.

**D 6.26** Dans une compétition, si un plongeur perturbe une épreuve, le juge-arbitre peut l'exclure de la compétition. Si un membre d'une équipe, un entraîneur ou un officiel perturbe une épreuve, le juge-arbitre peut décider d'exclure cette personne de la zone de compétition.

**D 6.27** Le juge-arbitre peut exclure de la compétition un juge dont il considère le jugement insatisfaisant et peut nommer un autre juge pour le remplacer. A la fin de la compétition, le juge-arbitre fera un rapport écrit au jury d'appel.

**D 6.28** Un tel changement de juge doit s'effectuer uniquement à la fin d'une session ou d'un tour où chaque plongeur aura pu exécuter son plongeon.

**D 6.29** A la fin de la compétition, le juge-arbitre confirmera le résultat final par sa signature.

## D 7 FONCTIONS DU SECRETARIAT

**D 7.1** La transcription des notes de la compétition doit être tenue par deux secrétaires indépendants.

**D 7.2** Pour faciliter le calcul des résultats, un ordinateur, une machine à calculer ou une règlette peuvent être utilisés.

**D 7.3** Dans les épreuves individuelles et par équipes les notes des juges doivent être annoncées selon l'ordre de placement des juges, et le premier secrétaire devra inscrire les notes sur la feuille de plongeurs de l'athlète. En plongeon synchronisé, les notes des juges doivent être annoncées en commençant par les notes concernant l'exécution du plongeur selon l'ordre de placement des juges, suivies par les notes concernant la synchronisation et également selon l'ordre de placement des juges. Si un ordinateur et un panneau d'affichage sont utilisés, l'annonce des notes des juges n'est pas nécessaire et le secrétaire peut inscrire les notes des juges en se référant directement à l'écran de contrôle.

**D 7.4** Le second secrétaire doit inscrire sur la feuille de plongeurs de chaque athlète les notes indiquées par les juges. Si un ordinateur est utilisé pour effectuer les calculs, le second secrétaire doit relever les notes directement d'un écran de contrôle.

**D 7.5** Dans les compétitions individuelles et par équipes avec sept (7) juges, le secrétariat biffe les deux (2) meilleures notes et les deux (2) moins bonnes notes. S'il y a plus de deux (2) notes égales, seules deux (2) des notes égales doivent être biffées. Dans les compétitions individuelles avec cinq (5) juges, le secrétariat biffe la meilleure et la moins bonne note.

**D 7.6** Quand onze (11) juges sont utilisés pour le plongeur synchronisé, les secrétaires doivent biffer la note la plus haute et la note la plus basse attribuées par les juges à l'un des plongeurs pour l'exécution, la note la plus haute et la note la plus basse attribuées à l'autre plongeur pour l'exécution, et la note la plus haute et la note la plus basse attribuées pour la synchronisation. Lorsque plus de deux (2) notes sont identiques, seules deux d'entre elles seront biffées.

**D 7.7** En plongeur synchronisé, quand neuf (9) juges sont utilisés, les secrétaires doivent biffer la note la plus haute et la note la plus basse des notes attribuées par les juges d'exécution, et la note la plus haute et la note la plus basse des notes attribuées par les juges de synchronisation. Lorsque deux (2) notes ou plus sont identiques, seules deux d'entre elles seront biffées.

**D 7.8** Les secrétaires doivent additionner, indépendamment l'un de l'autre, les notes restantes et les multiplier par le coefficient de difficulté, pour calculer le résultat du plongeur conformément aux exemples suivants:

### Compétitions Individuelles

Cinq (5) juges:

$$8.0, 7.5, 7.5, 7.5, 7.0 = 22.5 \times 2.0 = 45.0$$

Sept (7) juges:

$$8.0, 7.5, 7.5, 7.5, 7.5, 7.5, 7.0 = 22.5 \times 2.0 = 45.0$$

### Compétitions de plongeur synchronisé:

Neuf (9) juges:

Notes Synchro:	<del>8.5</del> , 8.0, 8.0, 7.5, <del>7.5</del>
Exécution plongeur 1:	<del>7.0</del> , 6.5
Exécution plongeur 2:	5.5, <del>5.5</del>
	$35.5 : 5 \times 3 = 21.3 \times 2.8 = 59.64$

Onze (11) juges:

Notes Synchro:	<del>8.0</del> , 8.0, 7.5, 8.0, <del>7.0</del>
Exécution plongeur 1:	<del>7.0</del> , 6.5, <del>6.0</del>
Exécution plongeur 2:	<del>5.5</del> , 5.5, <del>7.0</del>
	$35.5 : 5 \times 3 = 21.3 \times 2.8 = 59.64$

**D 7.9** Si, pour cause de maladie ou à la suite de toute autre circonstance imprévisible, un juge n'a pas attribué de note à un plongeur, la moyenne des notes des autres juges doit être utilisée pour la note manquante. La moyenne doit être arrondie au demi-point ou au point entier le plus proche, vers le haut ou vers le bas. Les moyennes se terminant en ,01 à ,24 seront arrondies au point entier inférieur. Les moyennes se terminant en ,25 à ,74 seront arrondies au demi-point (,50). Les moyennes en ,75 ou plus seront arrondies au point entier supérieur.

**D 7.10** En plongeon synchronisé, lorsqu'un juge (d'exécution ou de synchronisation), pour cause de maladie ou à la suite de toute autre circonstance imprévisible, n'a pu attribuer de note pour un plongeon, dans le cas d'un jury de onze (11) juges, la moyenne des notes des deux (2) autres juges d'exécution du même plongeur, ou la moyenne des notes des quatre (4) autres juges de synchronisation, sera utilisée à la place de la note manquante.

La moyenne sera arrondie au demi-point ou au point entier le plus proche, vers le haut ou vers le bas. Les moyennes se terminant par 0,01 à 0,24 seront arrondies au point entier inférieur. Les moyennes se terminant en 0,25 à ,74 seront arrondies au demi-point (,50). Les moyennes en ,75 ou plus seront arrondies au point entier supérieur. Dans un jury de neuf (9) juges, la note de l'autre juge d'exécution pour le même plongeur remplacera la note manquante.

**D 7.11** A la fin de la compétition les résultats des deux secrétaires seront comparés.

**D 7.12** Les totaux de points des feuilles de plongeurs seront utilisés pour établir le résultat final.

**D 7.13** Dans les compétitions de la FINA, le résultat final doit être annoncé dans une des langues officielles de la FINA (anglais ou français).

## D 8 JUGEMENT

### D 8.1 Généralités

**D 8.1.1** Le juge note les plongeurs de 0 à 10 selon son impression générale et les critères suivants:

Excellent	10
Très bon	8.5 – 9.5
Bon	7.0 – 8.0
Satisfaisant	5.0 – 6.5
Déficient	2.5 – 4.5
Non satisfaisant	0.5 – 2.0
Complètement manqué	0

**D 8.1.2** Lors du jugement d'un plongeur, le juge ne doit pas être influencé par un facteur autre que la technique et l'exécution du plongeur. Le plongeur doit être jugé sans considération de l'approche vers la position de départ, de la difficulté du plongeur ou de tout mouvement sous la surface de l'eau.

**D 8.1.3** Dans l'évaluation de l'impression générale sur un plongeur, les points à considérer sont la technique et la grâce:

de la position de départ et de l'élan  
de l'envol  
de la trajectoire  
de l'entrée à l'eau

**D 8.1.4** Si un plongeur est exécuté clairement dans une position différente de la position annoncée, le plongeur doit être jugé non satisfaisant. La note la plus élevée pour un tel plongeur est de 2 points.

**D 8.1.5** Si un plongeur est exécuté partiellement dans une position différente de la position annoncée, les juges peuvent accorder un maximum de 4 ½ points, selon leur opinion.

**D 8.1.6** Si un plongeur n'est pas exécuté dans une position droite (A), carpée (B), groupée (C) ou libre (D) telle que décrite ci-dessous, le juge doit déduire ½ à 2 points, selon sa propre opinion.

**D 8.1.7** Si un juge considère qu'un plongeur d'un numéro différent a été effectué, il peut attribuer la note zéro (0), même si le juge-arbitre n'a pas déclaré le plongeur manqué.

## D 8.2 La position de départ

**D 8.2.1** Dès le signal du juge-arbitre, le plongeur doit prendre sa position de départ.

**D 8.2.2** La position de départ doit être libre et naturelle.

**D 8.2.3** Si la position de départ n'est pas libre et naturelle, chaque juge doit déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points de sa note selon son opinion.

### D 8.2.4 Plongeurs sans élan

**D 8.2.4.1** La position de départ pour les plongeurs sans élan est considérée comme étant prise lorsque le concurrent se tient sur l'extrémité avant du tremplin ou de la plate-forme.

**D 8.2.4.2** Le corps doit être droit, la tête droite, avec les bras tendus quelle que soit leur position.

**D 8.2.4.3** Lors de l'exécution d'un plongeur sans élan, le plongeur ne doit pas rebondir (décollement des pieds) sur le tremplin ou la plate-forme avant l'envol. Dans cette circonstance, le juge doit déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points, selon son appréciation.

### D 8.2.5 Plongeurs avec élan

**D 8.2.5.1** La position de départ d'un plongeur avec élan est considérée comme étant prise lorsque le plongeur est prêt à faire le premier pas de la course ou de la marche d'élan.

### D 8.2.6 Plongeurs en équilibre

**D 8.2.6.1** La position de départ d'un plongeur en équilibre est considérée comme étant prise lorsque les deux mains sont posées à l'extrémité avant de la plate-forme, et lorsque les deux pieds ont quitté la plate-forme.

**D 8.2.6.2** Si, dans un plongeur en équilibre, le plongeur n'obtient pas un équilibre stationnaire et immobile dans la position verticale droite, les juges doivent déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points selon leur appréciation.

**D 8.2.6.3** Si un plongeur perd l'équilibre et que l'un ou les deux pieds reviennent sur la plate-forme, ou si tout autre partie de son corps, autre que ses mains, touche la plate-forme, il peut faire un deuxième essai. Si un plongeur perd son équilibre et déplace une ou les deux mains de leur position initiale à l'extrémité avant de la plate-forme, ceci est considéré comme un deuxième départ.

## D 8.3 L'élan

**D 8.3.1** Dans l'exécution d'un plongeur avec élan du tremplin ou de la plate-forme, la course doit être esthétique, régulière et en direction de l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme, le dernier pas se faisant sur un pied.

**D 8.3.2** Si la course n'est pas esthétique, régulière et en direction de l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme, chaque juge doit, selon son opinion, déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points de sa note.

**D 8.3.3** Lorsque le dernier pas ne se fait pas d'un pied, le juge-arbitre déclare le plongeur manqué.

**D 8.3.4** Lors de l'exécution d'un plongeur avec élan, le plongeur ne doit pas rebondir deux fois à l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme avant l'envol. Si le juge estime que le plongeur a rebondi deux fois lors d'un plongeur avec élan, le juge peut attribuer zéro (0) points, même si le juge-arbitre n'a pas déclaré le plongeur comme manqué.

## D 8.4 L'envol

**D 8.4.1** Le plongeur a le choix d'exécuter avec ou sans course d'élan les plongeurs en avant et les plongeurs renversés. Les plongeurs en arrière et les plongeurs retournés doivent être exécutés sans élan.

**D 8.4.2** L'envol depuis le tremplin doit se faire des deux pieds simultanément. L'envol en avant ou renversé depuis la plate-forme, peut se faire sur un seul pied.

**D 8.4.3** Lorsque l'envol depuis le tremplin n'est pas exécuté avec les deux pieds simultanément, le juge-arbitre doit déclarer le plongeur manqué.

**D 8.4.4** Dans les plongeurs avec et sans élan, l'envol doit être énergique, haut et sûr, et doit être effectué depuis l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme.

**D 8.4.5** Lorsque l'envol n'est pas énergique, haut et sûr, ou lorsqu'il ne se fait pas depuis l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme, chaque juge doit déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points de sa note, selon son appréciation.

**D 8.4.6** Dans les plongeurs avec vrille, la vrille ne doit pas être manifestement déclenchée depuis le tremplin ou la plate-forme. Au cas où la vrille est nettement déclenchée depuis le tremplin ou la plate-forme, le juge doit, selon son appréciation, déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points de sa note.

## D 8.5 La trajectoire

**D 8.5.1** Si lors de l'exécution d'un plongeur, un plongeur plonge sur le côté de sa ligne directe d'envol, chaque juge doit déterminer la déduction à faire selon son appréciation.

**D 8.5.2** Si lors de l'exécution d'un plongeur, un plongeur touche l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme avec ses pieds ou ses mains, chaque juge doit déterminer la déduction à faire selon son appréciation.

**D 8.5.3** Si lors de l'exécution d'un plongeur, un plongeur est dangereusement près du tremplin ou de la plate-forme, ou s'il touche l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme avec la tête, les juges doivent attribuer une note maximum de « 2 ». Si la majorité des juges (au moins trois (3) dans un panel de cinq / au moins quatre (4) dans un panel de sept (7)) attribue deux (2) points ou moins, toutes les notes supérieures seront ramenées à « 2 ».

**D 8.5.4** Pendant la trajectoire, la position du corps doit toujours être esthétique. Si une position n'est pas conforme à la description ci-dessous, chaque juge doit, selon son appréciation, déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points de sa note.

Le plongeur peut être exécuté dans les positions suivantes:

### Droite (A)

**D 8.5.5** Dans la position droite, le corps ne doit pas être plié, ni aux genoux, ni aux hanches. Les pieds doivent être serrés et les orteils en extension. La position des bras est au choix du plongeur.

**D 8.5.6** Pour tous les plongeurs pris « au vol », une position droite doit être clairement réalisée dès le départ ou après un saut périlleux. Si la position droite n'est pas maintenue pendant au moins un quart de tour (90°) pour les plongeurs avec un saut périlleux, et un demi-tour (180°) pour les plongeurs avec plus d'un saut périlleux, la note maximale attribuée par les juges sera de 4½.

