

# PUCHAR POLSKI 2026

---

## OPIS KONKURENCJI PŁYWALNIA 25 METROWA

---

SPIS TREŚCI.....	1
OGÓLNE WARUNKI ROZGRYWANIA KONKURENCJI.....	1
PROCEDURA STARTOWA.....	2
START Z WODY.....	3
PRZEDWCZESNY START/FALSTART.....	3
ZASADY HOLOWANIA I ZABEZPIECZANIA MANEKINÓW.....	3
50 M RATOWANIE KOMBINOWANE.....	5
50 M RATOWANIE MANEKINA.....	6
50 M RATOWANIE MANEKINA W PŁETWACH.....	7
50 M RATOWANIE MANEKINA Z PASEM .....	8
SZTAFETA 4x50 M Z PASEM RATOWNICZYM.....	10
SZTAFETA 4X25 M Z PASEM RATOWNICZYM.....	12
50 M RATOWANIE MANEKINA MM 9/10/11LAT.....	14
50 M RATOWANIE MANEKINA Z PASEM MM 9/10/11LAT.....	15
50 M RATOWANIE MANEKINA W PŁETWACH MM 9LAT.....	17
KODY DYSKWALIFIKACYJNE .....	19

## OGÓLNE WARUNKI ROZGRYWANIA KONKURENCJI

1. W strefie rozgrywania konkurencji mogą przebywać jedynie zawodnicy i sędziowie oraz osoby które uzyskały zgodę Sędziego Głównego. Zawodnicy i sędziowie muszą opuścić wyznaczony obszar, gdy nie biorą udziału w zawodach ani nie pełnią obowiązków.

2. Używanie tap-ów do celów profilaktycznych, medycznych, terapeutycznych lub kinezyologicznych jest dozwolone według uznania Sędziego Głównego, o ile nie zapewnia to przewagi konkurencyjnej (nie poprawia przyczepności, chwytu lub napędu)

*Uwaga: Powyższe oznacza, że na ogół stosowanie tap-ów może być dopuszczalne. Nie dotyczy to jednak ich używania na palcach (dwa lub więcej ze sobą sklejonych palców), ponieważ mogą one pomóc w pływaniu i / lub chwyceniu manekina: i - na jednym palcu, jeśli poprawia chwytanie manekina lub sprzętu.*

3. We wszystkich konkurencjach zawodnicy i ich sprzęt muszą pozostać na wyznaczonym torze przez cały wyścig; zawodnicy powinni pozostać w wodzie na swoich torach, dopóki sędzia nie da sygnału na opuszczenie niecki pływalni. Zawodnicy muszą wyjść z boku basenu, niedozwolone jest wychodzenie przez platformę startową.

4. Nie podlega zaskarżeniu w drodze protestu przebieg procedury startowej.

5. Sędzia Główny może zezwolić na powtórzenie wyścigu z powodu uszkodzenia sprzętu. Czas uzyskany w powtórzonym wyścigu jest czasem oficjalnym.

## PROCEDURA STARTOWA

Seria krótkich gwizdków sygnalizuje konieczność przygotowania się do startu zawodników znajdujących się na platformie startowej lub w miejscu startu określonego w opisie danej konkurencji. Na sygnał dźwiękowy (długi gwizdek) Sędziego Głównego lub osoby przezeń nominowanej, zawodnicy zajmują miejsca na słupku startowym lub w innej pozycji określonej w opisie konkurencji. Sędzia Główny (lub osoba nominowana) daje znak Starterowi do wydania komendy i sygnału startu. Na komendę Startera: „NA MIEJSCA” zawodnicy niezwłocznie przyjmują pozycję startową, gdy wszyscy znieruchomięją Starter daje dźwiękowy sygnał do startu.

Przedwczesny start zawodnika (falstart) jest jednoznaczny z dyskwalifikacją zawodnika; wyścig nie zostaje zatrzymany, a zawodnik zostaje poinformowany o dyskwalifikacji po zakończeniu wyścigu (reguła jednego startu). Jeżeli Sędzia Główny lub Starter (lub osoba nominowana) zadecydują, że nastąpił falstart techniczny, odgwizdzą go, po czym procedura startowa zostanie powtórzona. Jeżeli z powodu błędu sędziego nastąpi błąd zawodnika, zawodnik nie zostanie zdyskwalifikowany.

*Uwaga: Elektroniczny pomiar czasu będzie wykorzystywany do określenia zwycięzcy. Wszystkie miejsca i czasy zawodników odnosić się będą do każdego toru. Wyniki będą rejestrowane z dokładnością do 1/100 sekundy. Zainstalowany sprzęt do pomiaru czasu nie może przeszkadzać zawodnikom w starcie ani nawrotach. Miejsca i czas uzyskane w ten sposób będą miały pierwszeństwo przed decyzjami sędziów. W przypadku awarii systemu elektronicznego lub w przypadku zauważenia wady tego systemu, a także, gdy zawodnik nie uruchomił systemu, za wiążące uważa się decyzje sędziów i czas mierzony stoperami ręcznymi. Sprzęt wykorzystywany do pomiaru czasu jest zgodny z używanymi przez World Aquatics. Dodatkowo do elektronicznego pomiaru czasu przewidziany jest co najmniej jeden*

*sędzia mierzący czas na tor. Stopery są włączane są na sygnał startowy i zatrzymywane, gdy zawodnik dotknie (w sposób widoczny dla sędziego) ściany końcowej. Jeśli czas mierzony jest przez dwóch sędziów, średnia z tych dwóch czasów będzie stanowić wynik uzyskany przez zawodnika. Jeżeli jeden z dwóch stoperów nie zadziała, za oficjalny czas przyjmuje się czas zmierzony przez drugi działający stoper.*

Przyznawanie miejsc - kolejność zawodników wyznaczona jest na podstawie czasów zmierzonych przez: pomiar automatyczny, jeżeli ten nie zadziała prawidłowo to poprzez czas półautomatyczny, jeżeli i ten nie zadziała prawidłowo to na podstawie czasu zmierzonego ręcznie przez sędziego mierzącego czas.

Sędzia Główny zawodów może również ustanowić sędziów celowniczych. Jeżeli kolejność miejsc zawodników, którzy ukończyli konkurencję wskazana przez sędziów celowniczych nie będzie zgodna z wynikami zmierzonymi przez sędziów mierzących czas, kolejność miejsc w danym wyścigu zostanie ustalona na podstawie wskazań sędziów celowniczych. Wówczas zawodnikom przyznaje się ten sam czas, który uzyskuje się przez dodanie obydwu czasów do siebie i podzieleniu przez dwa. Procedurę tę stosuje się tylko w przypadku nie zadziałania pomiaru automatycznego i półautomatycznego.

## **START Z WODY**

Gdy wszyscy zawodnicy zajmą pozycje startowe, Starter wydaje komendę „NA MIEJSCA”. Gdy wszyscy zawodnicy znieruchomią, Starter daje dźwiękowy sygnał do startu.

## **PRZEDWCZESNY START/FALSTART**

Wszyscy zawodnicy, którzy wystartują (tj. rozpoczną ruch startowy) przed sygnałem startowym zostaną zdyskwalifikowani. Jeżeli sygnał startowy zabrmi przed ogłoszeniem dyskwalifikacji, wyścig będzie kontynuowany, a zawodnik (zawodnicy) zostaną zdyskwalifikowani po zakończeniu wyścigu.

## **ZASADY HOLOWANIA I ZABEZPIECZANIA MANEKINÓW**

### **1. Wynurzenie z manekinem**

- Zawodnicy mogą odbić się od dna basenu podczas podbierania manekina.
- Zawodnicy muszą: złamać taflę wody, ustawić manekina w prawidłowej pozycji do holowania, gdy czubek głowy manekina mija linię 5 m lub 10 m, nie zanurzać się ponownie po wypłynięciu na powierzchnię
- Zawodnik musi złamać lustro wody, trzymając manekina przynajmniej jedną ręką przed wyznaczoną linią 5 m/10 m.
- Manekin musi być holowany z głową zwróconą w kierunku płynięcia.
- Zawodnik nie może pływać pod wodą, poza wyznaczonymi strefami 5 m/10 m i musi pozostać na powierzchni z manekinem przez cały wyścig.
- Technika holowania oceniana jest tylko wtedy, gdy czubek głowy manekina mija odpowiednią linię 5 m/10 m.
- Oceniając technikę holowania, zawodnik i manekin są traktowani jako jedna jednostka. Ocenianie koncentruje się na działaniach zawodników, ich technice holowania i pozycji manekin. Woda przepływająca nad manekinem nie jest kryterium oceny.

