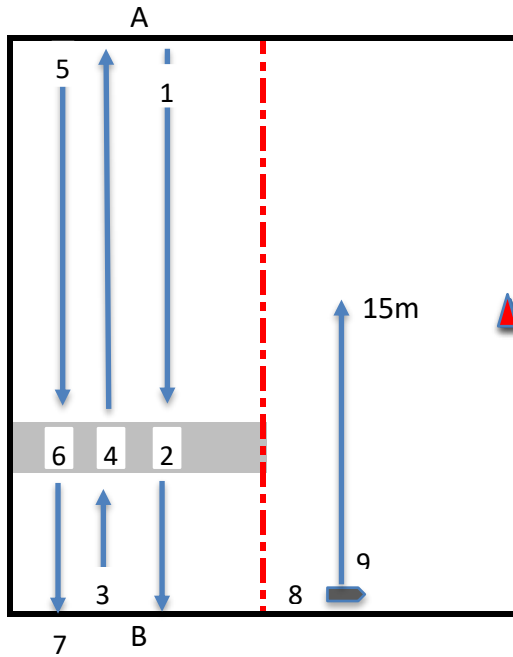


Différents Parcours Sauvetage aquatique BAC

piscine = 25m

D1



75 m: 3 franchissements de tapis (sens du déplacement)

- 1 -départ en A vers B , 2 - nage, franchissement du tapis
- 3 - demi tour en B , nage vers A, 4 -franchissement du tapis
- 5 -demi tour en A , nage vers B, 6- franchissement du tapis
- 7-Arrivée en B

8 -se rendre zone du mannequin enfant

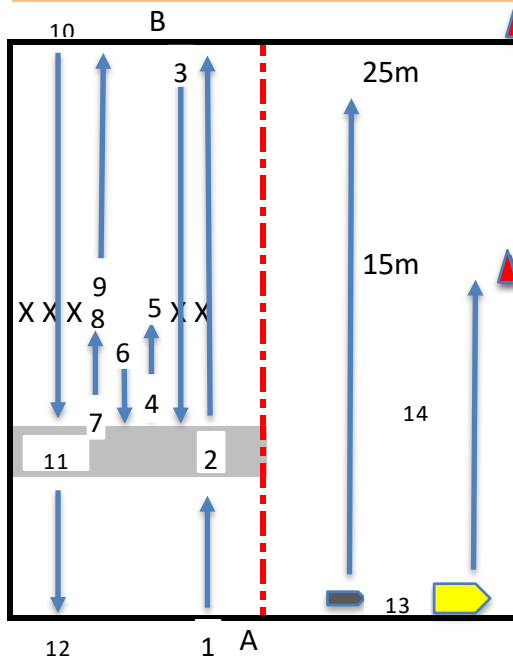
9 -aller le chercher à 2m de profondeur et le remorquer jusqu'aux 15m

Temps imparti pour réaliser le parcours (avec pénalités):

Filles: TI =<3mn 15

Gars: TI =<2mn 55

D2



100 m: 2 franchissements de tapis + 2 objets (avec contre sens)

- 1-départ en A vers B , nage, 2-franchissement du tapis
- 3-demi tour en B , nage vers A
- arrivée au tapis, 4-demi tour pour se rendre zone objets
- 5-aller récupérer un objet, 6-puis se rendre vers le tapis
- 7-arrivée au tapis, demi tour pour se rendre zone objets
- 8-aller récupérer un objet, 9- e tse rendre vers B
- 10-demi tour en B , nage vers A, 11- franchissement du tapis
- 12 - arrivée en A
- 13-se rendre zone des mannequins
- 14-Mannequin enfant: aller le récupérer (2m) et remorquer sur 25m
- 14-Mannequin adulte: aller le récupérer (2) et remorquer sur 15m

Temps imparti pour réaliser le parcours (avec pénalités):

Filles: TI =<3mn 15

Gars: TI =<2mn 55