### Carpé (B)

**D 8.5.7** Dans la position carpé, le corps doit être plié aux hanches, mais les jambes doivent rester allongées sans flexion des genoux, les pieds doivent être serrés et les orteils en extension. La position des bras est au choix du plongeur.

**D 8.5.8** Lors des plongeurs carpés avec vrille, la position carpé doit être clairement montrée. Au cas où la position carpé n'est pas montrée, chaque juge doit, selon son appréciation, déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points de sa note.



*Ces illustrations de plongeurs ne sont que des exemples, et la position des bras reste au choix du plongeur, sauf pour l'entrée dans l'eau.*

### Groupée (C)

**D 8.5.9** Dans la position groupée, le corps doit être regroupé sur lui-même, plié aux genoux et aux hanches, avec les genoux et les pieds serrés. Les mains doivent être sur les jambes, et les orteils en extension.

**D 8.5.10** Lors des plongeurs groupés avec vrille, la position groupée doit être clairement montrée. Au cas où la position groupée n'est pas montrée, chaque juge doit, selon son appréciation, déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points de sa note.



*Ces illustrations de plongeurs ne sont que des exemples, et la position des bras reste au choix du plongeur sauf dans la position groupée et dans l'entrée à l'eau.*

### Position libre (D)

**D 8.5.11** Dans la position libre, la position du corps est optionnelle, mais les membres inférieurs doivent être réunis et les pointes de pieds en extension.

**D 8.5.12** Dans les plongeurs avec vrille, la vrille peut être exécutée à n'importe quel moment pendant la trajectoire.

## D 8.6 L'entrée dans l'eau

**D 8.6.1** L'entrée à l'eau doit toujours être verticale sans rotation, avec le corps droit, les jambes serrées et les pieds en extension.

**D 8.6.2** Lorsque l'entrée à l'eau est plate ou passée, lorsqu'elle est vrillée ou que le corps n'est pas droit, et que les pieds ne sont pas en extension, chaque juge doit réduire sa note selon sa propre opinion.

**D 8.6.3** Toutes les entrées à l'eau par la tête doivent être exécutées avec les bras allongés au-dessus de la tête, dans le prolongement du corps, avec les mains serrées. Si l'un ou les deux bras sont tenus au-dessous de la tête lors de l'entrée, le juge-arbitre doit déclarer le plongeur comme valant au maximum  $4\frac{1}{2}$  points.

**D 8.6.4** Toutes les entrées à l'eau par les pieds doivent être exécutées avec les bras près du corps et sans flexion des coudes. Si l'un ou les deux bras sont tenus au-dessus de la tête lors de l'entrée dans l'eau, le juge-arbitre doit déclarer le plongeur comme valant au maximum  $4\frac{1}{2}$  points.

**D 8.6.5** Sous réserve de ce qui est prévu dans les articles D 8.6.3 et D 8.6.4, lorsque les bras ne sont pas dans la position correcte lors d'une entrée dans l'eau par la tête ou par les pieds, chaque juge doit, selon son appréciation, déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points de sa note.

**D 8.6.6** Si le corps est vrillé de  $90^\circ$  ou plus, dans un sens ou dans l'autre, par rapport à ce qui a été annoncé, le juge-arbitre doit déclarer le plongeur manqué.

**D 8.6.7** Le plongeon est considéré comme étant terminé lorsque tout le corps se trouve sous la surface de l'eau.

## **D 9 JUGEMENT DU PLONGEON SYNCHRONISE**

**D 9.1** En plongeon synchronisé le jugement porte sur l'exécution de chacun des plongeurs, et sur la synchronisation des plongeurs.

**D 9.2** Les règles de jugement des épreuves individuelles s'appliquent à l'exécution des plongeurs dans les épreuves de plongeon synchronisé, sauf si un ou les deux plongeurs exécutent un plongeon de numéro différent ou de position différente du plongeon annoncé, cas dans lesquels le juge-arbitre déclarera le plongeon manqué.

**D 9.3** Lors du jugement de la synchronisation, l'impression générale doit être prise en considération.

**D 9.4** Les facteurs à prendre en compte dans le jugement du plongeon synchronisé sont :

- la position de départ, l'élan, l'envol et la hauteur,
- la coordination du rythme des mouvements durant la trajectoire,
- la similitude des angles verticaux des entrées à l'eau,
- la similitude de la distance par rapport au tremplin ou à la plate-forme lors de l'entrée
- la simultanéité des entrées dans l'eau.

**D 9.5** Si l'un ou l'autre des plongeurs entre dans l'eau avant que l'autre plongeur n'ait quitté le tremplin ou la plate-forme, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué.

**D 9.6** Le juge-arbitre décidera d'une déduction de deux points sur chaque note des juges lors d'un nouveau départ de l'un ou des deux plongeurs.

**D 9.7** Les juges chargés de noter l'exécution du plongeon ne doivent se laisser influencer ni par les deux plongeurs, ni par la synchronisation des plongeurs ou d'autres facteurs, et doivent juger exclusivement la technique et l'exécution d'un seul plongeur.

**D 9.8** Si un ou les deux plongeurs exécutent un plongeon de numéro différent ou de position différente du plongeon annoncé, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué.

**D 9.9** Si un juge chargé de noter l'exécution considère qu'un plongeur a exécuté un autre plongeon que celui annoncé, il doit le noter avec un zéro (0), même si le juge arbitre n'a pas déclaré le plongeon manqué. Si les deux juges d'exécution pour un plongeur (dans un jury à neuf (9) juges), ou les trois juges d'exécution pour un plongeur (dans un jury à onze (11) juges) attribuent la note zéro (0), le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué. Dans le cas où le juge-arbitre déclare le plongeon manqué, les notes des neuf (9) ou onze (11) juges du jury seront égales à zéro (0).

**D 9.10** Les juges chargés de noter la synchronisation ne doivent pas se laisser influencer par d'autres facteurs (comme l'exécution des plongeurs) et doivent juger exclusivement la synchronisation des deux plongeurs.

**D 9.11** Lorsque toutes les notes attribuées pour la synchronisation sont égales à zéro (0), le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué.

**D 9.12** Chaque juge chargé de noter la synchronisation doit, selon son appréciation, déduire ½ à 2 points au cas où la synchronisation des points suivants ne serait pas montrée :

- la position de départ, l'élan, l'envol et la hauteur,
- la coordination du rythme des mouvements durant la trajectoire,
- la similitude des angles verticaux des entrées à l'eau,
- la similitude de la distance par rapport au tremplin ou à la plate-forme lors de l'entrée
- la simultanéité des entrées dans l'eau.

**D 10 RESUME DES PENALITES**

**Le juge-arbitre doit déclarer « plongeon manqué », 0 points :**

**D 6.12** Quand un plongeur attend plus d'une minute après l'avertissement (*du juge-arbitre*).

**D 6.16** Quand un plongeur rebondit deux fois avant l'envol, à l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme (*pour les plongeurs avec élan et sans élan*).

**D 6.18** Si un plongeur a exécuté un plongeon d'un numéro différent de celui du plongeon annoncé.

**D 6.19.1** Si les pieds entrent dans l'eau avant la tête ou avant les mains, pour une entrée à l'eau "par la tête".

**D 6.19.2** Si la tête ou les mains entrent dans l'eau avant les pieds pour une entrée à l'eau "par les pieds".

**D 6.21** Quand une aide a été donnée au plongeur après le signal de départ.

**D 6.24** Quand un second essai (un nouveau départ) est raté.

**D 6.25** Quand un plongeur refuse d'exécuter un plongeon.

**D 8.3.3** Si le dernier pas (*de l'appel d'un plongeur avec élan*) n'est pas fait sur un pied.

**D 8.4.3** Quand l'envol depuis un tremplin n'est pas exécuté simultanément des deux pieds.

**D 8.6.6** Quand le tire-bouchon (*la vrille*) est plus grand ou plus petit de 90 degrés ou plus, par rapport à ce qui a été annoncé.

**D 9.2 et D 9.8** En plongeon synchronisé, si un ou les deux plongeurs exécutent un plongeon de numéro ou de position différente.

**D 9.5** En plongeon synchronisé, si l'un des deux plongeurs touche la surface de l'eau avant que l'autre n'ait quitté le tremplin ou la plate-forme.

**D 9.9** En plongeon synchronisé, si tous les juges d'exécution pour un plongeur, attribuent la note 0.

**D 9.11** En plongeon synchronisé, si tous les juges de synchronisation attribuent la note 0.

**Le juge-arbitre doit déclarer une « déduction de 2 points » :**

**D 6.22** Si dans un plongeon avec élan un plongeur fait un pas et s'arrête, ou si dans un plongeon sans élan un plongeur interrompt le mouvement pour l'envol après que les jambes aient commencé leur appui.

**D 6.23** Quand un plongeur fait un second départ pour un plongeon avec élan, sans élan ou partant de l'équilibre.

**D 9.6** En plongeon synchronisé, quand un second départ ("*faux-départ*") est exécuté par l'un ou les deux plongeurs.

**Le juge-arbitre doit déclarer « note maximum 2 » :**

**D 6.17** Quand un plongeur réalise un plongeon dans une position différente de la position annoncée.

**Le juge-arbitre doit déclarer « note maximum 4 ½ » :**

**D 6.19** Quand un ou les deux bras d'un plongeur sont placés au-dessus de la tête pour une entrée dans l'eau "par les pieds", ou sous la tête pour une entrée dans l'eau "par la tête".

**Les juges doivent donner la « note 0 » :**

**D 8.1.7** Si un plongeon d'un numéro différent du numéro annoncé a été réalisé.

**D 8.3.4** Si pour un plongeon (*avec ou sans élan*) un plongeur rebondit deux fois avant l'envol, à l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme

**D 9.9** En plongeon synchronisé, si un juge d'exécution considère qu'un plongeon d'un numéro différent du numéro annoncé a été exécuté.

**Les juges doivent donner une « note maximum de 2 » :**

**D 8.1.4** Si un plongeon est clairement réalisé dans une position différente de la position annoncée.

**D 8.5.3** Si lors de l'exécution d'un plongeon un plongeur est dangereusement près du tremplin ou de la plate-forme, ou s'il touche l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme avec la tête.

**Les juges doivent donner une « note maximum de 4 ½ » :**

**D 8.1.5** Quand un plongeon est partiellement exécuté dans une position différente de la position annoncée.

**D 8.5.6** Quand, dans un plongeon « pris au vol », une position droite n'est pas clairement maintenue pendant au moins un quart de saut périlleux (90°) pour les plongeurs comportant un saut périlleux, et pendant au moins un demi saut périlleux (180°) pour les plongeurs comportant plus d'un saut périlleux.

**D 8.6.3** Si, pour une entrée à l'eau "par la tête", un ou les deux bras ne sont pas tendus sous la tête, en ligne avec le corps, avec les mains tenues ensemble.

**D 8.6.4** Si, pour une entrée à l'eau "par les pieds", un ou les deux bras sont placés au-dessus de la tête.

**Les juges doivent « déduire ½ à 2 points » :**

**D 8.1.6** Si un plongeon n'est pas réalisé dans une position telle que décrite par les règlements.

**D 8.2.3** Quand la position de départ correcte n'est pas libre et naturelle.

**D 8.2.4.3** Quand dans un plongeon sans élan (*du tremplin ou de la plate-forme*), il y a un rebond (*décollement des pieds*) avant l'envol.

**D 8.2.6.2** Quand, dans un plongeon partant de l'équilibre, un équilibre stable et immobile (*stationnaire*) dans une position droite et verticale n'est pas tenu.

**D 8.3.2** Quand l'élan n'est pas fluide ou esthétique, ou qu'il ne se fait pas en direction de l'avant, jusqu'à l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme.

**D 8.4.5** Quand l'envol n'est pas franc, haut et assuré (*ou s'il n'est pas exécuté à partir de l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme*).

**D 8.4.6** Si pour les plongeurs qui comportent des vrilles (*tire-bouchons*), la vrille est manifestement déclenchée à partir du tremplin ou de la plate-forme.

**D 8.5.4** Si les positions pendant la phase aérienne ne sont pas telles que décrites par le règlement.

**D 8.5.8** Si dans un plongeon carpé avec vrille, la position carpée n'est pas clairement montrée.

**D 8.5.10** Si dans un plongeon groupé avec vrille, la position groupée n'est pas clairement montrée.

**D 8.6.5** Si, indépendamment des articles D 8.6.3 et D 8.6.4 les bras ne sont pas en position correcte lors des entrées dans l'eau "par la tête" ou "par les pieds".

**D 9.12** En plongeon synchronisé, pour un manque de:

- Similitude de la position de départ, de l'élan, de l'envol ou de la hauteur.
- Coordination gestuelle pendant la phase aérienne.
- Similitude des angles verticaux des entrées dans l'eau.
- Similitude des distances par rapport au tremplin ou à la plate-forme, au moment de l'entrée dans l'eau.
- Simultanéité des entrées dans l'eau.

**Les juges doivent déduire des points « selon leur propre opinion ».**

**D 8.5.1.** Si lors d'un plongeon, un plongeur plonge sur le côté de sa ligne directe d'envol.

**D 8.5.2** Si lors d'un plongeon, un plongeur touche l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme avec ses pieds ou ses mains.

**D 8.6.2.** Si l'entrée dans l'eau n'est pas verticale, ou presque verticale, si elle est "vrillée" et si le corps n'est pas en ligne, si les pieds sont désunis et les pointes de pied relâchées

## REGLEMENT DES GROUPES D'AGE (DAG)

**DAG 1** Les règlements des compétitions de la FINA s'appliquent à toutes les compétitions par groupes d'âge.

**DAG 2** **Catégories d'âge.**

Tous les plongeurs sont qualifiés dans leur groupe d'âge du 1er janvier au 31 décembre à minuit de l'année de la compétition.