## 2. Holowanie manekina

- Zakłada się, że manekin (jako ofiara) nie oddycha. Woda na jego twarzy nie jest kryterium oceny.
- Zawodnicy muszą holować manekina w taki sposób, aby przynajmniej jedną ręką zawsze pozostawać w kontakcie z manekinem.
- Manekina nie można „pchać” - pchnięcie definiuje się, gdy głowa manekina znajduje się przed głową zawodnika.
- Manekina nie wolno trzymać za korki uszczelniające.
- Zawodnik i manekin są uważani za jedną jednostkę i muszą pozostać na powierzchni.
- Kryteria oceny manekina obowiązują tylko wtedy, gdy czubek głowy manekina przekracza linię 5 m lub 10 m.
- W 5-metrowej strefie startowej lub w strefie zmian w wyścigach sztafetowych technika holowania manekina nie jest oceniana, jednak zawodnicy muszą utrzymywać przez cały czas kontakt, co najmniej jedną ręką z manekinem, w tym podczas jego przekazywania.

## 3. Holowanie manekina z pasem

- W przypadku holowania manekina zakłada się, że manekin (jako ofiara) oddycha.
- Przed holowaniem zawodnicy muszą poprawnie zabezpieczyć manekina w strefie 10 m. „Prawidłowo” oznacza, że pas ratunkowy jest zapięty wokół ciała i pod dwoma ramionami manekina oraz przypięty do O-ringa.
- Podczas zabezpieczania manekina pasem zawodnicy mogą stać na dnie basenu.
- Zawodnicy mogą powrócić do 10-metrowej zmiany strefy, aby zabezpieczyć manekina pod warunkiem, że głowa manekina nie przekroczy linii 10 m.
- Poza strefą zmian 10 m zawodnicy muszą holować manekina prawidłowo zabezpieczonego, z twarzą nad powierzchnią wody.
- Lina pasa ratunkowego musi być całkowicie rozciągnięta, gdy głowa manekina miją linię 10 m.
- Zawodnicy zostaną zdyskwalifikowani, jeśli pas ratunkowy i manekin zostaną rozdzielone.
- Zawodnicy nie zostaną zdyskwalifikowani, jeśli pas ześlizgnie się spod jednego ramienia manekina podczas holowania, pod warunkiem, że manekin został prawidłowo zabezpieczony w strefie 10 m a jego twarz pozostaje nad powierzchnią wody.
- Zawodnicy zostaną zdyskwalifikowani, jeśli lina pasa ratunkowego zostanie owinięta wokół manekina, ponieważ uważa się to za skrócenie linii.
- Zawodników nie można zdyskwalifikować, jeżeli manekin obraca się, tak długo, jak długo twarz manekina pozostaje nad powierzchnią wody.

## 4. Trzymanie manekina

- Członek zespołu zawodnika pomaga jako osoba trzymająca manekina. Za zgodą Sędziego Głównego członkowie innych drużyny mogą pomagać jako osoby trzymające manekina, pod warunkiem, że są zgłoszeni do zawodów.

- Przed startem i podczas wyścigu osoba trzymająca manekina ustawia go pionowo, twarzą do ściany, w dowolnym miejscu na torze.
  - osoba trzymająca manekina nie może sama, manekinem lub ruchami wody utrudniać konkurencji innemu zawodnikowi lub innej osobie trzymającej manekina
- Osoby trzymające manekina muszą nosić identyczny czepek jak zawodnik. Osoby trzymające manekina nie mogą celowo wchodzić do wody podczas konkurencji.

## 50 M RATOWANIE KOMBINOWANE

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 25 m stylem dowolnym. Podczas nawrotu i tuż po nim zawodnik musi zanurkować i przepłynąć pod wodą do manekina, który jest umieszczony w odległości 12,5 m od ściany nawrotowej (37,5 m dystansu). Zawodnik nie może wziąć oddechu po odbiciu się od ściany nawrotowej na 25 m dystansu. Po wyciągnięciu manekina, zawodnik holuje manekina przez pozostały dystans do ściany mety.

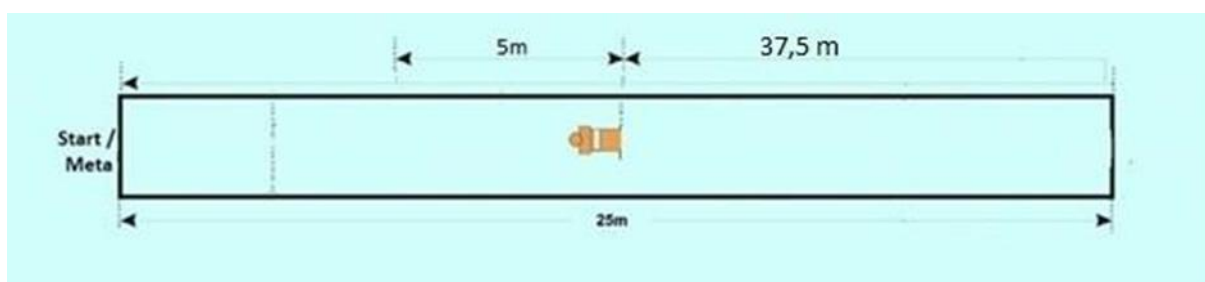
*Uwaga 1: Zawodnik może odbić się od dna podczas wyciągania manekina na powierzchnię wody, nie może chodzić po dnie pływalni.*

*Uwaga 2: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji holowniczej.*

*Uwaga 3: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji do holowania zanim jego głowa przekroczy linię 5 m.*

*Uwaga 4: Zawodnik może wziąć oddech w trakcie nawrotu, ale nie po tym, gdy jego stopy stracą kontakt ze ścianą nawrotową.*

## SCHEMAT KONKURENCJI



## SPRZĘT

Manekin - Zasady Ogólne

Manekin ma być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

Ułożenie manekina:

- Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,30 m do 3,00 m.
- Jeżeli głębokość wody przekracza 3,00 m, manekin powinien zostać ułożony na platformie lub innej formie pomocniczej na przepisowej głębokości. Kierunek: Poprzeczny

górnym pasem pośrodku korpusu manekina musi znajdować się na linii 12,5 m od ściany nawrotowej pływalni (37,5 m dystansu). Manekin leży na plecach z głową zwróconą w kierunku mety.

#### DYSKWALIFIKACJE

Oprócz naruszenia przepisów zawartych w Regulaminie – Zasady Ogólne, w szczególności w punktach 4, 9, 10 i 13 oraz dopuszczenia się zachowań opisanych w Kodach dyskwalifikacyjnych, w sekcji GENERALNE, następujące zachowanie spowoduje dyskwalifikację:

<b>DQ15</b>	Zawodnik nie ukończył wyścigu.
<b>DQ17</b>	Korzystanie przez zawodnika z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych (np. lin, stopni, odpływów lub podwodnych elementów) podczas wynurzania się z manekinem - za wyjątkiem dna basenu.
<b>DQ18</b>	Brak prawidłowej pozycji holowniczej za linią 5 m (liczone od czubka głowy manekina).
<b>DQ19</b>	Używanie niewłaściwej techniki holowania.
<b>DQ21</b>	Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany końcowej lub ściany nawrotowej.
<b>DQ22</b>	Wynurzenie się po odbiciu od ściany nawrotowej a przed podjęciem manekina (pomiędzy 25 m a 37,5 m dystansu).