**DAG 3** **Epreuves de Plongeon**

**DAG 3.1** **Groupe A**

**DAG 3.1.1** Age: 16, 17 ou 18 ans au 31 décembre de l'année de la compétition.

**DAG 3.1.2** **Format des épreuves**

### **Filles, Tremplin — 1 mètre et 3 mètres**

Cette compétition comprend neuf (9) plongeurs différents ; cinq (5) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 9,5 pour les épreuves à 3 mètres, et 9.0 pour les épreuves à 1 mètre, et quatre (4) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent.

### **Filles, Haut-Vol — 5 mètres — 7,5 mètres — 10 mètres**

Cette compétition comprend huit (8) plongeurs différents; quatre (4) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 7,6 et quatre (4) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent. Au minimum cinq (5) groupes doivent être utilisés.

### **Garçons Tremplin — 1 mètre et 3 mètres**

Cette compétition comprend dix (10) plongeurs différents; cinq (5) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 9,5 pour les épreuves à 3 mètres et 9,0 pour les épreuves à 1 mètre, et cinq (5) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent.

### **Garçons, Haut-Vol — 5 mètres — 7,5 mètres — 10 mètres**

Cette compétition comprend neuf (9) plongeurs différents; quatre (4) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 7,6 et cinq (5) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent. Tous les six (6) groupes doivent être utilisés.

### **Catégories A/ B combinées**

### **Plongeon synchronisé Filles et Garçons – 3 mètres**

Cette compétition comprend cinq (5) plongeurs. Deux (2) plongeurs avec un coefficient de difficulté égal à 2,0 pour chaque plongeur, indépendamment de la formule des coefficients de difficulté et trois (3) sans limite de coefficients de difficulté. Les cinq (5) plongeurs sélectionnés doivent appartenir à au moins quatre (4) groupes différents.

**DAG 3.2 Groupe B**

**DAG 3.2.1** Age: 14 ou 15 ans au 31 décembre de l'année de la compétition.

**DAG 3.2.2 Format des compétitions**

**Filles, Tremplin — 1 mètre et 3 mètres**

Cette compétition comprend huit (8) plongeurs différents ; cinq (5) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 9,5 pour les épreuves à 3 mètres et 9,0 pour les épreuves à 1 mètre, et trois (3) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent.

**Filles, Haut-Vol — 5 mètres — 7,5 mètres– 10 mètres**

Cette compétition comprend sept (7) plongeurs différents; quatre (4) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 7,6 et trois (3) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent. Au minimum cinq (5) groupes doivent être utilisés.

**Garçons, Tremplin — 1 mètre et 3 mètres**

Cette compétition comprend neuf (9) plongeurs différents ; cinq (5) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 9,5 pour les épreuves à 3 mètres et 9,0 pour les épreuves à 1 mètre, et quatre (4) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent.

**Garçons, Haut-Vol — 5 mètres — 7,5 mètres– 10 mètres**

Cette compétition comprend huit (8) plongeurs différents; quatre (4) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 7,6 et quatre (4) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent. Au minimum cinq (5) groupes doivent être utilisés.

**DAG 3.3 Groupe C**

**DAG 3.3.1** Age: 12 ou 13 ans au 31 décembre de l'année de la compétition.

**DAG 3.3.2 Format des épreuves**

**Filles, Tremplin — 1 mètre et 3 mètres**

Cette compétition comprend sept (7) plongeurs différents; cinq (5) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 9,5 pour les épreuves à 3 mètres et 9,0 pour les épreuves à 1 mètre, et deux (2) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent.

**Filles, Haut-Vol — 5 mètres — 7,5 mètres**

Cette compétition comprend six (6) plongeurs différents; quatre (4) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 7,6 et deux (2) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent.

**Garçons, Tremplin — 1 mètre et 3 mètres**

Cette compétition comprend huit (8) plongeurs différents; cinq (5) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 9,5 pour les épreuves à 3 mètres et 9,0 pour les épreuves à 1 mètre, et trois (3) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent.

**Garçons, Haut-Vol — 5 mètres— 7,5 mètres**

Cette compétition comprend sept (7) plongeurs différents; quatre (4) plongeurs appartenant chacun à un groupe différent, dont la somme des coefficients de difficulté ne doit pas dépasser 7,6 et trois (3) plongeurs sans limite de coefficients de difficulté, appartenant chacun à un groupe différent.

**DAG 4 Règlement des Championnats du Monde de Plongeon Junior**

**DAG 4.1** Les Championnats du Monde de Plongeon Junior sont organisés tous les deux ans dans les groupes A et B.

**DAG 4.2** Chaque Fédération a le droit d'inscrire au maximum deux (2) plongeurs dans les épreuves individuelles, et une équipe dans les épreuves de plongeon synchronisé.

**DAG 4.3** Chaque plongeur doit concourir uniquement dans le groupe d'âge auquel il appartient.

**DAG 4.4** Chaque plongeur doit effectuer une série complète de la liste de plongeurs indiquée pour son groupe d'âge.

**DAG 4.5** Chaque compétition peut être une compétition finale, indépendamment du nombre de participants, et peut être organisée en une, ou plus d'une partie.

**G 4.5.1** Les douze (12) meilleurs plongeurs des éliminatoires participent à une finale dans laquelle ils exécuteront seulement des plongeurs sans limite de coefficients de difficulté. Le total des points des plongeurs à coefficients limités de l'épreuve éliminatoire sera ajouté au total des points de la finale, pour le classement des 12 meilleurs plongeurs. Au-delà de la 12<sup>ème</sup> place, les plongeurs seront classés par rapport au total de points qu'ils ont obtenu lors de l'épreuve éliminatoire.

**DAG 4.5.2** Lorsque les installations le permettent, des épreuves éliminatoires peuvent se dérouler simultanément, ceci avec l'approbation du Bureau, sur recommandation de la Commission Technique de Plongeon de la FINA.

**DAG 4.5.3** Le programme doit être agréé par le Bureau sur recommandation de la Commission Technique de Plongeon de la FINA.

**DAG 4.6** Cinq (5) ou sept (7) juges seront en fonction dans les épreuves individuelles, et neuf (9) juges dans les épreuves de plongeon synchronisé.

**Note** : si possible, onze (11) juges pourront officier dans les épreuves de plongeon synchronisé.

**DAG 4.7** Les Championnats seront en principe organisés séparément et indépendamment de la natation, du water-polo ou de la natation synchronisée.

**DAG 4.8** Les Championnats se dérouleront sur une période d'au minimum six (6) jours.

## REGLES DU PLONGEON DES MAÎTRES (MD)

Les règles de la partie V de ce manuel doivent s'appliquer au plongeon des Maîtres avec les exceptions suivantes.

### MD 1 Groupes d'âges et épreuves

#### MD 1.1 Plongeon du tremplin - Hommes et Dames (1 mètre et 3 mètres)

##### Groupes d'âge Nombre total de plongeon requis

(Années)	Messieurs	Dames
25 – 29	7	6
30 – 34	7	6
35 – 39	7	6
40 – 44	7	6
45 – 49	7	6
50 – 54	6	5
55 – 59	6	5
60 – 64	6	5
65 – 69	6	5
70 – 74	5	4
75 – 79	5	4
80 +	4	3

(groupes d'âge de cinq années aussi élevés que nécessaire)

#### MD 1.2 Plongeon de Haut-Vol - Dames et Hommes (5 mètres, 7.5 mètres, ou 10 mètres)

Groupe d'âge (Années)	Nombre total de plongeurs requis	
	Messieurs	Dames
25 – 29	6	6
30 – 34	6	6
35 – 39	6	6
40 – 44	6	6
45 – 49	6	6
50 – 54	5x	5x
55 – 59	5x	5x
60 – 64	5x	5x
65 – 69	5x	5x
70 – 74	4x	4x
75 – 79	4x	4x
80 +	3x	3x

groupes d'âge de cinq années aussi élevés que nécessaire)

x) Restriction pour le 10 m : seules les entrées à l'eau par les pieds sont autorisées de la plate-forme de 10 m, et tout plongeon exécuté de la plate-forme de 10 m ne doit pas avoir un coefficient de difficulté supérieur à 2.0.

### MD 1.3 Plongeon synchronisé

#### MD 1.3.1 Tremplin 3 mètres – Hommes et Dames

Groupes d'âge	Messieurs	Dames
50 - 99	2(*) +2	2(*) +2
100+	2(*) +2	2(*) +2

(\*) Coefficient de difficulté égal à 2.0 pour chaque plongeon, indépendamment de la formule pour le coefficient de difficulté du plongeon.

**MD 1.3.2 Plongeon synchronisé Haut Vol - Hommes et Dames**

Groupes d'âge	Messieurs	Dames
50 - 99	2(*) +2	2(*) +2
100+	2(*) +1	2(*) +1

(\*) Coefficient de difficulté égal à 2.0 pour chaque plongeon, indépendamment de la formule pour le coefficient de difficulté du plongeon.

**MD 1.3.3** Le groupe d'âge en plongeon synchronisé s'établit par l'addition des âges des deux plongeurs

**MD 1.3.4** Si dans l'un des deux groupes d'âges en plongeon synchronisé, l'âge d'un plongeur est de 50 ans ou plus, les plongeurs d'une plate-forme de 10 m doivent uniquement se faire par les pieds en premier, et aucun plongeur de 10m ne peut excéder le degré de difficulté de 2.0 pour la paire.

**MD 2 Règles techniques du plongeon des maîtres**

**MD 2.1** Le plongeur peut choisir librement les plongeurs dans le tableau des plongeurs, figurant dans le Manuel FINA. La seule exigence est que, dans les groupes d'âge 25 -69 ans, chaque plongeur effectué ait un numéro différent (selon le Manuel FINA).

Pour les groupes d'âge 70 ans et plus, les plongeurs ayant le même numéro peuvent être répétées s'ils sont exécutés dans une position différente (droite, carpée, groupée ou position libre).

**MD 2.2** Un plongeur face à l'eau peut être réalisé avec ou sans élan.

**MD 2.3** Dans les épreuves de plongeon synchronisé deux plongeurs de clubs différents appartenant à la même fédération, sont autorisés à concourir en tant que constituant une équipe de plongeon synchronisé au tremplin de 3m ou en haut-vol.

**MD 2.4** En plongeon synchronisé les deux plongeurs doivent effectuer le même plongeur (même numéro et même position). Si ce n'est pas le cas, le juge-arbitre doit déclarer le plongeur manqué. (0 point)

## RÈGLEMENT FINA CONCERNANT LES INSTALLATIONS

### PRÉAMBULE

Le Règlement des Installations a pour but de fournir le meilleur environnement possible pour la compétition et l'entraînement. Ce Règlement n'a pas pour but de traiter les points relatifs au public en général. Le propriétaire ou le contrôleur d'une installation ont la responsabilité d'assurer la supervision des comportements du public.

### FR 1 GÉNÉRALITÉS

- FR 1.1 Piscines aux normes olympiques de la FINA.** Tous les Championnats du Monde (à l'exception des Championnats du Monde des Maîtres) et les Jeux Olympiques doivent avoir lieu dans une piscine conforme aux règles FR 3, FR 6, FR 8 et FR 11.
- FR 1.2 Piscines aux normes générales de la FINA.** Toutes les autres épreuves de la FINA devraient avoir lieu dans une piscine aux normes Olympiques de la FINA, mais le Bureau peut renoncer à certaines normes pour des piscines existantes, si cela ne gêne pas matériellement les compétitions.
- FR 1.3 Piscines aux normes minimales de la FINA.** Toutes les autres épreuves organisées conformément aux Règles de la FINA, devraient avoir lieu dans des piscines conformes à toutes les normes minimales contenues dans cette partie.
- FR 1.4** Afin de protéger la santé et la sécurité des personnes utilisant des installations de natation à des fins de loisir, d'entraînement ou de compétition, les propriétaires de piscines publiques, ou de piscines réservées exclusivement à l'entraînement et à la compétition, doivent se conformer aux exigences définies par la loi et les autorités sanitaires du pays où se trouvent ces piscines.
- FR 1.5** Les nouveaux équipements de compétition (starting-blocks, lignes d'eau) doivent être disponibles au 1<sup>er</sup> janvier de l'année des J.O. et des Championnats du Monde.

### FR 5 INSTALLATIONS DE PLONGEON

**Exigence générale : Les dimensions en mètres des installations de plongeon détaillées dans le « Diving Diagram, Annexe 1 », doivent être respectées.**

#### FR 5.1 Plongeon au Tremplin

**FR 5.1.1** Les tremplins doivent avoir au moins 4,8 mètres de longueur et 0,5 mètre de largeur. Pour toutes les épreuves de la FINA, le modèle de tremplin doit avoir une surface antidérapante, et être approuvé par la FINA.

**FR 5.1.2** Les tremplins doivent être fournis avec un rouleau mobile de réglage, facilement manipulable par le plongeur.

**FR 5.1.3** Les installations de tremplins, modifiées ou construites sur des structures en béton après le 1<sup>er</sup> octobre 2013, doivent respecter les points suivants :

**FR 5.1.3.1** La distance verticale entre le niveau de la plate-forme qui soutient le système du rouleau de réglage et le niveau du haut du tremplin, doit être de 0,35 mètre.

**FR 5.1.3.2** La distance entre le rebord avant du système du rouleau (qui est long de 0,741 mètre), et le rebord avant de la plate-forme d'appui, doit être au maximum de 0,44 mètre.

**FR 5.1.3.3** Si le rebord avant de la plate-forme se projette au-delà de ce point, alors le système du rouleau de réglage et la fixation arrière articulée du tremplin doivent

être déplacés vers l'avant, de manière à avoir une distance maximum de 0,44 mètre entre le rebord avant de la plate-forme et le bord avant du système de rouleau.

**FR 5.1.4** La distance minimum recommandée de l'arrière jusqu'à l'axe du rouleau doit respecter les recommandations et les spécifications du fabricant du tremplin.

**FR 5.1.5** Il faut que la partie avant des tremplins soit horizontale, quelque soit le positionnement du rouleau de réglage.