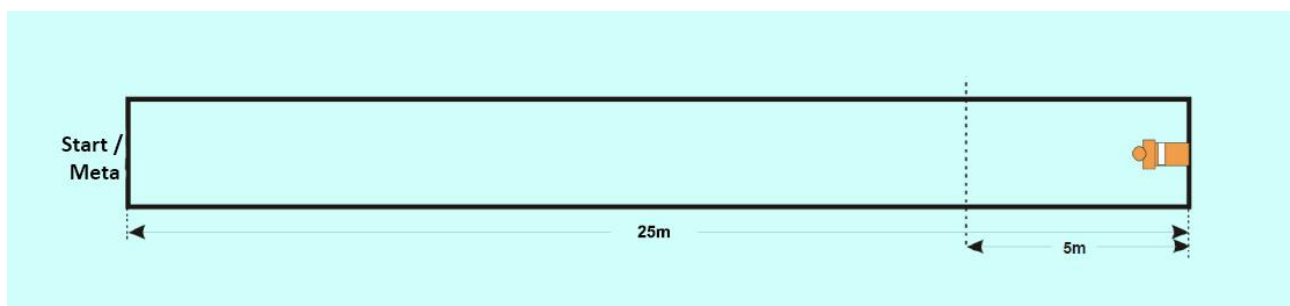
#### 50 M RATOWANIE MANEKINA

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i płynie stylem dowolnym do manekina, który ułożony jest na 25 m pływalni przy ścianie, głową skierowaną w kierunku mety. Następnie zawodnik podejmuje manekina z dna pływalni, wyciąga go na powierzchnię w odległości nie większej niż 5 m od linii, na której manekin był ułożony i holuje go do mety. Przed podjęciem manekina zawodnik musi wynurzyć się na powierzchnię. (Przy podjęciu manekina zawodnik nie musi dotknąć ściany nawrotowej).

*Uwaga 1: Zawodnik może odbić się od dna podczas wyciągania manekina na powierzchnię wody.*

*Uwaga 2: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji holowniczej zanim jego głowa przekroczy linię 5 m.*

#### SCHEMAT KONKURENCJI



#### SPRZĘT

## Manekin - Zasady Ogólne

Manekin podczas konkurencji ma być zakorkowany i całkowicie wypełniony wodą.

Ułożenie manekina:

- Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,30 m do 3,00 m.
- Jeżeli głębokość wody przekracza 3,00 m, manekin powinien zostać ułożony na platformie na przepisowej głębokości.
- Manekin leży na plecach z głową zwróconą w kierunku mety.
- Manekin leży na plecach przy ścianie z głową zwróconą w kierunku mety.

## DYSKWALIFIKACJE

Oprócz naruszenia przepisów zawartych w Regulaminie – Zasady Ogólne, w szczególności w punktach 4, 9, 10 i 13 oraz dopuszczenia się zachowań opisanych w Kodach dyskwalifikacyjnych, w sekcji GENERALNE, następujące zachowanie spowoduje dyskwalifikację:

<b>DQ15</b>	Zawodnik nie ukończył wyścigu.
<b>DQ16</b>	Brak wynurzenia się zawodnika przed podjęciem manekina.
<b>DQ17</b>	Korzystanie przez zawodnika z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych (np. lin, stopni, odpływów lub podwodnych elementów) podczas wynurzenia się z manekinem - za wyjątkiem dna basenu.
<b>DQ18</b>	Brak prawidłowej pozycji holowniczej za linią 5 m (liczone od czubka głowy manekina)
<b>DQ19</b>	Używanie niewłaściwej techniki holowania.
<b>DQ21</b>	Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany końcowej lub ściany nawrotowej.

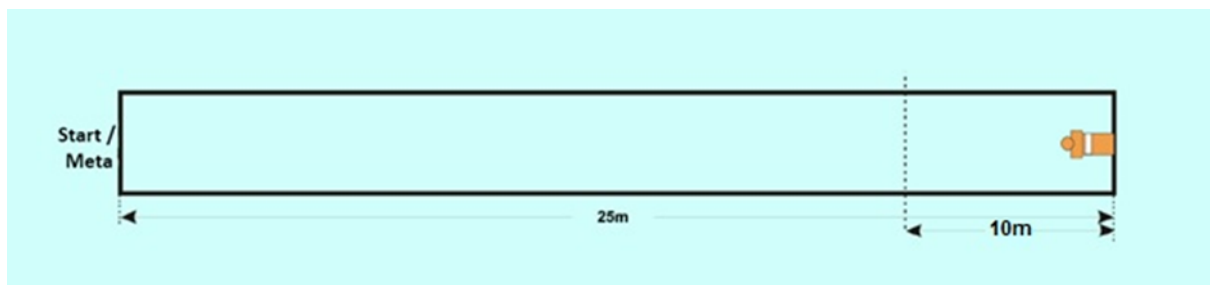
## 50 M RATOWANIE MANEKINA W PŁETWACH

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i płynie stylem dowolnym w płetwach. Następnie zawodnik podejmuje manekina na 25 m dystansu, wyciąga go na powierzchnię wody w odległości nie przekraczającej 10 m od ściany nawrotowej i holuje go do mety (przy podjęciu manekina zawodnik nie musi dotknąć ściany nawrotowej).

*Uwaga 1: Jeżeli, po starcie, zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję. Zawodnik może odszukać płetwę (lub płetwy). Zawodnikowi nie wolno wystartować w innym biegu.*

*Uwaga 2: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji holowniczej zanim jego głowa przekroczy linię 10 m od ściany po jego wyciągnięciu*

## SCHEMAT KONKURENCJI



## SPRZĘT

### Manekin - Zasady Ogólne

Manekin musi być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

Ułożenie manekina:

- Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,30 m do 3,00 m.
- Jeżeli głębokość wody przekracza 3,00 m, manekin powinien zostać ułożony na platformie (lub w inny podobny sposób) na przepisowej głębokości.
- Kierunek: manekin leży na plecach na dnie pływalni, platformie lub innej formie pomocniczej, dotykając korpusem do ściany, z głową zwróconą w kierunku mety.

Płetwy - patrz punkt 8 Regulaminu - Zasady Ogólne

## DYSKWALIFIKACJE

Oprócz naruszenia przepisów zawartych w Regulaminie – Zasady Ogólne, w szczególności w punktach 4, 9, 10 i 13 oraz dopuszczenia się zachowań opisanych w Kodach dyskwalifikacyjnych, w sekcji GENERALNE, następujące zachowanie spowoduje dyskwalifikację:

<b>DQ15</b>	Zawodnik nie ukończył wyścigu.
<b>DQ17</b>	Korzystanie przez zawodnika z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych (np. lin, stopni, odpływów lub podwodnych elementów) podczas wynurzania się z manekinem - za wyjątkiem dna basenu.
<b>DQ19</b>	Używanie niewłaściwej techniki holowania.
<b>DQ21</b>	Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany końcowej.
<b>DQ23</b>	Nietrzymanie manekina w prawidłowej pozycji do holowania, zanim czubek głowy manekina przekroczy linię 10 m.

## 50 M RATOWANIE MANEKINA Z PASEM

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 25 m stylem dowolnym w płetwach i z pasem ratowniczym. Po dotknięciu ściany nawrotowej zawodnik musi założyć pas ratowniczy wokół i pod ramionami manekina w strefie nie przekraczającej 10 m od ściany basenu (decyduje czubek głowy manekina), a następnie rozpoczyna holowanie manekina maksymalnie rozciągając linię pasa ratowniczego. Następnie zawodnik holuje manekina do ściany mety. Zawodnik musi holować manekina na linii maksymalnie rozciągniętej, używając pasa ratowniczego. Zawodnik nie może przytrzymywać manekina z wyłączeniem strefy nawrotowej w której zakłada pas ratowniczy na manekina.

*Uwaga 1: Jeśli po starcie zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję. Zawodnik może odszukać płetwę (lub płetwy). Zawodnikowi nie wolno wystartować w innym biegu.*

*Uwaga 2: Jeśli podczas zawodów, zgodnie z opinią Sędziego Głównego (lub osoby przez niego nominowanej), pas ratowniczy, lina i/lub pas wykażą defekt techniczny, Sędzia Główny może zezwolić zawodnikowi na powtórzenie wyścigu.*

*Uwaga 3: Zawodnik przed startem do konkurencji może w dowolny sposób założyć szarfę pasa ratowniczego wokół własnych ramion.*

*Uwaga 4: Jeżeli w trakcie wyścigu manekin obróci głową w stronę przeciwną do kierunku wyścigu, to zawodnik nie zostanie zdyskwalifikowany, pod warunkiem, że prawidłowo zabezpieczył manekina w strefie 10 m.*

#### SCHEMAT KONKURENCJI



#### SPRZĘT

Manekin - Zasady Ogólne

Ułożenie manekina:

Przygotowanie: Manekin zostanie wypełniony wodą w taki sposób, aby pływał, a poziom wody sięgał górnej krawędzi linii poprzecznej na jego korpusie.

Położenie: Przed rozpoczęciem konkurencji manekin zostanie ustawiony, przez osobę trzymającą go, pionowo i zwrócony twarzą do ściany nawrotowej.

*Uwaga 1: Osoba trzymająca manekina musi być członkiem tej samej drużyny co zawodnik. Nie wolno jej przebywać w wodzie.*

*Uwaga 2: Osoba trzymająca manekina musi puścić manekina natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej. Osoba trzymająca manekina nie może popychać manekina w kierunku zawodnika lub ściany nawrotowej.*

*Uwaga 3: Osoba trzymająca manekina zobowiązana jest nosić jednakowy czepek jak zawodnik startujący w danej serii.*

Pas ratowniczy - Zasady Ogólne

Płetwy - Zasady Ogólne

#### DYSKWALIFIKACJE

Oprócz naruszenia przepisów zawartych w Regulaminie – Zasady Ogólne, w szczególności w punktach 4, 9, 10 i 13 oraz dopuszczenia się zachowań opisanych w Kodach dyskwalifikacyjnych, w sekcji GENERALNE, następujące zachowanie spowoduje dyskwalifikację:

<b>DQ15</b>	Zawodnik nie ukończył wyścigu.
<b>DQ20</b>	Holowanie manekina twarzą do dołu.
<b>DQ24</b>	Korzystanie przez zawodnika z pomocy z dowolnego wyposażenia basenu (np. liny, stopni, odpływów lub podwodnych elementów) podczas zabezpieczania manekina.
<b>DQ25</b>	Osoba trzymająca manekina trzyma go niepoprawnie lub ma kontakt z manekinem po dotknięciu ściany przez zawodnika.
<b>DQ26</b>	Nie dotknięcie ściany nawrotowej na 25 m, przed dotknięciem manekina.
<b>DQ27</b>	Nie puszczenie manekina przez osobę go trzymającą natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej.
<b>DQ28</b>	Popchnięcie manekina w stronę zawodnika przez osobę trzymającą manekina.
<b>DQ29</b>	Celowe wejście do wody przez osobę trzymającą manekina podczas wyścigu.
<b>DQ30</b>	Zapięcie pasa ratowniczego przez zawodnika przed dotknięciem ściany.
<b>DQ31</b>	Nieprawidłowe zapięcie pasa ratowniczego wokół manekina (tj. nie wokół ciała i pod obydwoma ramionami i przypięte do o-ringu).
<b>DQ32</b>	Niezapięcie pasa ratunkowego wokół manekina w strefie 10 m (oceniane na czubek głowy manekina).
<b>DQ33</b>	Pchanie zamiast holowania manekina.
<b>DQ34</b>	Brak pełnego rozciągnięcia liny pasa ratunkowego zanim czubek głowy manekina przekroczy linię 10 m.
<b>DQ35</b>	Holowanie manekina z liną pasa ratunkowego nie w pełni rozciągniętą poza linię 10 m (chyba że zawodnik zatrzymał się, aby ponownie zabezpieczyć manekina).
<b>DQ36</b>	Zgubienie manekina.
<b>DQ37</b>	Dotknięcie ściany końcowej bez manekina i pasa ratunkowego we właściwej pozycji.

#### **SZTAFETA 4X50 M Z PASEM RATOWNICZYM**

Na sygnał dźwiękowy pierwszy zawodnik skacze do wody i przepływa 50 m stylem dowolnym. Po dotknięciu ściany na 50 m przez pierwszego zawodnika, drugi zawodnik skacze do wody i przepływa 50 m stylem dowolnym w płetwach. Po dotknięciu ściany przez drugiego zawodnika, trzeci zawodnik przepływa 50 m stylem dowolnym z założonym pasem ratowniczym (pkt.8.4 zasad ogólnych Regulaminu MP). Po dotknięciu ściany nawrotowej trzeci zawodnik przekazuje szarfę pasa ratowniczego czwartemu zawodnikowi, który znajduje się (w płetwach) w wodzie i czeka przy brzegu trzymając się co najmniej jedną ręką krawędzi basenu. Trzeci zawodnik po przekazaniu szarfę pasa ratowniczego chwyta pływak lub O-ring obydwoma rękami i jest holowany przez czwartego zawodnika do ściany mety. Trzeci zawodnik może pomagać podczas holowania kopiąc nogami – żadna inna pomoc nie jest dozwolona. Trzeci zawodnik musi mieć kontakt z pasem ratowniczym

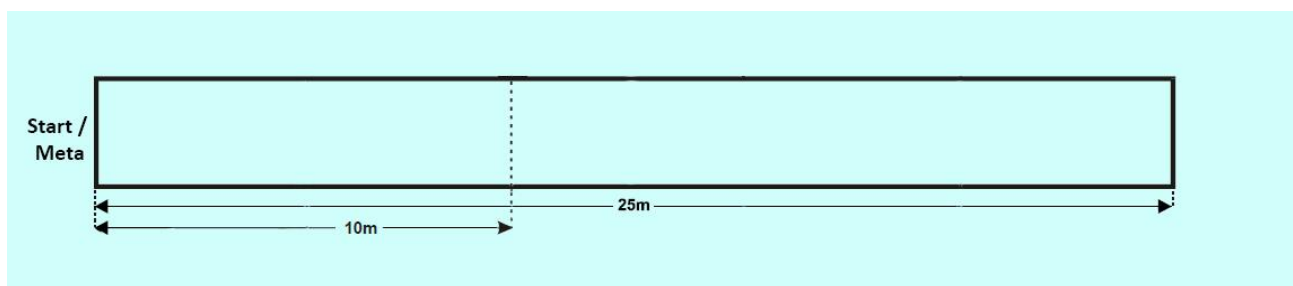
przed przekroczeniem linii 10 m, podczas zmiany z czwartym zawodnikiem. Czwarty zawodnik rozpoczyna holowanie zawodnika trzeciego maksymalnie rozciągając linę pasa ratowniczego w strefie do 10 m. Podczas nawrotu na 175 m, ściany nawrotowej musi dotknąć tylko zawodnik płynący w płetwach, zawodnik holowany może odbić się od dna pływalni.

*Uwaga 1: Jeżeli po starcie zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję.*

*Uwaga 2: Trzeciemu zawodnikowi płynącemu z założonym pasem ratowniczym wolno zdjąć pas i przekazać jego szarfę czwartemu zawodnikowi, dopiero po dotknięciu ściany nawrotowej.*

*Uwaga 3: Przed startem konkurencji trzeci zawodnik może w dowolny sposób założyć szarfę pasa ratowniczego wokół własnych ramion.*

#### SCHEMAT KONKURENCJI



#### SPRZĘT

Pas ratowniczy - Zasady Ogólne

Płetwy - Zasady Ogólne

#### DYSKWALIFIKACJE

Oprócz naruszenia przepisów zawartych w Regulaminie – Zasady Ogólne, w szczególności w punktach 4, 9, 10 i 13 oraz dopuszczenia się zachowań opisanych w Kodach dyskwalifikacyjnych, w sekcji GENERALNE, następujące zachowanie spowoduje dyskwalifikację:

<b>DQ15</b>	Zawodnik nie ukończył wyścigu.
<b>DQ40</b>	Pokonanie przez zawodnika dwóch lub więcej odcinków dystansu (nie dotyczy zawodnika płynącego na trzeciej zmianie w sztafecie 4x50 m z pasem ratunkowym).
<b>DQ41</b>	Przedwczesny start kolejnego zawodnika w sztafecie.
<b>DQ44</b>	Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie przejęcie lub przekazanie pasa ratowniczego (tj. chwycenie którejkolwiek części pasa przez czwartego zawodnika przed dotknięciem ściany przez trzeciego zawodnika).
<b>DQ45</b>	Udział w wyścigu z zapiętym pasem ratunkowym.
<b>DQ46</b>	Trzeci zawodnik trzyma pas ratunkowy za linę.
<b>DQ47</b>	Trzeci zawodnik pomaga w holowaniu wykonując ruchy rękoma lub nie trzyma pasa ratunkowego obiema rękoma.