**FR 5.1.6** Les tremplins doivent être placés soit d'un côté, soit des deux côtés des plates-formes. Pour le Plongeon Synchronisé, il est préférable qu'au moins deux tremplins à la même hauteur soient placés côte à côte, et que rien ne fasse obstacle à la visibilité entre les plongeurs, à n'importe quel moment du plongeon. Voir le « Diving Diagram, Annexe 2 »

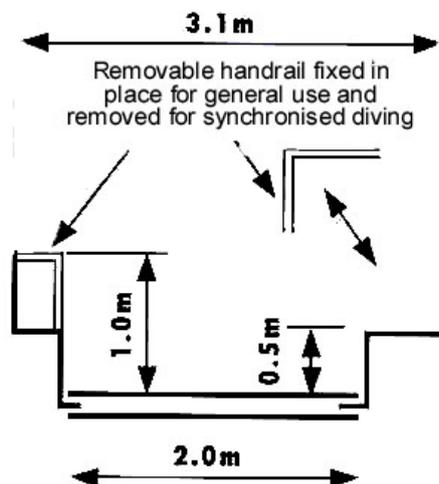
## FR 5.2 Plongeon de Haut Vol

**FR 5.2.1** Chaque plate-forme doit être rigide et horizontale.

**FR 5.2.2** Les dimensions minimum de la plate-forme doivent être :

Plate-forme de 0,6 m à 1 m	1,0 m de large (2,9 m de préférence)	5,0 m de long
Plate-forme de 2,6 m à 3,0m	1,0 m de large (2,0 m de préférence)	5,0 m de long
Plate-forme de 5 m	2,9 m de large	6,0 m de long
Plate-forme de 7,5 m	2,0 m de large	6,0 m de long
Plate-forme de 10 m	3,0 m de large	6,0 m de long

Sur les plates-formes de 10 m d'une largeur inférieure à 3 m, seules peuvent être mises en place des rampes de chaque côté, sur une distance d'au moins 3,0 m. en arrière du rebord de la plate-forme. Il est recommandé qu'une partie facilement escamotable de la rampe soit prévue pour l'usage général, partie qui puisse être enlevée pour le plongeon synchronisé (voir schéma).



**FR 5.2.3** De préférence, l'épaisseur du rebord avant de la plate-forme doit être de 0,2 mètre mais ne pas dépasser 0,3 mètre, et le rebord peut être vertical ou incliné selon un angle de 10 degrés au plus par rapport à la verticale, à l'intérieur de la ligne du fil à plomb.

**FR 5.2.4** La surface et le rebord avant de la plate-forme doivent être recouverts entièrement d'une surface élastique antidérapante. Les deux surfaces doivent être couvertes séparément pour obtenir un angle parfait de 90° ou tel que décrit à l'article FR 5.2.3. Le rebord avant doit être recouvert avant la surface de la plate-forme elle-même.

**FR 5.2.5** L'avant des plates-formes de 10 mètres doit dépasser d'au moins 1,50 m le bord de la piscine. L'avant des plates-formes de 7,5 mètres, 5,00 mètres et 2,60 à 3,00

mètres, doit dépasser d'au moins 1,25 m le bord de la piscine. L'avant des plates-formes de 0,60 à 1 mètre doit dépasser d'au moins 0,75 mètre le bord de la piscine.

**FR 5.2.6** Si une plate-forme est exactement placée au-dessous d'une autre plate-forme, la plate-forme supérieure doit dépasser d'au moins 0,75 mètre (de préférence 1,25 mètre) la plate-forme inférieure.

**FR 5.2.7** L'arrière et les côtés des plates-formes (sauf celles de 1,0 mètre ou moins) doivent être entourés de rampes jusqu'à 1 m de l'extrémité de la plate-forme, avec un espace minimum de 1,80 mètre entre les paires. La hauteur minimum doit être de 1,0 mètre, et celles-ci doivent comporter au moins deux barres transversales placées à l'extérieur de la plate-forme et commençant à 1,0 mètre du rebord avant de la plate-forme.

**FR 5.2.8** Chaque plate-forme doit être accessible par des escaliers convenables (pas d'échelles), et conformes aux règles et standards de construction et de sécurité des pays.

**FR 5.2.9** Il est préférable qu'une plate-forme ne soit pas construite directement sous une autre plate-forme. Dans le cas où cela ne peut être évité, on se référera aux Annexes 1 et 2 du « Diving Diagram ».

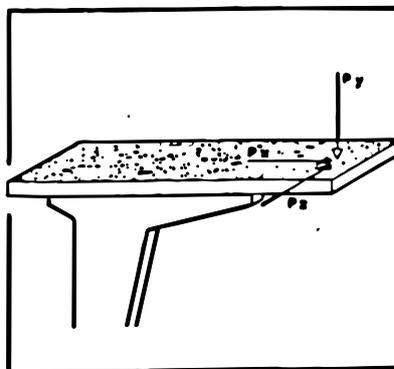
**FR 5.2.10** Conditions exigées pour la structure de support. Pour les plates-formes et la structure de support des tremplins la capacité de charge est  $p = 350$  kilogrammes force par mètre linéaire.

En plus des exigences de stabilité, et pour le confort et la sécurité de l'utilisateur compte tenu de l'oscillation des tours, les limites suivantes doivent être observées, en respectant les supports des plates-formes et des tremplins.

Fréquence fondamentale des plates-formes 10,0 Hz

Fréquence fondamentale de la tour 3,5 Hz

Oscillation de la structure totale 3,5 Hz



La déformation spatiale du bord avant des plates-formes résultant de  $P_x = P_y = P_z = 100$  kilogrammes force doit être au maximum de 1 mm (voir le schéma).

Ces exigences peuvent être respectées de manière tout à fait satisfaisante par une structure de béton renforcée. Le comportement dynamique doit être assuré avec les calculs de stabilité pour la structure entière.

### FR 5.3 Conditions Générales

**FR 5.3.1** Pour les piscines conçues et construites après le 26 septembre 2013, les dimensions minimales en mètres pour les installations de plongeon, telle que spécifiées dans « Diagramme des Installations de Plongeon » Annexe 1, doivent faire référence, en utilisant, comme point de repère pour les mesures de base, la ligne du fil à plomb, ligne verticale partant du centre du bord avant de la plate-forme ou du tremplin. Il est recommandé que les dimensions jugées préférables soient utilisées pour des projets considérés comme importants.

**FR 5.3.2** Les dimensions C du fil à plomb au fil à plomb adjacent sur le tableau des « Dimensions FINA pour les Installations de Plongeon » Annexe 1, s'appliquent aux plates-formes ayant des largeurs indiquées à l'article FR 5.2.2. Si les largeurs de la plate-forme sont

augmentées, les dimensions B et C doivent alors être augmentées de la moitié des largeurs supplémentaires.

**FR 5.3.3** La hauteur des tremplins et de chaque plate-forme par rapport au niveau de l'eau peut varier de plus 0,05 mètre ou moins 0,00 mètre par rapport aux hauteurs prescrites dans le Règlement.

**FR 5.3.4** Les extrémités des plates-formes de 5m 3m et 1m, ne doivent pas dépasser les extrémités des tremplins de 3m et 1m, quand ces différentes installations sont situées les unes à côtés des autres.

**FR 5.3.5** Dans la zone de pleine profondeur, le fond de la piscine peut avoir une pente de 2%. Dans la fosse à plongeon, la profondeur de l'eau ne doit être inférieure à 1,8 mètre en aucun point.

**FR 5.3.6** Dans les piscines en plein air, il est recommandé que les tremplins et les plates-formes soient orientés vers le nord dans l'hémisphère nord et vers le sud dans l'hémisphère sud.

**FR 5.3.7** L'éclairage minimum à 1 mètre au-dessus de la surface de l'eau ne doit pas être inférieur à 600 lux.

**FR 5.3.8** Les sources d'éclairage naturel et artificiel doivent être dotées de moyens qui permettent d'éviter l'éblouissement.

**FR 5.3.9** La température de l'eau ne doit pas être inférieure à 26° C.

**FR 5.3.10** Une installation mécanique d'agitation de la surface doit être prévue sous les installations de plongeon, pour aider les plongeurs dans leur perception visuelle de la surface de l'eau. Dans les bassins équipés d'une machine à bulles, la machine ne devra être utilisée que dans ce but, si elle crée une agitation suffisante de l'eau en travaillant à très basse pression ; sinon un système d'aspersion horizontale de l'eau devra être seul utilisé.

**FR 5.3.12 Plongeon individuel :**

**FR 5.3.12.1** Les juges doivent être placés côte à côte en ligne, de chaque côté du tremplin / de la plate-forme, par le juge arbitre.

**FR 5.3.12.2** Lorsque sept (7) / cinq (5) juges sont en fonction, quatre (4) / trois (3) juges doivent être du côté le plus proche de la compétition.

**Note :** le juge-arbitre peut décider de placer quatre (4) / trois (3) juges du côté le plus éloigné de la compétition, en fonction de l'aménagement du bassin.

**FR 5.3.12.3** Aucun juge ne peut être assis en retrait de l'extrémité du tremplin ou de la plate-forme.

**FR 5.3.12.4** La numérotation des chaises des juges doit se faire dans le sens des aiguilles d'une montre, lorsqu'on est en face du tremplin ou de la plateforme.

**FR 5.3.12.5** Pour les compétitions au tremplin de 1 mètre, des chaises normales seront utilisées.

**FR 5.3.12.6** Pour les compétitions au tremplin de 3 mètres, les juges seront assis à une hauteur égale ou supérieure à deux (2) mètres au-dessus du niveau de l'eau.

**FR 5.3.12.7** Pour les compétitions à la plate-forme de 10 mètres, les chaises des compétitions au tremplin de 3 mètres peuvent être utilisées, mais, si cela est possible, les juges seront assis à un niveau plus élevé encore.

**FR 5.3.12.8** Pour aider les juges des compétitions au tremplin de 3 mètres et à la plate-forme de 10 mètres, les chaises des juges doivent être placées aussi loin que possible du bord du bassin.

**FR 5.3.13 Plongeon synchronisé:**

**FR 5.3.13.1** Trois/deux juges d'exécution seront placés de chaque côté du tremplin / de la plate-forme par le juge-arbitre.

**FR 5.3.13.2** La numérotation des chaises des juges d'exécution doit se faire dans le sens des aiguilles d'une montre lorsqu'on est en face du tremplin / de la plate-forme, soit E 1, E 2 et E 3 (ou E1 et E2) sur le côté gauche, et E 4, E 5 et E 6 (ou E3 et E4) sur le côté droit.

**FR 5.3.13.3** Entre les juges d'exécution de chaque côté du bassin, les juges de la synchronisation seront placés en ligne.

**FR 5.3.13.4** Trois juges de synchronisation seront placés du côté le plus proche des tremplins / de la plate-forme de compétition, et les deux autres juges de synchronisation du côté opposé.

**FR 5.3.13.5** La numérotation des chaises des juges de synchronisation débutera du côté gauche du bassin, avec le numéro S 1 pour la chaise la plus basse, et la chaise la plus haute du côté droit avec le numéro S 5.

**FR 5.3.13.6** Pour les compétitions de plongeon synchronisé, les juges de synchronisation les plus proches du bord du bassin seront assis à une hauteur au moins égale à 2,0 mètres au-dessus du niveau de l'eau.

**FR 5.3.13.7** Les hauteurs suivantes, pour les juges de la synchronisation restants (ou pour le juge d'exécution supplémentaire), doivent augmenter d'au moins 0,5 mètre par siège.

**FR 5.3.13.8** Il ne doit y avoir ni interférence, ni mouvement, en face des chaises des juges.

**FR 5.3.13.9** Les recommandations précédentes figurent dans l'Annexe 2 du « Diving Diagram »

**FR 5.3.14 Installation d'entraînement à « sec »**

**Conditions générales :** Les dimensions en mètres pour les installations d'entraînement à sec sont détaillées dans l'Annexe 3 A du « Diving Dry Land Training » et dans l'Annexe 3 B du « Diving Dry Land Recommended Equipment »

**FR 5.3.14.1** Pour la sécurité des plongeurs et leur évolution dans l'apprentissage de plongeurs nouveaux et plus difficiles, il est vivement recommandé que les indications (ou directives) présentées ci-dessous, soient placées au sein de l'installation et près de la zone des compétitions de plongeon.

**FR 5.3.14.2** Quand les dimensions minimum sont utilisées pour les points B et C, un tapis vertical ou toute autre surface de protection, doit être fixé sur les murs avant ou latéraux suivant les cas.

**FR 5.4 Équipement électronique.**

**FR 5.4.1** L'équipement électronique enregistre les notes des Juges pour chaque plongeur et calcule le total de points pour chaque plongeur selon l'article D7.

**FR 5.4.2 L'équipement choisi doit pouvoir :**

**FR 5.4.2.1** Enregistrer les notes des Juges par points entiers et par demi-points

**FR 5.4.2.2** Produire toute information enregistrée et calculée pour chaque plongeur, avant et après chaque plongeur.

**FR 5.4.2.3** Produire les points pour tous les plongeurs avant et après chaque plongeur.

**FR 5.4.2.4** Produire le classement et les points pour tous les plongeurs après chaque tour de plongeurs.

**FR 5.4.2.5** L'équipement doit doter les juges d'un boîtier électronique de jugement, permettant à chacun d'entrer et de voir sa note sur un écran. Après l'acceptation des notes par le juge-arbitre, toutes les notes apparaîtront sur chaque boîtier électronique.

**FR 5.4.2.6** Une analyse des juges doit être produite à l'issue de chaque épreuve ou session.

**FR 5.4.2.7** Le juge-arbitre doit être doté d'un écran de contrôle, lui permettant de visionner les notes de tous les juges avant l'affichage sur le tableau.

**FR 5.4.2.8** Les informations suivantes doivent être imprimées :

- 1 - Le tirage au sort des ordres de départ.
- 2 - La liste de départ pour chaque session ou épreuve.
- 3 - Un classement des plongeurs à l'issue de chaque tour de plongeur.
- 4 - Un classement des plongeurs à la fin de chaque épreuve.
- 5 - Les notes des juges et les totaux de points pour chaque plongeur à la fin de chaque session ou épreuve.

**FR 6 INSTALLATIONS DE PLONGEON POUR LES JEUX OLYMPIQUES ET LES CHAMPIONNATS DU MONDE**

**FR 6.1** Conditions générales : Les dimensions en mètres pour les installations de plongeur sont détaillées dans l'Annexe 1 et dans l'Annexe 2.

**FR 6.1.1** Pour les Jeux Olympiques et les Championnats du Monde, l'article FR5 doit s'appliquer intégralement ; cependant l'intensité de l'éclairage à un niveau d'un (1) mètre au-dessus de l'eau, ne doit pas être inférieure à 1500 lux.

**FR 6.2** En ce qui concerne les dimensions des installations de plongeon, on peut utiliser une combinaison de mesures « minimum » et « préférées », figurant dans l'Annexe 1. Cependant des dimensions qui seraient inférieures aux dimensions « minimum » sont inacceptables, et ne peuvent être utilisées. Si un bassin de natation et une fosse à plongeon sont situés dans la même enceinte, la distance minimum séparant l'un de l'autre sera de 8 mètres, une distance de 10 mètres sera préférée (voir FR 3.16).

**FR 6.2.1** La distance verticale allant du bord de la plate-forme, ou du tremplin au repos, jusqu'à la surface de l'eau au repos (avant la mise en marche des jets d'eau ou des bulles), devra être conforme aux mesures indiquées dans le tableau des dimensions des installations de plongeon. Ces mesures devront être certifiées par un géomètre ou un autre officiel qualifié, nommé ou approuvé par le membre du pays dans lequel se trouve la piscine.

**FR 6.3** Le marquage de lignes dans le fond d'une fosse à plongeon sera constitué de 3 lignes, tracées dans le sens de la largeur, perpendiculairement à un plongeur situé, face en avant, sur un tremplin ou une plate-forme. Ces lignes seront comme suit :

Largeur : minimum 0,2 m, maximum 0,3 m.

Longueur : 21 mètres pour une fosse à plongeon large de 25 m.

La distance séparant le milieu de chaque ligne sera de 2,5 m.

Le centre de la première ligne sera placé juste sous le fil à plomb du tremplin de 3 m. (Voir l'Annexe 2).

**FR 6.4** Le site d'accueil doit être pourvu d'un trampoline avec équipements de sécurité et d'un bain chaud. Il est préférable qu'il y ait deux trampolines, et une aire d'entraînement « à sec », équipée d'un tremplin et d'une plate-forme donnant sur une zone de réception en mousse.

## Règlement FINA concernant les juges

### Certification des juges FINA de plongeur

#### A QUALITES DES JUGES

La FINA exige que tous les juges de plongeur présentent les qualités suivantes :

1. Instruction : Connaissance exhaustive des Règlements.
2. Expérience : Pratique régulière du jugement en compétition.
3. Application des règles : Usage pratique et application des règlements.
4. Neutralité : Ne favoriser aucun plongeur, aucun pays.
5. Consistance du jugement : Maintenir une certaine cohérence dans les notations.
6. Comportement : Adopter une conduite professionnelle à tout moment.

#### B PRINCIPES DE LA LISTE

Tous les ans, la FINA établit la liste des juges certifiés de plongeur.

Les Fédérations doivent confirmer ou invalider leurs juges certifiés, **avant le 30 novembre de chaque année**. Les propositions postérieures au 30 novembre **ne seront pas prises en compte**.

#### C CERTIFICATION

Pour être certifié, un juge doit suivre un cours de certification des juges de plongeur (*Diving Judges Certification Course*), anciennement « École de juges ».

La certification de la FINA a une validité de deux ans.

Pour conserver sa certification, chaque juge doit passer l'examen « en ligne » des officiels, tous les ans.

Pour renouveler sa certification FINA, un juge certifié doit faire l'une des actions suivantes :

1. Suivre un cours de certification des juges de plongeur de la FINA (anciennement « École de juges », réussir l'examen avec un résultat minimum de 85 %, et être évalué avec un minimum de 85 % tous les deux ans.
2. Se faire évaluer dans une période de deux ans, lors de trois (3) compétitions différentes (à 3 endroits différents) avec un résultat d'au moins 90 % et être recommandé par la Commission technique de la FINA pour un renouvellement de certification de deux ans.
3. Être sélectionné comme juge pour les Jeux Olympiques, les Championnats du monde de la FINA ou la Coupe du Monde de plongeur de la FINA et être recommandé par la Commission technique de la FINA pour un renouvellement de certification de deux ans.

La Commission technique de la FINA ne retiendra que les juges qui ont obtenu un minimum de 90 % de concordance avec les évaluateurs.

#### D. COURS DE CERTIFICATION DES JUGES

Toute Fédération peut demander l'organisation d'un Cours de certification des juges de la FINA (anciennement « École de Juges FINA »).

Environ 10 formations seront organisées chaque année.

Le nombre de participants est fixé à 10 minimum, et 30 maximum.

Les participants peu expérimentés qui ne sont pas familiarisés avec le plongeur doivent préalablement assister à une « École de Juges » de la FINA, avant de suivre un Cours de certification des juges de la FINA (voir point G ci-dessous).

Canevas d'organisation :

Les enseignements seront assurés par une équipe d'instructeurs.  
Le programme aura pour fondement les articles du Manuel de la FINA.  
Seront mis en œuvre, à la fois des cours en salle et des sessions pratiques de jugement.  
A l'issue de la formation, les instructeurs feront leurs propositions de certifications à la Commission Technique de Plongeon de la FINA (FINA TDC).

**E ÉVALUATION DES JUGES CERTIFIÉS**

Tous les juges certifiés seront classés dans l'une des catégories suivantes :

90-100 % = très bon  
85-89 % = bon  
80-84 % = satisfaisant  
75-79 % = faible  
74 % et moins = insuffisant

**1. Sur le plan statistique**

La comparaison des notes du juge par rapport aux notes de l'observateur, fait l'objet du classement suivant :

Moins de 10% de notes différentes = très bon  
De 11% à 15% de notes différentes = bon  
De 16% à 20% de notes différentes = satisfaisant  
De 21% à 25% de notes différentes = faible  
Plus de 25% de notes différentes = insuffisant

**2. Sur le plan du comportement**

Pendant un concours, à tout moment, le juge en exercice doit adopter un comportement conforme aux normes internationales habituelles, à savoir :

- Porter la tenue officielle.
- Se conformer scrupuleusement aux horaires, et participer aux réunions prévues par le juge-arbitre.
- Être attentif (disponible) à tout moment.
- Ne parler ni aux autres juges, ni aux entraîneurs, pendant une épreuve.
- Ne pas entraîner un plongeur depuis sa chaise de juge.
- Être rapide pour attribuer les notes.
- Être concentré sur la compétition et la piscine.

**3. Neutralité**

Ne pas afficher de parti-pris à l'égard de certains plongeurs, ou pour certaines Fédérations.

**4. Connaissances des règlements**

Être capable de comprendre et d'appliquer les règles pendant une compétition.

**F PROCÉDURE D'ÉVALUATION**

1. Les compétitions de Plongeon ci-dessous constituent les principales circonstances d'observation (évaluation) pour les membres de la Commission Technique de la FINA (TDC), ou pour les experts désignés.

- a) Tous les Grands Prix et compétitions mondiales FINA de plongeon.
- b) Les Championnats du Monde, y compris les Championnats du Monde Juniors.
- c) Les Coupes du Monde de la FINA.
- d) Les Jeux Olympiques.
- e) Les Jeux Olympiques de la Jeunesse.
- f) Les Championnats et les Coupes Continentaux.
- g) Les Championnats Régionaux.
- h) Les Championnats particuliers (Universiades, Jeux du Commonwealth).
- i) Invitation spéciale d'un observateur du TDC, à une compétition nationale ou régionale.

2. Il est attendu des Fédérations organisatrices de l'un de ces événements, qu'elles facilitent le séjour et le travail des observateurs désignés. Il est également attendu qu'elles utilisent un logiciel homologué pour produire des analyses de juges. Dans le cas où les résultats de l'analyse ne seraient pas disponibles avant la fin de la compétition, l'analyse devra être envoyée à l'observateur désigné dès que possible.

3. Tous les membres de la Commission Technique de la FINA (TDC), ainsi que les experts désignés, pourront remplir la mission d'observateurs lors des compétitions mentionnées ci-dessus.

4. À l'issue de chaque compétition, un compte rendu sera transmis au Président de la Sous-Commission des Juges de la FINA, avec copie à la Commission Technique de la FINA.

5. Une récapitulation générale, élaborée par la Sous-commission des Juges, sera utilisée par la Commission Technique de la FINA (TDC), afin d'établir la liste des juges retenus pour les Jeux Olympiques, les Championnats du Monde et les Coupes du Monde, cette liste devant être soumise au Bureau de la FINA.

#### **G. FINA DIVING JUDGES DEVELOPMENT SCHOOL ÉCOLE DES JUGES DE LA FINA – FORMATION INITIALE**

Afin de mettre en place des « formations initiales » de juges de plongeon, la FINA propose à toutes les fédérations nationales des « FINA Diving Judges Development School ». Toute fédération est fondée à demander l'accueil d'une « FINA Diving Judges Development School ».

On peut noter les points suivants concernant les « formations initiales » :

- Des personnes sans connaissance préalable du plongeon peuvent participer.
- A la fin de la formation, tous les participants passeront un test, et ceux qui auront satisfait aux épreuves du test recevront un diplôme de « formation initiale ».
- Les cours seront théoriques.
- Le diplôme de « formation initiale » (avec 85% de réponses justes ou plus), permettra à son titulaire de participer à une « FINA Diving Judges Certification Course » : Cependant, le diplôme de « formation initiale » ne permet pas à son titulaire de figurer dans la liste des juges de plongeon de la FINA.
- Les personnes suivantes n'ont pas besoin d'assister à la « Formation initiale », et peuvent suivre directement un cours de certification des juges de la FINA.
  - 1) Les entraîneurs internationaux ayant entraîné au niveau international au cours des 3 dernières années.
  - 2) Les juges nationaux dont les fédérations certifient qu'ils ont jugé au niveau régional, national ou dans des événements internationaux organisés dans leurs frontières au cours des 3 dernières années.

# COEFFICIENTS DE DIFFICULTE DE LA FINA - FORMULE ET COMPOSANTS

## APPENDICE 1

## PLONGEONS DU TREMPLIN

**Note:** Le coefficient de difficulté (CD) est obtenu par l'addition **A + B + C + D + E = CD**  
**En vigueur à compter du 1er octobre 2013**

### A Sauts-périlleux

Hauteur/Saut-périlleux	0	½	1	1½	2	2½	3	3½	4	4½
1m	0.9	1.1	1.2	1.6	2.0	2.4	2.7	3.0	3.3	3.8
3m	1.0	1.3	1.3	1.5	1.8	2.2	2.3	2.8	2.9	3.5

### B. Position en vol Pour les plongeurs "pris au vol", additionner la position "pris au vol" (E) aux positions B ou C

	0 - 1 Saut-périlleux				1½ - 2 Sauts-périlleux				2½ Sauts-périlleux				3 - 3½ Sauts-périlleux				4 - 4½ Sauts-périlleux			
	Avant	Arr.	Renv.	Ret.	Avant	Arr.	Renv.	Ret.	Avant	Arr.	Renv.	Ret.	Avant	Arr.	Renv.	Ret.	Avant	Arr.	Renv.	Ret.
<b>C = Groupé</b>	0.1	0.1	0.1	-0.3	0	0	0	0.1	0	0.1	0	0.2	0	0	0	0.3	0	0.1	0.2	0.4
<b>B = Carapé</b>	0.2	0.2	0.2	-0.2	0.1	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.5	0.3	0.3	0.3	0.6	0.4	0.4	0.5	0.8
<b>A = Droit</b>	0.3	0.3	0.3	0.1	0.4	0.5	0.6	0.8	0.6	0.7	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>D = Libre</b>	0.1	0.1	0.1	-0.1	0	-0.1	-0.1	0.2	0	-0.1	-0.2	0.4	0	0	0	-	-	-	-	-
<b>E = Au vol</b>	0.2	0.1	0.1	0.4	0.2	0.2	0.2	0.5	0.3	0.3	0.3	0.7	0.4	-	-	-	-	-	-	-

Sept des composants ci-dessous ont une valeur négative, les cases grisées indiquent les plongeurs qui ne sont actuellement pas réalisables.

### C. Vrilles

Groupes	½ Vrille ½ - 1 Saut-pér.	½ Vrille 1½ - 2 Saut-pér.	½ Vrille 2½ Saut-pér.	½ Vrille 3 - 3½ Saut-pér.	1 Vrille	1½ Vrilles ½ - 2 Saut-pér.	1½ Vrilles 2½ - 3½ Saut-pér.	2 Vrilles	2½ Vrilles ½ - 2 Saut-pér.	2½ Vrilles 2½-3½ Saut-pér.	3 Vrilles	3½ Vrilles	4 Vrilles	4½ Vrilles
<b>Avant</b>	0.4	0.4	0.4	0.4	0.6	0.8	0.8	1.0	1.2	1.2	1.5	1.6	1.9	2.0
<b>Arr.</b>	0.2	0.4	0	0	0.4	0.8	0.7	0.8	1.2	1.1	1.4	1.7	1.8	2.1
<b>Renv.</b>	0.2	0.4	0	0	0.4	0.8	0.6	0.8	1.2	1.0	1.4	1.8	1.8	2.1
<b>Ret.</b>	0.2	0.4	0.2	0.4	0.4	0.8	0.8	0.8	1.2	1.2	1.5	1.6	1.9	2.0

- (1) Les plongeurs avec 1/2 saut-périlleux et des vrilles, ne peuvent être exécutés qu'en position A, B ou C
- (2) Les plongeurs avec 1 ou 1 1/2 saut-périlleux et des vrilles, ne peuvent être exécutés qu'en position D.
- (3) Les plongeurs avec 2 sauts-périlleux ou plus et des vrilles, ne peuvent être exécutés qu'en position B ou C.