<b>DQ48</b>	Utrata kontaktu z pasem ratunkowy przez trzeciego zawodnika po przekroczeniu linii 10 m.
<b>DQ49</b>	Holowanie trzeciego zawodnika przez czwartego zawodnika z nie w pełni rozciągniętą liną od pasa ratunkowego lub brak pełnego rozciągnięcia liny w strefie do 10 m
<b>DQ50</b>	Ponowne wejście do wody przez zawodnika, który ukończył już swoją część dystansu.

### SZTAFETA 4X25 M Z PASEM RATOWNICZYM (MEDLEY RELAY)

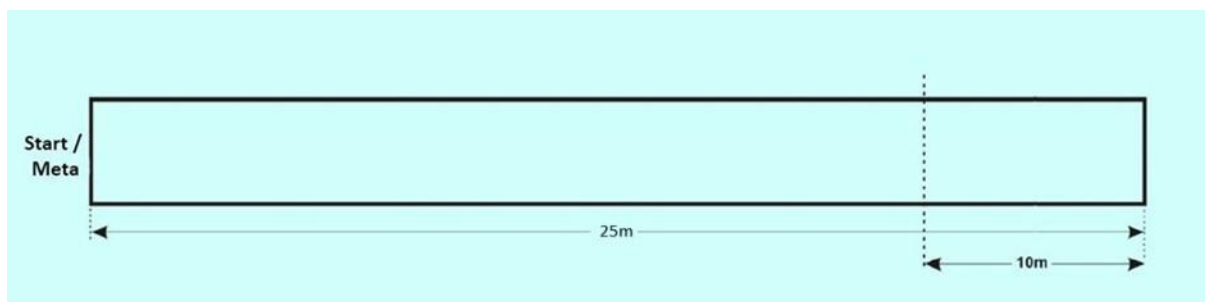
Na sygnał dźwiękowy pierwszy zawodnik skacze do wody i przepływa 25 m stylem dowolnym. Po dotknięciu ściany na 25 m przez pierwszego zawodnika, drugi zawodnik skacze do wody i przepływa 25 m stylem dowolnym w płetwach. Po dotknięciu ściany przez drugiego zawodnika, trzeci zawodnik przepływa 25 m stylem dowolnym z założonym pasem ratowniczym. Po dotknięciu ściany nawrotowej trzeci zawodnik przekazuje szarfę pasa ratowniczego czwartemu zawodnikowi, który znajduje się (w płetwach) w wodzie i czeka przy brzegu trzymając się, co najmniej jedną ręką krawędzi basenu. Trzeci zawodnik po przekazaniu szarfę pasa ratunkowego chwytą pływak lub O-ring pasa ratowniczego obydwoma rękami i jest holowany przez czwartego zawodnika do ściany mety. Zawodnik trzeci może pomagać podczas holowania kopiąc nogami – żadna inna pomoc nie jest dozwolona. Trzeci zawodnik musi mieć kontakt z pasem ratowniczym przed przekroczeniem linii 10 m, podczas zmiany z czwartym zawodnikiem. Czwarty zawodnik rozpoczyna holowanie zawodnika trzeciego maksymalnie rozciągając linę pasa ratowniczego w strefie do 10 m.

*Uwaga 1: Jeżeli, po starcie, zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję.*

*Uwaga 2: Zawodnikowi trzeciemu płynącemu z założoną szarfą pasa ratowniczego wolno zdjąć pas i przekazać jego szarfę czwartemu zawodnikowi dopiero po dotknięciu ściany nawrotowej.*

*Uwaga 3: Zawodnik trzeci przed startem do konkurencji może w dowolny sposób założyć szarfę pasa ratowniczego wokół własnych ramion.*

### SCHEMAT KONKURENCJI



## SPRZĘT

Pas ratowniczy - Zasady Ogólne

Płetwy - Zasady Ogólne

## DYSKWALIFIKACJE

Oprócz naruszenia przepisów zawartych w Regulaminie – Zasady Ogólne, w szczególności w punktach 4, 9, 10 i 13 oraz dopuszczenia się zachowań opisanych w Kodach dyskwalifikacyjnych, w sekcji GENERALNE, następujące zachowanie spowoduje dyskwalifikację:

<b>DQ15</b>	Zawodnik nie ukończył wyścigu.
<b>DQ40 M</b>	Pokonanie przez zawodnika dwóch lub więcej odcinków dystansu (nie dotyczy zawodnika płynącego na trzeciej zmianie w sztafecie 4x25 m z pasem ratunkowym).
<b>DQ41</b>	Przedwczesny start kolejnego zawodnika w sztafecie.
<b>DQ44</b>	Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie przejęcie lub przekazanie pasa ratowniczego (tj. chwycenie którejkolwiek części pasa przez czwartego zawodnika przed dotknięciem ściany przez trzeciego zawodnika).
<b>DQ45</b>	Udział w wyścigu z zapiętym pasem ratunkowym.
<b>DQ46</b>	Trzeci zawodnik trzyma pas ratunkowy za linę.
<b>DQ47</b>	Trzeci zawodnik pomaga w holowaniu wykonując ruchy rękoma lub nie trzyma pasa ratunkowego obiema rękoma.
<b>DQ48</b>	Utrata kontaktu z pasem ratunkowym przez trzeciego zawodnika po przekroczeniu linii 10 m.
<b>DQ49</b>	Holowanie trzeciego zawodnika przez czwartego zawodnika z nie w pełni rozciągniętą liną od pasa ratunkowego lub brak pełnego rozciągnięcia liny w strefie do 10 m
<b>DQ50</b>	Ponowne wejście do wody przez zawodnika, który ukończył już swoją część dystansu.

## 50 M RATOWANIE MANEKINA - KATEGORIA MŁODZIK MŁODSZY 9, 10, 11 lat (MM 9,10, 11)

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i płynie stylem dowolnym do manekina, który ułożony jest na:

- 37,5 m pływalni na dnie, głową skierowaną w kierunku mety dla kategorii Młodzik Młodszy – 11 lat (MM 11)
- 41,5 m pływalni na dnie, głową skierowaną w kierunku mety dla kategorii Młodzik Młodszy – 10 lat (MM 10)
- 45 m pływalni na dnie, głową skierowaną w kierunku mety dla kategorii Młodzik Młodszy – 9 lat (MM 9)

Następnie zawodnik podejmuje manekina z dna pływalni, wyciąga go na powierzchnię w odległości nie większej niż 5 m od linii, na której manekin był ułożony i holuje go do mety.

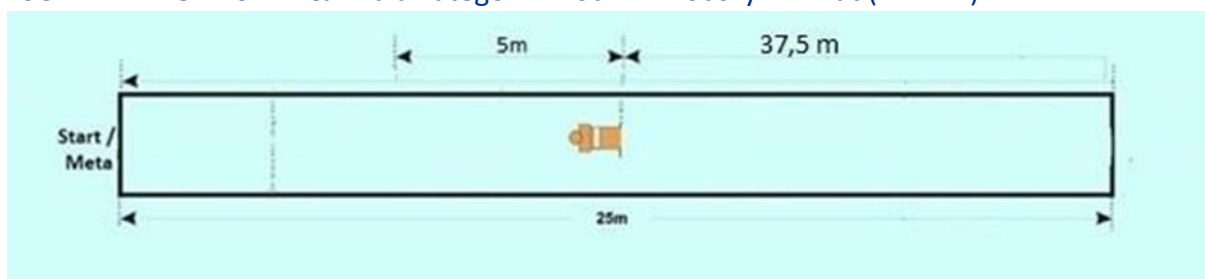
*Uwaga 1: Zawodnik może odbić się od dna podczas wyciągania manekina na powierzchnię wody.*

*Uwaga 2: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji do holowania zanim jego głowa przekroczy linię 5 m.*

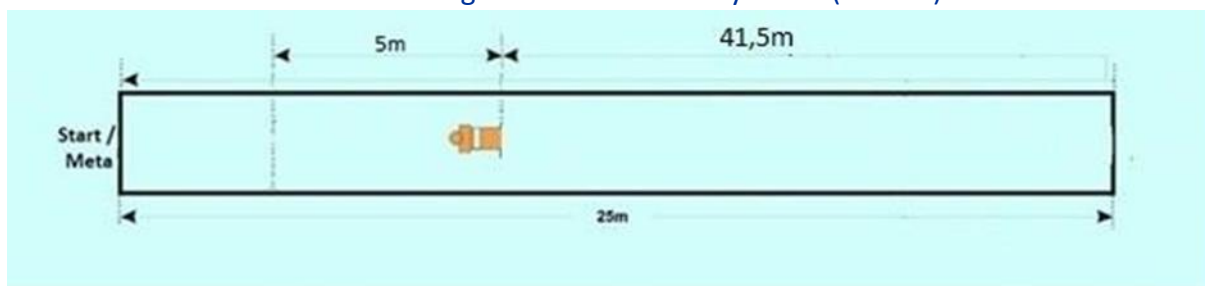
*Uwaga 3: Zawodnik może startować z wody*

*Uwaga 4: W kategorii Młodzik Młodszy – 9 lat (MM 9) holowanie zawodnika nie podlega ocenie.*

SCHEMAT KONKURENCJI – dla kategorii Młodzik Młodszy – 11 lat (MM 11)



SCHEMAT KONKURENCJI – dla kategorii Młodzik Młodszy 10 lat (MM 10)



SCHEMAT KONKURENCJI – dla kategorii Młodzik Młodszy 9 lat (MM 9)



## SPRZĘT

### Manekin - Zasady Ogólne

Manekin podczas konkurencji ma być zakorkowany i całkowicie wypełniony wodą.