## D Elan

Hauteur	Avant ½ - 3½ Saut-pér.	Avant 4 - 4 ½ Saut-pér.	Arrière ½ - 3 Saut-pér.	Arrière 3½ - 4½ Saut-pér.	Renversé ½ - 3 Saut-pér.	Renversé 3½ - 4½ Saut-pér.	Retourné ½ - 1 Saut-pér.	Retourné 1½ - 4½ Saut-pér.
1m	0	0.5	0.2	0.6	0.3	0.5	0.6	0.5
3m	0	0.3	0.2	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3

## E Entrée dans l'eau non naturelle (ne s'applique pas aux plongeurs avec vrilles)

Groupes	½ Saut-Pér.	1 Saut-Pér.	1½ Saut-Pér.	2 Saut-Pér.	2½ Saut-Pér.	3 Saut-Pér.	3½ Saut-Pér.	4 Saut-Pér.	4½ Saut-Pér.
Avant / Retourné	-	0.1	-	0.2	-	0.2	-	0.2	-
Arrière / Renversé	0.1	-	0.2	-	0.3	-	0.4	-	0.4

Une valeur indique que le plongeur ne voit pas l'eau avant l'entrée dans l'eau. Le parametre est le même à toutes les hauteurs.

Le signe moins (-) indique que le plongeur voit l'eau avant l'entrée dans l'eau. Le parametre est le même à toutes les hauteurs.

### Exemples

Plongeur	Position	Hauteur	A	B	C	D	E	CD
207	B	3	2.8	0.3	0.0	0.4	0.4	<b>3.9</b>
207	C	3	2.8	0.0	0.0	0.4	0.4	<b>3.6</b>
5253	B	3	2.2	0.3	0.7	0.2	0	<b>3.4</b>
5355	B	3	2.2	0.2	1.0	0.3	0	<b>3.7</b>

Plongeur	Position	Hauteur	A	B	C	D	E	CD
309	B	3	3.5	0.5	0.0	0.3	0.4	<b>4.7</b>
309	C	3	3.5	0.2	0.0	0.3	0.4	<b>4.4</b>
5255	B	3	2.2	0.3	1.1	0.2	0	<b>3.8</b>
313	C	3	1.5	0.2	0	0.3	0.2	<b>2.2</b>



## APPENDICE 3

## COEFFICIENTS DE DIFFICULTE DE LA FINA FORMULE ET COMPOSANTS POUR LES PLONGEONS DE HAUT-VOL

**Note:** Le coefficient de difficulté (CD) est obtenu par l'addition **A + B + C + D + E = CD**

**A Sauts-périlleux**

**En vigueur à compter du 1er octobre 2013**

Hauteur	0	½	1	1½	2	2½	3	3½	4	4½	5½
5 m	0.9	1.1	1.2	1.6	2.0	2.4	2.7	3.0	-	-	-
7½ m	1.0	1.3	1.3	1.5	1.8	2.2	2.3	2.8	3.5	3.5	-
10 m	1.0	1.3	1.4	1.5	1.9	2.1	2.5	2.7	3.5	3.5	4.5

**B. Position en vol**

Pour les plongeurs pris "au vol", additionner la position "pris au vol" (E) aux positions B ou C

	0 - 1 Saut-périlleux				1½ - 2 Sauts-périlleux				2½ Sauts-périlleux				3 - 3½ Sauts-périlleux				4 - 4½ Saut-périlleux				5½ Saut-périlleux					
	Avant	Arr.	Renv.	Ret.	Equi.	Avant	Arr.	Renv.	Ret.	Equi.	Avant	Arr.	Renv.	Ret.	Equi.	Avant	Arr.	Renv.	Ret.	Equi.	Avant					
<b>C = Groupé</b>	0.1	0.1	0.1	-0.3	0.1	0	0	0	0.1	0	0	0.1	0	0.2	0.1	0	0	0	0.3	0.2	0	0.1	0.3	0.4	0.3	0
<b>B = Carpé</b>	0.2	0.2	0.2	-0.2	0.3	0.1	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.5	0	0.3	0.3	0.3	0.6	0.4	0.4	0.4	0.6	0.7	0.5	-
<b>A = Droit</b>	0.3	0.3	0.3	0.1	0.4	0.4	0.5	0.6	0.8	0.5	0.6	0.7	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>D = Libre</b>	0.1	0.1	0.1	-0.1	0	0	-0.1	-0.1	0.2	0	0	-0.1	-0.2	0.4	0	0	0	0	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>E = Au vol</b>	0.2	0.1	0.1	0.4	-	0.2	0.2	0.5	-	0.3	0.3	0.3	0.7	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Sept des composants ci-dessus ont une valeur **négative**. Les cases grisées indiquent les plongeurs qui ne sont actuellement pas réalisable.

**C. Vrilles**

Groupes	½ Vrille ½ - 1 Saut-pér.	½ Vrille 1½ - 2 Saut-pér.	½ Vrille 2½ Saut-pér.	½ Vrille 3 - 3½ Saut-pér.	1 Vrille	1½ Vrilles ½ - 2 Saut-pér.	1½ Vrilles 2½ - 3½ Saut-pér.	2 Vrilles	2½ Vrilles ½ - 2 Saut-pér.	2½ Vrilles 2½-3½ Saut-pér.	3 Vrilles	3½ Vrilles ½ - 2 Saut-pér.	3½ Vrilles 2½ - 3½ Saut-pér.	4 Vrilles	4½ Vrilles ½ - 2 Saut-pér.	4½ Vrilles 2½-3½ Saut-pér.
Avant	0.4	0.4	0.4	0.4	0.6	0.8	0.8	1.0	1.2	1.2	1.5	1.6	1.6	1.9	2.0	2.0
Arrière	0.2	0.4	0	0	0.4	0.8	0.6	0.8	1.2	1.0	1.4	1.7	1.5	1.8	2.1	1.9
Renversé	0.2	0.4	0	0	0.4	0.8	0.6	0.8	1.2	1.0	1.4	1.7	1.5	1.8	2.1	1.9
Retourné	0.2	0.4	0.2	0.4	0.4	0.8	0.8	0.8	1.2	1.2	1.5	1.6	1.6	1.9	2.0	2.0
Equilibre avant	0.4	0.5	0.5	0.4	1.2	1.3	1.3	1.5	1.7	1.7	1.9	2.1	2.1	2.3	2.5	2.5
Equilibre arrière	0.4	0.5	0.5	0.5	1.2	1.3	1.3	1.3	1.7	1.7	1.9	2.1	2.1	2.3	2.5	2.5

(1) Les plongeurs avec 1/2 saut-périlleux et des vrilles ne peuvent être exécutés qu'en position A, B ou C.

(2) Les plongeurs avec 1 ou 1 1/2 sauts-périlleux et des vrilles ne peuvent être exécutés qu'en position D.

(3) Les plongeurs avec 2 sauts-périlleux ou plus et des vrilles, ne peuvent être exécutés qu'en position B ou C.

(4) Les plongeurs en équilibre avec 1, 1 1/2 ou 2 sauts-périlleux et une vrille ou plus, ne peuvent être exécutés qu'en position B ou C.

(5) Les plongeurs en équilibre avec 2 1/2 sauts-périlleux ou plus et des vrilles, ne peuvent être exécutés qu'en position B ou C.

## D. Plongeurs Avant, Arrière, Renvrésés, Retournés et plongeurs comportant des vrilles

Hauteur	Avant ½ - 3½ Saut-Pér.	Avant 4 - 5½ Saut-Pér.	Arrière ½ - 3 Saut-Pér.	Arrière 3½ - 4½ Saut-Pér.	Renvrésé ½ - 2 Saut-Pér.	Renvrésé 2½ - 3 Saut-Pér.	Renvrésé 3½ - 4½ Saut-Pér.	Retourné ½ - 1 Saut-Pér.	Retourné 1½ - 4½ Saut-Pér.
5 m	0	0.5	0.2	0.5	0.3	0.4	0.6	0.6	0.5
7.5 m	0	0.3	0.2	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3
10 m	0	0.2	0.2	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.2

## D. Groupe des plongeurs en équilibre (ne pas appliquer aux plongeurs en équilibre avec vrilles).

Hauteur	Equilibre avant 0 - 2 Saut-Pér.	Equilibre avant avec plus de 2 Saut-Pér.	Equilibre arrière 0 - ½ Saut-Pér.	Equilibre arrière 1 - 4 Saut-Pér.	Equilibre et pl. renvrésé 0 - ½ Saut-Pér.	Equilibre et pl. renvrésé 1 - 4 Saut-Pér.
5m / 7.5m / 10m	0.2	0.4	0.2	0.4	0.3	0.5

## E. Entrée dans l'eau non naturelle (ne s'applique pas aux plongeurs avec vrilles)

Groupes	½ Saut-Pér.	1 Saut-Pér.	½ Saut-Pér.	2 Saut-Pér.	2½ Saut-Pér.	3 Saut-Pér.	3½ Saut-Pér.	4 Saut-Pér.	4½ Saut-Pér.	5½ Saut-Pér.
Avant / Retourné	-	0.1	-	0.2	-	0.2	-	0.0	-	-
Arrière / Renvrésé	0.1	-	0.2	-	0.3	-	0.4	-	0.4	0.0
Equilibre arrière/Renv.	-	0.1	-	0.2	-	0.2	-	0.3	-	-
Equilibre avant	0.1	-	0.2	-	0.3	-	0.4	-	0.4	0.0

A Une valeur indique que le plongeur ne voit pas l'eau avant l'entrée dans l'eau. Le paramètre est le même à toutes les hauteurs.  
Le signe "moins" (-) indique que le plongeur voit l'eau avant l'entrée dans l'eau. Le paramètre est le même à toutes les hauteurs.

## Exemples

Plongeur	Position	Hauteur	A	B	C	D	E	CD
307	B	10	2.7	0.3	0.0	0.3	0.4	<b>3.7</b>
307	C	10	2.7	0.0	0.0	0.3	0.4	<b>3.4</b>
5371	B	10	2.7	0.3	0.0	0.3	0.0	<b>3.3</b>
5257	B	10	2.1	0.3	1.5	0.2	0.0	<b>4.1</b>

Plongeur	Position	Hauteur	A	B	C	D	E	CD
309	B	10	3.5	0.6	0.0	0.3	0.4	<b>4.8</b>
309	C	10	3.5	0.3	0.0	0.3	0.4	<b>4.5</b>
5371	C	10	2.7	0.0	0.0	0.3	0.0	<b>3.0</b>
6247	D	10	1.9	0.0	2.1	0.0	0.0	<b>4.0</b>

APPENDICE 4

# Table des coefficients de difficulté des plongeurs aux plates-formes de haut-vol

PLONGEURS EN AVANT		10 MÈTRES				7 MÈTRES 50				5 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
101	Plongeon ordinaire avant	1.6	1.5	1.4	-	1.6	1.5	1.4	-	1.4	1.3	1.2	-
102	Saut périlleux avant	1.8	1.7	1.6	-	1.7	1.6	1.5	-	1.6	1.5	1.4	-
103	Saut périlleux et demi avant	1.9	1.6	1.5	-	1.9	1.6	1.5	-	2.0	1.7	1.6	-
104	Double saut périlleux avant	2.5	2.2	2.1	-	2.4	2.1	2.0	-	2.6	2.3	2.2	-
105	Double saut périlleux et demi avant	2.7	2.3	2.1	-	2.4	2.2	-	-	2.6	2.4	-	-
106	Triple saut périlleux avant	-	3.0	2.7	-	-	2.8	2.5	-	-	3.2	2.9	-
107	Triple saut périlleux et demi avant	-	3.0	2.7	-	-	3.1	2.8	-	-	3.0	-	-
108	Quadruple saut périlleux	-	4.2	3.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-
109	Quadruple saut périlleux et demi avant	-	4.1	3.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1011	Quintuple saut périlleux et demi avant	-	-	4.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-
112	Saut périlleux et demi avant pris au vol	-	1.9	1.8	-	-	1.8	1.7	-	-	1.7	1.6	-
113	Saut périlleux et demi avant pris au vol	-	1.8	1.7	-	-	1.8	1.7	-	-	1.9	1.8	-
114	Double saut périlleux avant pris au vol	-	2.4	2.3	-	-	2.3	2.2	-	-	2.5	2.4	-
115	Double saut périlleux et demi avant pris au vol	-	2.6	2.4	-	-	2.5	-	-	-	-	-	-

PLONGEURS EN ARRIÈRE		10 MÈTRES				7 MÈTRES 50				5 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
201	Plongeon ordinaire arrière	1.9	1.8	1.7	-	1.9	1.8	1.7	-	1.7	1.6	1.5	-
202	Saut périlleux arrière	1.9	1.8	1.7	-	1.8	1.7	1.6	-	1.7	1.6	1.5	-
203	Saut périlleux et demi arrière	2.4	2.2	1.9	-	2.4	2.2	1.9	-	2.5	2.3	2.0	-
204	Double saut périlleux arrière	2.6	2.4	2.1	-	2.5	2.3	2.0	-	2.5	2.2	-	-
205	Double saut périlleux et demi arrière	3.3	2.9	2.7	-	-	3.0	2.8	-	-	3.0	-	-
206	Triple saut périlleux arrière	-	3.0	2.7	-	-	2.8	2.5	-	-	3.2	2.9	-
207	Triple saut périlleux et demi arrière	-	3.6	3.3	-	-	3.5	-	-	-	-	-	-
208	Quadruple saut périlleux arrière	-	4.1	3.8	-	-	4.2	3.9	-	-	4.4	4.1	-
209	Quadruple saut périlleux et demi arrière	-	4.5	4.2	-	-	-	-	-	-	-	-	-
212	Saut périlleux arrière pris au vol	-	1.9	1.8	-	-	1.8	1.7	-	-	1.7	1.6	-
213	Saut périlleux et demi arrière pris au vol	-	2.4	2.1	-	-	2.4	2.1	-	-	2.5	2.2	-
215	Double saut pér. et demi arrière pris au vol	-	3.2	3.0	-	-	-	-	-	-	-	-	-