Ułożenie manekina:

- Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,30 m do 2,00 m.
- Jeżeli głębokość wody przekracza 2,00 m, manekin powinien zostać ułożony na platformie na przepisowej głębokości.
- Manekin leży na plecach z głową zwróconą w kierunku mety.

## DYSKWALIFIKACJE

Oprócz naruszenia przepisów zawartych w Regulaminie – Zasady Ogólne, w szczególności w punktach 4, 9, 10 i 13 oraz dopuszczenia się zachowań opisanych w Kodach dyskwalifikacyjnych **DQ1 - DQ15**, w sekcji GENERALNE, następujące zachowanie spowoduje dyskwalifikację:

<b>DQ16</b>	Brak wynurzenia się zawodnika przed podjęciem manekina.
<b>DQ17</b>	Korzystanie przez zawodnika z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych (np. lin, stopni, odpływów lub podwodnych elementów) podczas wynurzania się z manekinem - za wyjątkiem dna basenu.
<b>DQ18</b>	Brak prawidłowej pozycji do holowania za linią 5 m (liczone od czubka głowy manekina)
<b>DQ19</b>	Używanie niewłaściwej techniki holowania.
<b>DQ21</b>	Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany końcowej lub ściany nawrotowej.
<b>DQ33</b>	Pchanie manekina zamiast holowania manekina.

## 50 M RATOWANIE MANEKINA Z PASEM KATEGORIA MŁODZIK MŁODSZY 9, 10, 11 lat (MM 9, 10, 11)

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i przepływa 25 m stylem dowolnym w płetwach. Po dotknięciu ściany nawrotowej zawodnik musi założyć szarfę pasa ratowniczego który jest zapięty pod ramionami manekina trzymanego przez opiekuna drużyny lub obsługę techniczną. Po założeniu szarfy ułożonej na brzegu basenu zawodnik rozpoczyna holowanie manekina zapiętego w pas. Zawodnik musi holować manekina na linii maksymalnie rozciągniętej.

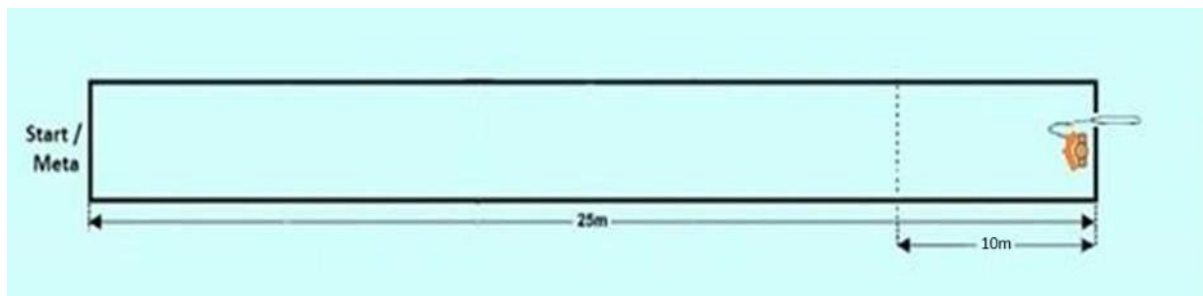
*Uwaga 1: Jeśli po starcie zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję. Zawodnik może odszukać płetwę (lub płetwy). Zawodnikowi nie wolno wystartować w innym biegu.*

*Uwaga 2: Jeśli podczas zawodów, zgodnie z opinią zespołu Sędziowskiego ( Sędziego Głównego i zastępców), pas ratowniczy, lina i/lub pas wykażą defekt techniczny, Sędzia Główny może zezwolić zawodnikowi na powtórzenie wyścigu.*

*Uwaga 3: Zawodnik na 25 m może w dowolny sposób założyć szarfę pasa ratowniczego wokół własnych ramion.*

*Uwaga 4: Zawodnik może wystartować z wody*

## SCHEMAT KONKURENCJI



## SPRZĘT

Manekin - Zasady Ogólne

Ułożenie manekina:

Przygotowanie: Manekin zostanie wypełniony wodą w taki sposób, aby pływał, a poziom wody sięgał górnej krawędzi linii poprzecznej na jego korpusie, i jest zabezpieczony pasem ratowniczym pod ramiona.

Położenie: Przed rozpoczęciem konkurencji manekin zostanie ustawiony na 25 m zabezpieczony pasem ratowniczym pod ramiona, przez osobę z zespołu lub obsługę techniczną trzymającą go, pionowo i zwrócony twarzą w kierunku ściany nawrotowej, a szarfa pasa jest ułożona na krawędzi basenu.

*Uwaga 1: Osoba trzymająca manekina musi być członkiem tej samej drużyny co zawodnik, za wyjątkiem sytuacji opisanych w ogólnych zasadach rozgrywania konkurencji. Nie wolno jej przebywać w wodzie.*

*Uwaga 2: Osoba trzymająca manekina musi puścić manekina natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej. Osoba trzymająca manekina nie może popychać manekina w kierunku zawodnika lub ściany nawrotowej.*

*Uwaga 3: Osoba trzymająca manekina zobowiązana jest nosić jednakowy czeppek jak zawodnik startujący w danej serii.*

Pas ratowniczy - patrz punkt 7.5 Regulaminu - Zasady Ogólne

Płetwy - patrz punkt 8 Regulaminu - Zasady Ogólne

## DYSKWALIFIKACJE

Oprócz naruszenia przepisów zawartych w Regulaminie – Zasady Ogólne, w szczególności w punktach 4, 9, 10 i 13 oraz dopuszczenia się zachowań opisanych w Kodach dyskwalifikacyjnych **DQ1 - DQ15**, w sekcji GENERALNE, następujące zachowanie spowoduje dyskwalifikację:

<b>DQ20</b>	Holowanie manekina twarzą do dołu.
<b>DQ25</b>	Osoba trzymająca manekina trzyma go niepoprawnie lub ma kontakt z manekinem po dotknięciu ściany przez zawodnika.
<b>DQ27</b>	Nie puszczenie manekina przez osobę go trzymającą natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej.
<b>DQ28</b>	Popchnięcie manekina w stronę zawodnika przez osobę trzymającą manekina.
<b>DQ29</b>	Celowe wejście do wody przez osobę trzymającą manekina podczas wyścigu.
<b>DQ33</b>	Pchanie zamiast holowania manekina.
<b>DQ34</b>	Brak pełnego rozciągnięcia liny pasa ratunkowego zanim czubek głowy manekina przekroczy linię 10 m.
<b>DQ35</b>	Holowanie manekina z liną pasa ratunkowego nie w pełni rozciągniętą poza linię 10 m (chyba że zawodnik zatrzymał się, aby ponownie zabezpieczyć manekina).
<b>DQ36</b>	Zgubienie manekina.
<b>DQ37</b>	Dotknięcie ściany końcowej bez manekina i pasa ratunkowego we właściwej pozycji.

### **50 M RATOWANIE MANEKINA W PŁETWACH KATEGORIA MŁODZIK MŁOSZY 9 lat, (MM 9)**

Na sygnał dźwiękowy zawodnik skacze do wody i płynie stylem dowolnym w płetwach do manekina, który ułożony jest na:

- 37,5 m pływalni na dnie, głową skierowaną w kierunku mety dla kategorii Młodzik Młodszy – 9 lat (MM 9)

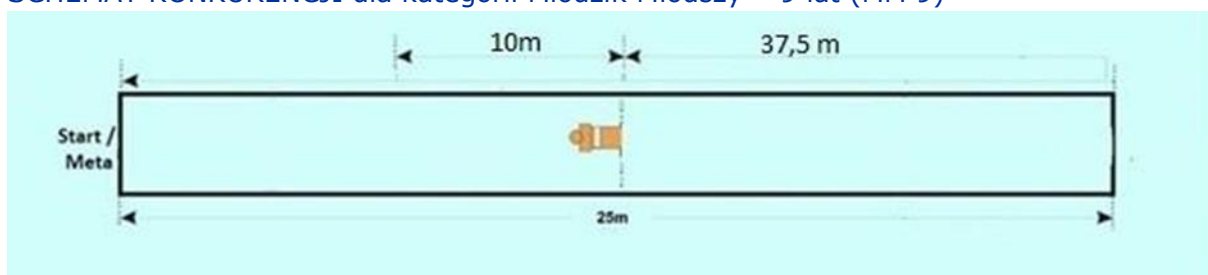
Następnie zawodnik podejmuje manekina z dna pływalni, wyciąga go na powierzchnię w odległości nie większej niż 10 m od linii, na której manekin był ułożony i holuje go do mety.

*Uwaga 1: Jeżeli, po starcie, zawodnik zgubi jedną lub obie płetwy, może nadal kontynuować konkurencję. Zawodnik może odszukać płetwę (lub płetwy). Zawodnikowi nie wolno wystartować w innym biegu.*

*Uwaga 2: Manekin ma być holowany co najmniej jedną ręką i musi znajdować się w prawidłowej pozycji holowniczej zanim jego głowa przekroczy linię 10 m od ściany/linii po jego wyciągnięciu.*

*Uwaga 3: Zawodnik może wystartować z wody*

#### **SCHEMAT KONKURENCJI dla kategorii Młodzik Młodszy – 9 lat (MM 9)**



#### **SPRZĘT**

Manekin - Zasady Ogólne

Manekin musi być całkowicie wypełniony wodą i zakorkowany podczas konkurencji.

Ułożenie manekina:

- Głębokość: manekin musi zostać ułożony na głębokości od 1,30 m do 2,00 m.
- Jeżeli głębokość wody przekracza 2,00 m, manekin powinien zostać ułożony na platformie (lub w inny podobny sposób) na przepisowej głębokości.
- Kierunek: manekin leży na plecach na dnie pływalni, platformie lub innej formie pomocniczej, dotykając korpusem do ściany/dna, z głową zwróconą w kierunku mety.

Płetwy - patrz punkt 8 Regulaminu - Zasady Ogólne

#### DYSKWALIFIKACJE

Oprócz naruszenia przepisów zawartych w Regulaminie – Zasady Ogólne, w szczególności w punktach 4, 9, 10 i 13 oraz dopuszczenia się zachowań opisanych w Kodach dyskwalifikacyjnych

**DQ1 - DQ15**, w sekcji GENERALNE, następujące zachowanie spowoduje dyskwalifikację:

<b>DQ17</b>	Korzystanie przez zawodnika z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych (np. lin, stopni, odpływów lub podwodnych elementów) podczas wynurzania się z manekinem - za wyjątkiem dna basenu.
<b>DQ19</b>	Używanie niewłaściwej techniki holowania.
<b>DQ21</b>	Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany końcowej lub ściany nawrotowej.
<b>DQ23</b>	Nietrzymanie manekina w prawidłowej pozycji do holowania, zanim czubek głowy manekina przekroczy linię 10 m.
<b>DQ33</b>	Pchanie zamiast holowania manekina.

## KODY DYSKWALIFIKACYJNE

GENERALNE		
<b>DQ1</b>	Nieukończenie konkurencji zgodnie z jej opisem lub ogólnymi zasadami.	Wszystkie konkurencje
<b>DQ2</b>	Zawodnik lub zespół może zostać zdyskwalifikowany, jeżeli zachowanie zawodnika, zespołu lub osoby trzymającej manekina uważane jest za sprzeczne z zasadami fair-play.	Wszystkie konkurencje
	Za takie zachowania uważa się w szczególności:	
	➤ popełnienie wykroczenia związanego z dopingiem	
	➤ podszywanie się pod innego zawodnika	
	➤ start dwukrotnie w tej samej indywidualnej konkurencji	
	➤ start dwukrotnie w tej samej konkurencji w różnych drużynach	
	➤ celowe zakłócanie wyścigu w celu zdobycia przewagi	
	➤ przeszkadzanie innemu zawodnikowi i / lub osobie trzymającej manekina, aby utrudnić jego postępy w czasie trwania konkurencji	
➤ korzystanie z urządzeń stanowiących infrastrukturę basenu/pływalni (linki, drabiny, przelewy itp.)		
<b>DQ3</b>	Zawodnicy nie zostaną dopuszczeni do startu w zawodach, jeżeli spóźnią się na miejsce zbiórki.	Wszystkie konkurencje
<b>DQ4</b>	Zawodnik lub zespół nieobecny na starcie zostanie zdyskwalifikowany.	Wszystkie konkurencje
<b>DQ5</b>	Działania skutkujące rozmyślnym wyrządzeniem szkód w miejscu zawodów, w miejscach zamieszkania lub niszczeniem cudzej własności oprócz odpowiedzialności cywilnej będą karane dyskwalifikacją zawodników lub drużyn (zawodników, trenerów, pomocników, kibiców i inne osoby podróżujące z drużyną) za to odpowiedzialnych.	Wszystkie konkurencje
<b>DQ6</b>	Lżenie działaczy lub innych zawodników może skutkować dyskwalifikacją z zawodów.	Wszystkie konkurencje
<b>DQ7</b>	Zawodnicy używający klejących lub lepkich substancji (płynnych, stałych lub aerozolowych) na dłoniach, stopach, manekinie lub pasie ratunkowym będą zdyskwalifikowani.	Wszystkie konkurencje
<b>DQ8</b>	Chodzenie lub odbijanie się od dna, chyba że jest to wyraźnie dozwolone (np. wyścigi z przeszkodami, sztafeta 4x25 holowanie manekina).	Wszystkie konkurencje
<b>DQ9</b>	Wyjście z wody po wyścigu przed sygnałem danym przez sędziego.	Wszystkie konkurencje
<b>DQ10</b>	Przedwczesny start	Wszystkie konkurencje

POSZCZEGÓLNE KONKURENCJE		
<b>DQ11</b>	Przepełnienie nad przeszkodą bez natychmiastowego powrotu i prawidłowego jej pokonania.	100 m/200 m pływanie z przeszkodami sztafeta 4x50 m pływanie z przeszkodami
<b>DQ12</b>	Brak wypłynięcia na powierzchnię po skoku, przed pierwszą przeszkodą i po nawrocie.	100 m/200 m pływanie z przeszkodami sztafeta 4x50 m pływanie z przeszkodami
<b>DQ13</b>	Brak wypłynięcia na powierzchnię po pokonaniu każdej przeszkody.	100 m/200 m pływanie z przeszkodami sztafeta 4x50 m pływanie z przeszkodami
<b>DQ14</b>	Brak dotknięcia ściany nawrotowej.	100 m/200 m pływanie z przeszkodami
<b>DQ15</b>	Zawodnik nie ukończył wyścigu.	Wszystkie konkurencje
<b>DQ16</b>	Brak wynurzenia się zawodnika przed podjęciem manekina.	50 m ratowanie manekina
<b>DQ17</b>	Korzystanie przez zawodnika z pomocy jakichkolwiek urządzeń basenowych (np. lin, stopni, odpływów lub podwodnych elementów) podczas wynurzania się z manekinem - za wyjątkiem dna basenu.	50 m ratowanie manekina 100 m ratowanie manekina w płetwach 200 m super ratownik 100 m/200 m pływanie z przeszkodami sztafeta 4x25 m holowanie manekina sztafeta 4x50 m pływanie z przeszkodami sztafeta 4x50 m super ratownik - mieszana
<b>DQ18</b>	Brak prawidłowej pozycji holowniczej za linią 5 m (liczone od czubka głowy manekina).	50 m ratowanie manekina 100 m ratowanie kombinowane 200 m super ratownik sztafeta 4x50 m super ratownik - mieszana
<b>DQ19</b>	Używanie niewłaściwej techniki holowania.	50 m ratowanie manekina 100 m ratowanie manekina w płetwach 100 m ratowanie kombinowane 200 m super ratownik sztafeta 4x25 m holowanie manekina sztafeta 4x50 m super ratownik – mieszana