PLONGEURS RENVERSÉS		10 MÈTRES				7 MÈTRES 50				5 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
301	Plongeon renversé	2.0	1.9	1.8	-	2.0	1.9	1.8	-	1.8	1.7	1.6	-
302	Saut périlleux renversé	2.0	1.9	1.8	-	1.9	1.8	1.7	-	1.8	1.7	1.6	-
303	Saut périlleux et demi renversé	2.6	2.3	2.0	-	2.6	2.3	2.0	-	2.7	2.4	2.1	-
304	Double saut périlleux renversé	2.8	2.5	2.2	-	2.7	2.4	2.1	-	2.9	2.6	2.3	-
305	Double saut pér. et demi renversé	3.4	3.0	2.8	-	3.5	3.1	2.9	-	-	3.3	3.1	-
306	Triple saut périlleux renversé	-	3.2	2.9	-	-	3.0	2.7	-	-	3.4	3.1	-
307	Triple saut pér. et demi renversé	-	3.7	3.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-
308	Quadruple saut périlleux renversé	-	4.4	4.1	-	-	4.5	4.2	-	-	-	-	-
309	Quadruple saut périlleux et demi renversé	-	4.8	4.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
312	Saut périlleux renversé pris au vol	-	2.0	1.9	-	-	1.9	1.8	-	-	1.8	1.7	-
313	Saut périlleux et demi renversé pris au vol	-	2.5	2.2	-	-	2.5	2.2	-	-	2.6	2.3	-

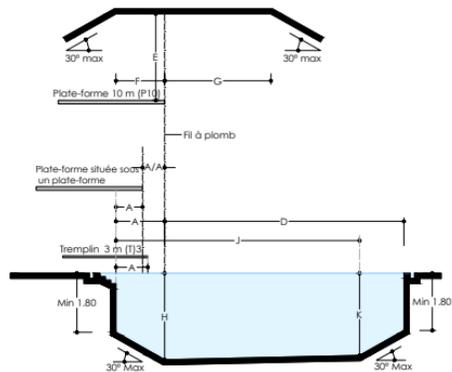
PLONGEURS RETOURNÉS		10 MÈTRES				7 MÈTRES 50				5 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
401	Plongeon retourné	1.7	1.4	1.3	-	1.7	1.4	1.3	-	1.8	1.5	1.4	-
402	Saut périlleux retourné	1.9	1.6	1.5	-	1.8	1.5	1.4	-	2.0	1.7	1.6	-
403	Saut périlleux et demi retourné	-	2.0	1.8	-	-	2.1	1.9	-	-	2.4	2.2	-
404	Double saut périlleux retourné	-	2.6	2.4	-	-	2.6	2.4	-	-	3.0	2.8	-
405	Double saut périlleux et demi retourné	-	2.8	2.5	-	-	3.0	2.7	-	-	3.4	3.1	-
406	Triple saut périlleux retourné	-	3.5	3.2	-	-	3.4	3.1	-	-	4.0	3.7	-
407	Triple saut périlleux et demi retourné	-	3.5	3.2	-	-	3.4	-	-	-	-	-	-
408	Quadruple saut périlleux retourné	-	4.4	4.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-
409	Quadruple saut périlleux et demi retourné	-	4.4	4.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-
412	Saut périlleux retourné pris au vol	-	2.0	1.9	-	-	1.9	1.8	-	-	2.1	2.0	-
413	Saut périlleux et demi retourné pris au vol	-	2.5	2.3	-	-	2.6	2.4	-	-	2.9	2.7	-

PLONGEURS AVEC VRILLES		10 MÈTRES				7 MÈTRES 50				5 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
5111	Plongeon avant avec ½ vrille	2.0	1.9	1.8	-	2.0	1.9	1.8	-	1.8	1.7	1.6	-
5112	Plongeon avant avec 1 vrille	2.2	2.1	-	-	2.2	2.1	-	-	2.0	1.9	-	-
5121	Saut périlleux avant avec ½ vrille	-	-	-	1.9	-	-	-	1.8	-	-	-	1.7
5122	Saut périlleux avant avec 1 vrille	-	-	-	2.1	-	-	-	2.0	-	-	-	1.9
5124	Saut périlleux avant avec 2 vrilles	-	-	-	2.5	-	-	-	2.4	-	-	-	2.3
5131	Saut périlleux et demi avant avec ½ vrille	-	-	-	1.9	-	-	-	1.9	-	-	-	2.0
5132	Saut périlleux et demi avant avec 1 vrille	-	-	-	2.1	-	-	-	2.1	-	-	-	2.2
5134	Saut périlleux et demi avant avec 2 vrilles	-	-	-	2.5	-	-	-	2.5	-	-	-	2.6
5136	Saut périlleux et demi avant avec 3 vrilles	-	-	-	3.0	-	-	-	3.0	-	-	-	3.1
5138	Saut périlleux et demi avant avec 4 vrilles	-	-	-	3.4	-	-	-	3.4	-	-	-	3.5
5152	Dbles saut pér. et demi avant avec 1 vrille	-	2.9	2.7	-	-	3.0	2.8	-	-	3.2	3.0	-
5154	Double saut pér. et demi avant avec 2 vrilles	-	3.3	3.1	-	-	3.4	3.2	-	-	3.6	3.4	-
5156	Double saut pér. et demi avant avec 3 vrilles	-	3.8	3.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5172	Triple saut pér. et demi avant avec 1 vrille	-	3.6	3.3	-	-	3.7	3.4	-	-	-	-	-

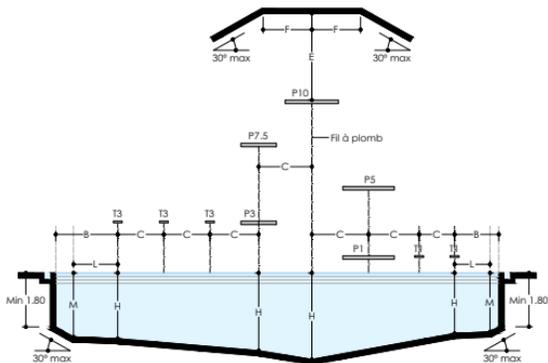
PLONGEURS EN ÉQUILIBRE		10 MÈTRES				7 MÈTRES 50				5 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
600	Équilibre et plongeon avant	1.6	-	-	-	1.6	-	-	-	1.5	-	-	-
611	Équilibre et demi saut périlleux avant	2.0	1.9	1.7	-	2.0	1.9	1.7	-	1.8	1.7	1.5	-
612	Équilibre et saut périlleux avant	2.0	1.9	1.7	-	1.9	1.8	1.6	-	1.8	1.7	1.5	-
614	Équilibre et double saut périlleux avant	-	2.4	2.1	-	-	2.3	2.0	-	-	2.5	2.2	-
616	Équilibre et triple saut périlleux avant	-	3.3	3.1	-	-	-	-	-	-	-	-	-
621	Équilibre et demi saut périlleux arrière	1.9	1.8	1.6	-	1.9	1.8	1.6	-	1.7	1.6	1.4	-
622	Équilibre et saut périlleux arrière	2.3	2.2	2.0	-	2.2	2.1	1.9	-	2.1	2.0	1.8	-
623	Équilibre et saut périlleux et demi arrière	-	2.2	1.9	-	-	2.2	1.9	-	-	2.3	2.0	-
624	Équilibre et double saut pér. arrière	3.0	2.8	2.5	-	2.9	2.7	2.4	-	3.1	2.9	2.6	-
626	Équilibre et triple saut pér. arrière	-	3.5	3.3	-	-	3.3	3.1	-	-	3.5	-	-
628	Équilibre et quadruple saut pér. arrière	-	4.7	4.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
631	Équilibre et plongeon renversé	2.0	1.9	1.7	-	2.0	1.9	1.7	-	1.8	1.7	1.5	-
632	Équilibre et saut périlleux renversé	-	2.3	2.1	-	-	2.2	2.0	-	-	2.1	1.9	-
633	Équilibre et saut pér. et demi renversé	-	2.3	2.0	-	-	2.3	2.0	-	-	2.4	2.1	-
634	Équilibre et double saut périlleux renversé	-	2.9	2.6	-	-	2.8	2.5	-	-	3.0	2.7	-
636	Équilibre et triple saut périlleux renversé	-	3.6	3.4	-	-	3.2	-	-	-	-	-	-
638	Équilibre et quadruple saut périlleux renversé	-	4.8	4.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-

PLONGEURS AVEC VRILLES		10 MÈTRES				7 MÈTRES 50				5 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
5211	Plongeon arrière avec ½ vrille	2.0	1.9	1.8	-	2.0	1.9	1.8	-	1.8	1.7	1.6	-
5212	Plongeon arrière avec 1 vrille	2.2	2.1	-	-	2.2	2.1	-	-	2.0	1.9	-	-
5221	Saut périlleux arrière avec ½ vrille	-	-	-	1.9	-	-	-	1.8	-	-	-	1.7
5222	Saut périlleux arrière avec 1 vrille	-	-	-	2.1	-	-	-	2.0	-	-	-	1.9
5223	Saut pér. arrière avec 1 vrille et demie	-	-	-	2.5	-	-	-	2.4	-	-	-	2.3
5225	Saut pér. arrière avec 2 vrilles et demie	-	-	-	2.9	-	-	-	2.8	-	-	-	2.7
5231	Saut pér. et demi arrière avec ½ vrille	-	-	-	2.0	-	-	-	2.0	-	-	-	2.1
5233	Saut pér. et demi arrière avec 1 vr. et demie	-	-	-	2.4	-	-	-	2.4	-	-	-	2.5
5235	Saut pér. et demi arrière avec 2 vr. et demie	-	-	-	2.8	-	-	-	2.8	-	-	-	2.9
5237	Saut pér. et demi arrière avec 3 vr. et demie	-	-	-	3.3	-	-	-	3.3	-	-	-	3.4
5239	Saut pér. et demi arrière avec 4 vr. et demie	-	-	-	3.7	-	-	-	3.7	-	-	-	3.8
5251	Dbles saut pér. et demi arr. avec ½ vrille	-	2.6	2.4	-	-	2.7	2.5	-	-	2.9	2.7	-
5253	Dbles saut pér. et demi arr. avec 1 vr. et demie	-	3.2	3.0	-	-	3.3	3.1	-	-	-	-	-
5255	Dbles saut pér. et demi arr. avec 2 vr. et demie	-	3.6	3.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5257	Tple saut pér. et demi arr. avec 2 vr. et demie	-	4.1	3.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5271	Tple saut pér. et demi arr. avec ½ vrille	-	3.2	2.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5273	Tple saut pér. et demi arr. avec 1 vr. et demie	-	3.8	3.5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5275	Tple saut pér. et demi arr. avec 2 vr. et demie	-	4.2	3.9	-	-	-	-	-	-	-	-	-

PLONGEURS EN ÉQUILIBRE AVEC VRILLES		10 MÈTRES				7 MÈTRES 50				5 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
6122	Équilibre et saut pér. avant avec 1 vrille	-	-	-	2.6	-	-	-	2.5	-	-	-	2.4
6124	Équilibre et saut pér. avant avec 2 vrilles	-	-	-	2.9	-	-	-	2.8	-	-	-	2.7
6142	Équilibre et dbles saut pér. avant avec 1 vrille	-	-	-	3.1	-	-	-	3.0	-	-	-	3.2
6144	Équilibre et dbles saut pér. avant avec 2 vrilles	-	-	-	3.4	-	-	-	3.3	-	-	-	3.5
6162	Équilibre et triple saut pér. avant avec 1 vrille	-	-	-	3.9	-	-	-	-	-	-	-	-
6221	Équil. et saut pér. arrière avec ½ vrille	-	-	-	1.8	-	-	-	1.7				