<b>DQ20</b>	Holowanie manekina twarzą do dołu.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ21</b>	Puszczenie manekina przed dotknięciem ściany końcowej lub ściany nawrotowej.	50 m ratowanie manekina, 100 m ratowanie manekina w płetwach, 100 m ratowanie kombinowane, 200 m super ratownik
<b>DQ22</b>	Wynurzenie się po odbiciu od ściany nawrotowej a przed podjęciem manekina (pomiędzy 50 m, a 67,5 m dystansu). Wynurzenie się po odbiciu od ściany nawrotowej a przed podjęciem manekina (pomiędzy 25 m a 37,5 m dystansu).	100 m ratowanie kombinowane  50 m ratowanie kombinowane
<b>DQ23</b>	Nietrzymanie manekina w prawidłowej pozycji do holowania, zanim czubek głowy manekina przekroczy linię 10 m.	100 m ratowanie manekina w płetwach sztafeta 4x50 m super ratownik - mieszana
<b>DQ24</b>	Korzystanie przez zawodnika z pomocy z dowolnego wyposażenia basenu (np. liny, stopni, odpływów lub podwodnych elementów) podczas zabezpieczania manekina.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ25</b>	Osoba trzymająca manekina trzyma go niepoprawnie lub ma kontakt z manekinem po dotknięciu ściany przez zawodnika.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ26</b>	Nie dotknięcie ściany nawrotowej na 50 m i 150 m, przed dotknięciem manekina.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ27</b>	Nie puszczenie manekina przez osobę go trzymającą natychmiast po dotknięciu przez zawodnika ściany nawrotowej.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ28</b>	Popchnięcie manekina w stronę zawodnika przez osobę trzymającą manekina.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ29</b>	Celowe wejście do wody przez osobę trzymającą manekina podczas wyścigu.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ30</b>	Zapięcie pasa ratowniczego przez zawodnika przed dotknięciem ściany.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ31</b>	Nieprawidłowe zapięcie pasa ratowniczego wokół manekina (tj. nie wokół ciała i pod obydwoma ramionami i przypięte do o-ringu).	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik

<b>DQ32</b>	Niezapięcie pasa ratunkowego wokół manekina w strefie 10 m (oceniane na czubek głowy manekina).	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ33</b>	Pchanie zamiast holowania manekina.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ34</b>	Brak pełnego rozciągnięcia liny pasa ratunkowego zanim czubek głowy manekina przekroczy linię 10 m.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ35</b>	Holowanie manekina z liną pasa ratunkowego nie w pełni rozciągniętą poza linię 10 m (chyba że zawodnik zatrzymał się, aby ponownie zabezpieczyć manekina).	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ36</b>	Zgubienie manekina.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ37</b>	Dotknięcie ściany końcowej bez manekina i pasa ratunkowego we właściwej pozycji.	100 m ratowanie manekina z pasem 200 m super ratownik
<b>DQ39</b>	Przy zmianie sztafetowej korzystanie z pomocy zawodnika, który nie bierze w niej udziału.	sztafeta 4x25 m holowanie manekina sztafeta 4x50 m super ratownik - mieszana
<b>DQ40</b>	Pokonanie przez zawodnika dwóch lub więcej odcinków dystansu (nie dotyczy zawodnika płynącego na trzeciej zmianie w sztafecie 4x50 z pasem ratunkowym).	sztafeta 4x50 m pływanie z przeszkodami sztafeta 4x50 m z pasem ratunkowym sztafeta 4x25 m holowanie manekina sztafeta 4x50 m super ratownik - mieszana
<b>DQ41</b>	Przedwczesny start kolejnego zawodnika w sztafecie.	sztafeta 4x50 m z przeszkodami sztafeta 4x50 m z pasem ratunkowym sztafeta 4x25 m holowanie manekina sztafeta 4x50 m super ratownik – mieszana
<b>DQ42</b>	Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie lub zbyt późne przejęcie manekina (tj. przekazanie manekina przed dotknięciem ściany basenu lub poza strefą zmian lub zbyt wczesny start kolejnego zawodnika).	sztafeta 4x25 m holowanie manekina
<b>DQ43</b>	Puszczenie manekina przed chwyceniem go przez kolejnego zawodnika (jedna ręka każdego zawodnika musi być w kontakcie z manekinem).	sztafeta 4x25 m holowanie manekina sztafeta 4x50 m super ratownik - mieszana

<b>DQ44</b>	Nieprawidłowa zmiana w sztafecie i/lub zbyt szybkie przejście lub przekazanie pasa ratowniczego (tj. chwycenie którejkolwiek części pasa przez czwartego zawodnika przed dotknięciem ściany przez trzeciego zawodnika).	sztafeta 4x50 m z pasem ratowniczym
<b>DQ45</b>	Udział w wyścigu z zapiętym pasem ratunkowym.	sztafeta 4x50 m z pasem ratowniczym
<b>DQ46</b>	Trzeci zawodnik trzyma pas ratunkowy za linę.	sztafeta 4x50 m z pasem ratowniczym
<b>DQ47</b>	Trzeci zawodnik pomaga w holowaniu wykonując ruchy rękoma lub nie trzyma pasa ratunkowego obiema rękoma.	sztafeta 4x50 m z pasem ratowniczym
<b>DQ48</b>	Utrata kontaktu z pasem ratunkowy przez trzeciego zawodnika po przekroczeniu linii 10 m	sztafeta 4x50 m z pasem ratowniczym
<b>DQ49</b>	Holowanie trzeciego zawodnika przez czwartego zawodnika z nie w pełni rozciągniętą liną od pasa ratunkowego lub brak pełnego rozciągnięcia liny w strefie do 10 m	sztafeta 4x50 m z pasem ratowniczym
<b>DQ50</b>	Ponowne wejście do wody przez zawodnika, który ukończył już swoją część dystansu.	sztafeta 4x50 m pływanie z przeszkodami sztafeta 4x50 m z pasem ratunkowym sztafeta 4x50 m super ratownik - mieszana
<b>DQ51</b>	Utrata kontaktu z przeszkodą przez pozoranta przed dotknięciem liny.	sztafeta rzut liną
<b>DQ52</b>	Opuszczenie strefy rzutu przez ratownika w trakcie trwania wyścigu.	sztafeta rzut liną
<b>DQ53</b>	Opuszczenie wody przez pozoranta przed sygnałem dźwiękowym danym przez sędziego.	sztafeta rzut liną
<b>DQ54</b>	Złapanie przez pozoranta liny, której koniec znajduje się na innym torze.	sztafeta rzut liną
<b>DQ55</b>	Wpłynięcie na inny tor przez pozoranta podczas wybierania liny przez ratownika.	sztafeta rzut liną
<b>DQ56</b>	Pozorant nie trzyma liny obiema rękoma (za wyjątkiem puszczenia jednej dłoni w celu dotknięcia ściany końcowej).	sztafeta rzut liną
<b>DQ57</b>	Wspinanie się po linie przez pozoranta.	sztafeta rzut liną

<b>DQ58</b>	Wykonanie próbnego rzutu.	sztafeta rzut liną
<b>DQ59</b>	Utrata kontaktu ze ścianą przez trzeciego zawodnika przed podjęciem manekina.	sztafeta 4x50 m super ratownik - mieszana
<b>DQ60</b>	Podjęcie manekina: - zanim drugi zawodnik wynurzy się z manekinem, - zanim trzeci zawodnik dotknie ściany basenu.	sztafeta 4x50 m super ratownik - mieszana
<b>DQ61</b>	Opuszczenie wody przez zawodnika przed sygnałem dźwiękowym danym przez sędziego.	sztafeta 4x25 m holowanie manekina
<b>DNF</b>	Zespoły, które nie ukończą konkurencji w wyznaczonym limicie czasowym zostaną oznaczone jako DNF (Nie ukończyły konkurencji).	sztafeta rzut liną

---