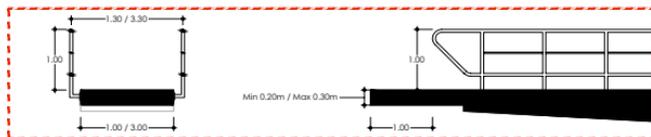
COUPE LONGITUDINALE



COUPE TRANSVERSALE

FINA		TREMPILINS				PLATES FORMES			
		1 metre (T1)	2 metres (T2)	1 metre (P1)	2 metres (P2)	2 metres (P2)	7,5 metres (P7.5)	10 metres (P10)	
Dimensions pour les installations de Plongeon		4,80	4,80	5,00	5,00	5,00	5,00	6,00	
Pour les piscines construites après le 24 septembre 2013 (voir FE 5.3.1)		0,30	0,30	1,00 min.	1,00 min.	2,90	2,00	3,00	
Largeur		1,50	3,00	2,60 min.	2,60 min.	5,00	7,50	10,00	
Hauteur				1,00 recem.	3,00 recem.				
		Horiz	Vert	Horiz	Vert	Horiz	Vert	Horiz	
Du R à plomb du mur arrière du bassin pour les plates-formes en béton.		Minimum	A-1	A-3	A-1 P1	A-3 P1	A-3	A-1 P1	
Minimum		2,22	2,22	1,77	1,77	1,22	1,22	1,22	
Recommandé		2,22	2,22	0,75	0,75	1,25	1,25	1,25	
Minimum		1,55	1,55						
Recommandé		1,80	1,80						
Du R à plomb du mur arrière du bassin pour les osses et les bosses métalliques.		Minimum							
Recommandé						A/A 5/1	A/A 7 5/31	A/A 10/5 3/1	
						0,75	0,75	0,75	
						1,25	1,25	1,25	
Du R à plomb à la plate-forme du dessous.		Minimum							
Recommandé									
Du R à plomb au mur latéral du bassin		Minimum	B-1	B-3	B-1 P1	B-3 P1	B-3	B-1 P1	
Minimum		2,30	3,50	2,80	3,00	4,00	4,00	4,00	
Recommandé		2,30	3,50	3,30	3,40	4,50	4,75	5,75	
Du R à plomb au R à plomb adjacent		Minimum	C-1	C-3.5.1	C-1 P1	C-3.5.1 P1	C-5-1	C7.5.5.1.1	
Recommandé									
Du R à plomb au mur de bassin en face		Minimum	D-1	D-3	D-1 P1	D-3 P1	D-3	D-1 P1	
Minimum		9,00	10,25	8,00	9,30	10,25	11,00	11,85	
Recommandé		9,00	10,25	8,00	9,30	10,25	11,00	11,85	
Du bord de la plate-forme jusqu'au plafond		Minimum	E-1	E-3	E-1 P1	E-3 P1	E-3	E-1 P1	
Minimum		5,00	5,00	3,25	3,25	3,25	3,25	3,25	
Recommandé		5,00	5,00	3,50	3,50	3,50	3,50	3,50	
Espace libre derrière et de chaque côté du haut du R à plomb.		Minimum	F-1	F-3	F-1 P1	F-3 P1	F-3	F-1 P1	
Minimum		2,90	3,95	2,75	3,25	2,75	3,25	3,25	
Recommandé		2,90	3,95	2,75	3,25	2,75	3,25	3,25	
Espace libre en avant du haut du R à plomb.		Minimum	G-1	G-3	G-1 P1	G-3 P1	G-3	G-1 P1	
Minimum		3,00	3,50	3,00	3,50	3,50	3,50	3,50	
Recommandé		3,00	3,50	3,00	3,50	3,50	3,50	3,50	
Profondeur de l'eau au R à plomb.		Minimum	H-1	H-3	H-1 P1	H-3 P1	H-3	H-1 P1	
Minimum		3,40	3,70	3,25	3,50	3,70	4,10	4,50	
Recommandé		3,50	3,80	3,30	3,60	3,80	4,20	4,50	
En avant du R à plomb distance et profondeur.		Minimum	J-1	J-3	J-1 P1	J-3 P1	J-3	J-1 P1	
Minimum		3,30	3,50	3,40	3,15	3,30	3,40	3,60	
Recommandé		3,30	3,40	3,70	4,50	3,30	3,80	4,60	
De chaque côté du R à plomb distance et profondeur.		Minimum	L-1	L-3	L-1 P1	L-3 P1	L-3	L-1 P1	
Minimum		1,50	3,30	2,00	3,60	1,40	3,10	1,80	
Recommandé		2,00	3,40	2,50	3,70	1,90	3,20	3,30	
N Angle maximum autorisé dans la profondeur de bassin et la hauteur de plateau pour réduire les dimensions en dehors des zones réglementées :		30 DEGRES							

\*Note: La distance minimum entre des plates-formes adjacentes doit être au moins de 0,25 m  
 Note: Les dimensions B et C doivent augmenter de la moitié de leur largeur  
 Note: La plate-forme de 10 m, doit dépasser de 0,25 m toute plate-forme adjacente.  
 Note: La plate-forme doit dépasser de 0,75 m toute plate-forme placée directement en dessous.  
 Note: Le bord avant des plates-formes en béton pour les trempilins, doit être au moins à l'aplomb du mur du bassin, ou au-delà.

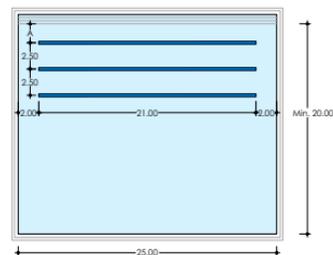
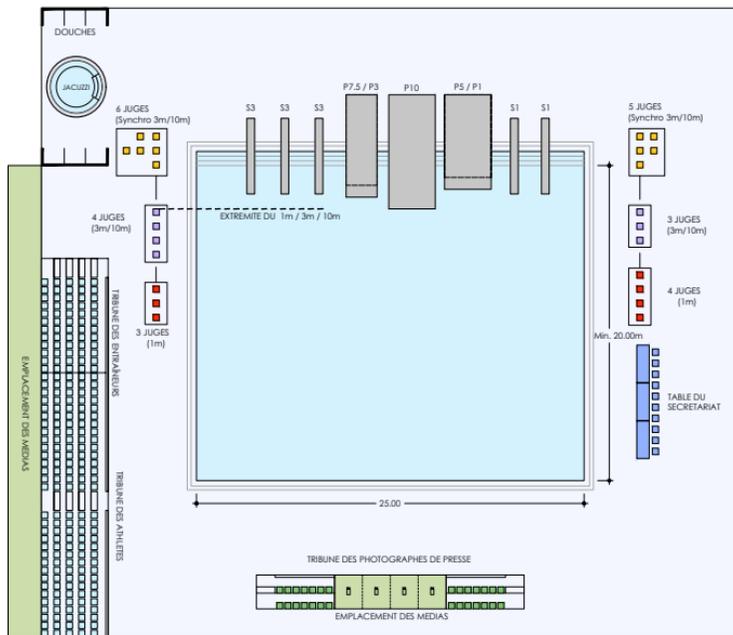


MAIN COURANTE

## GRAPHIQUES ET MESURES POUR LES INSTALLATIONS DE PLONGEON

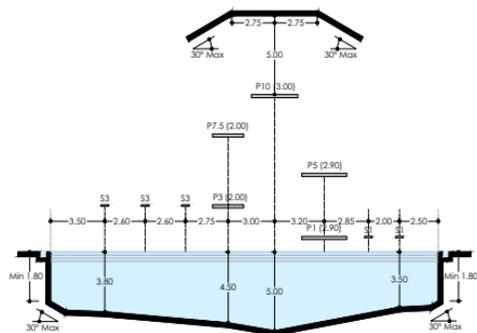
### ANNEXE 1





A = Distance séparant le mur du bassin et le fil à plomb à l'extrémité du tremplin de 3 mètres

■ Couleur sombre. Couleur contrastée par rapport à la couleur du fond du bassin. Largeur : Minimum 0,20 m - Maximum 0,30 m.

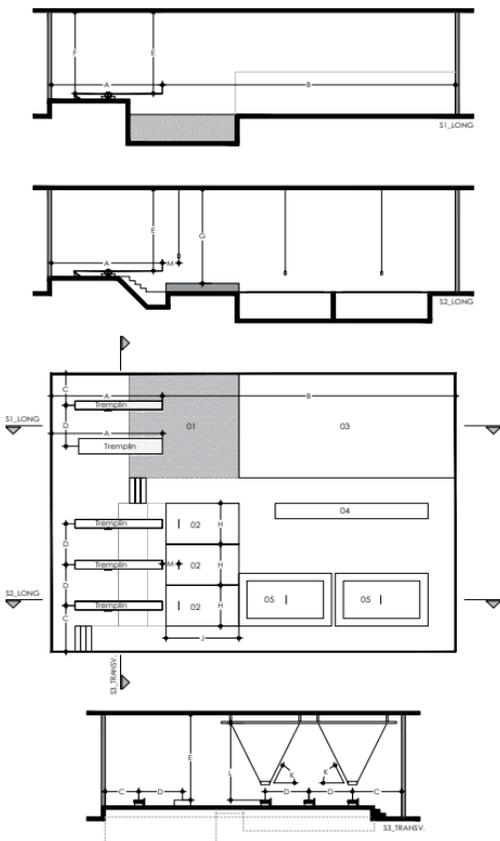


	COMPÉTITION FINA/ JUGES (Synchro 3m/10m)		TRIBUNE DES ATHLÈTES
	COMPÉTITION FINA/ JUGES (3m/10m)		TRIBUNE DES PHOTOGRAPHES DE PRESSE
	COMPÉTITION FINA/ JUGES (1m)		EMPLACEMENT DES MEDIAS
	TRIBUNES DES ENTRAÎNEURS		

DISPOSITION DES INSTALLATIONS DE PLONGEON  
POUR LES JEUX OLYMPIQUES ET LES CHAMPIONNATS DU MONDE

ANNEXE 2





PLONGEON DIMENSIONS ET COTES DU DIAGRAMME DE L'AIRE D'ENTRAINEMENT A SEC		FINA			
		24/10/2012		24/10/2012	
DATE DE DERNIERE MISE A JOUR		TREMPILIN		PLATE-FORME	
Longueur		4,80 m		VARIABLE	
Largeur		0,50 m +/-		VARIABLE	
Hauteur		1,24 m		VARIABLE	
		Horizontal	Vertical	Horizontal	Vertical
A	Du fil à plomb Jusqu'au mur derrière	Designation	A-1	A-1	A-1
		Minimum	4,87 m	VARIABLE	VARIABLE
B	Du fil à plomb Jusqu'au mur devant	Designation	B-1	B-1	B-1
		Minimum	3,66 m	3,66 m	3,66 m
C	Du fil à plomb Jusqu'au mur de côté	Designation	C-1	C-1	C-1
		Minimum	1,83 m	1,83 m	1,83 m
D	Du fil à plomb ou fil à plomb adjacent	Designation	D-1	D-1	D-1
		Minimum	2,00 m	2,00 m	2,00 m
E	Longueur du fil à plomb entre la planche et le platfond	Designation	E-1	E-1	E-1
		Minimum	2,40 m	2,40 m	2,40 m
F	Espace situé au-dessus de l'apomb de la planche	Designation	F-1	F-1	F-1
		Minimum	2,50 m	4,50 m	1,50 m
G	Espace libre entre le platfond et l'aire de réception	Designation	G-1	G-1	G-1
		Minimum	5,00 m	4,50 m	1,50 m
H	Longueur de l'aire de réception	Designation	H-1	H-1	H-1
		Minimum	1,83 m	1,50 m	1,50 m
J	Longueur de l'aire de réception	Designation	J-1	J-1	J-1
		Minimum	3,66 m	1,50 m	1,50 m
K	Angle de la corde d'attache à la longe*	Designation	K-1	K-1	K-1
		Minimum	30 DEGRES	30 DEGRES	35 DEGRES
L	Hauteur entre le plongeur et le point d'attache de la longe ou platfond	Designation	L-1	L-1	L-1
		Minimum	4,50 m	4,50 m	4,50 m
M	Distance entre l'extrémité de la planche et les points d'ancrage de la longe	Designation	M-1	M-1	M-1
		Minimum	0,76 m	0,76 m	0,76 m

Le fil à plomb est le point de mesure à partir du milieu de l'extrémité du tremplin.

\* Angle réel approximatif de la corde d'attache de la longe = 45 DEGRES

#### DIRECTIVES D'INSTALLATION ET D'UTILISATION POUR LES EQUIPEMENTS D'ENTRAINEMENT A SEC AVEC TRAMPOLINES (ENCASTES OU NON)

Les instructions d'installation et d'utilisation pour les trampolines et leurs équipements, tels que les protections, les tapis de sécurité, les bordures et les systèmes de longe, doivent être fournies par le fabricant et doivent spécifier les dimensions minimum de sécurité requises pour chaque type de trampoline, relativement au centre ou aux bords du trampoline.

**Précautions (trampoline) :** Les utilisateurs doivent se référer aux spécifications du fabricant pour tous les équipements. Ces spécifications peuvent varier selon le fabricant, la taille du trampoline, les caractéristiques de l'installation, le système de longe et les autres variables éventuelles. Dans tous les cas, un espace suffisant doit être prévu de sorte que les utilisateurs et l'équipement\* lui-même ne puissent percuter aucun obstacle au cours de la pratique.

\* Par exemple, la percussive d'un trampoline ou d'un tremplin à sec sur le sol.

**Précautions (plates-formes) :** Ces spécifications s'appliquent aux équipements utilisés par des athlètes de niveau international. Cette spécification peut varier selon le fabricant, la taille du trampoline, les caractéristiques de développement, dans la mesure où un espace convertible sera aménagé de sorte que les utilisateurs ni l'équipement lui-même ne puissent percuter un quelconque obstacle au cours de la pratique.

## AIRE D'ENTRAINEMENT A SEC POUR LE PLONGEON

### ANNEXE 3A

## EQUIPEMENTS RECOMMANDES DANS LES SALLES D'ENTRAINEMENT A SEC

		<b>FINA</b>					
		Nombre		Dimensions suggérées			
1	<b>TREMPLINS</b>	Les derniers modèles des tremplins Duraflex, montés sur des fixations appropriées et possédant des rouleaux de réglage mobiles.	Minimum	2			
			Recommandé	4			
2	<b>AIRES DE RECEPTION POUR TREMPLINS*</b>	Les aires de réception en mousse pour les tremplins à sec sont situées dans le prolongement des tremplins.	Minimum	2	Hauteur	Largeur	Longeur
			Recommandé	4	120 cm	1.5 m min.	1.5 m min.
3	<b>TRAMPOLINES</b>		Minimum	1			
			Recommandé	3			
4	<b>MATELAS DE RECEPTION</b>		Minimum	2	Hauteur	Largeur	Longeur
			Recommandé	4	22 cm	2 m	3 m
5	<b>CAISSES A SALTO (PLINTHS)</b>		Minimum	2	Hauteur	Largeur	Longeur
			Recommandé	4	32 cm	1 m	1 m
6	<b>TAPIS DE SOL</b>		Minimum	12	Hauteur	Largeur	Longeur
			Recommandé	24	12 cm	1 m	2 m
7	<b>MIROIRS</b>	Des miroirs seront placés sur les murs de la salle, afin de permettre aux plongeurs d'observer leurs mouvements.					
8	<b>SYSTEME DE VIDEO</b>	Avec au moins 2 caméras et 2 écrans, cette disposition permettant aux plongeurs de revoir les figures acrobatiques réalisées sur les tremplins ou trampolines.					
9	<b>MATERIEL DE RENFORCEMENT MUSCULAIRE</b>	Assortiment d'haltères et de machines de musculation.					
10	<b>MATERIEL DE CARDIO-TRAINING</b>	Tapis de course et vélos ergométriques.					

\* Note : Des matelas de réception en mousse peuvent être empilés jusqu'à une hauteur de 1,20 m pour servir d'aire de réception ; on peut également utiliser des copeaux de mousse.