



# RÈGLEMENT WORLD AQUATICS PLONGEON



**2022-2025**

Version 2.0

Traduction : D. Azorin / M. Boussard / B. Suzanne



# RÈGLEMENTS WORLD AQUATICS DU PLONGEON (IV) 2022-2025

1	GÉNÉRALITÉS	2
2	COMPÉTITIONS	4
3	FORMAT DES COMPÉTITIONS	5
4	FEUILLES DE PLONGEON	8
5	DÉROULEMENT DES COMPÉTITIONS	9
6	FONCTIONS DU JUGE-ARBITRE ET DES JUGES-ARBITRES ASSISTANTS	10
7	FONCTIONS DU SECRÉTARIAT	13
8	JUGEMENT	15
9	JUGEMENT DU PLONGEON SYNCHRONISÉ	21
10	RÉSUMÉ DES PÉNALITÉS	23
11	LE PLONGEON AUX CHAMPIONNATS DU MONDE ET AUX JEUX OLYMPIQUES	27
12	RÈGLEMENT DES GROUPES D'ÂGE	28
13	RÈGLEMENT WORLD AQUATICS CONCERNANT LES INSTALLATIONS	33
VII.5	RÈGLEMENT DU PLONGEON DES MAÎTRES	38
ANNEXE 1 : COEFFICIENTS DE DIFFICULTÉ – FORMULES ET COMPOSANTS POUR LES PLONGEONS DU TREMLIN		41
ANNEXE 2 : COEFFICIENTS DE DIFFICULTÉ DES PLONGEONS DU TREMLIN		43
ANNEXE 3 : COEFFICIENTS DE DIFFICULTÉ – FORMULES ET COMPOSANTS POUR LES PLONGEONS DE HAUT-VOL		45
ANNEXE 4 : COEFFICIENTS DE DIFFICULTÉ DES PLONGEONS DE HAUT-VOL		47
ANNEXE 5 : DISPOSITION DES INSTALLATIONS DE PLONGEON		49

## RÈGLEMENTS WORLD AQUATICS DU PLONGEON (IV)

### 1 GÉNÉRALITÉS

**1.1** Le Règlement doit régir toutes les compétitions de Plongeon y compris les Jeux Olympiques, les Championnats du Monde, les Coupes du Monde, et les Championnats du Monde Junior World Aquatics.

**1.2** Toutes les installations de plongeon, y compris les tremplins et les plateformes, doivent être conformes au Règlement des Installations World Aquatics, inspectées et approuvées par le délégué World Aquatics, au plus tard 120 jours avant le début des compétitions.

**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.

**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.

#### 1.5 Numérotation des plongeurs

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

**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.

**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).

**1.5.4** Le troisième chiffre indique le nombre de demi-sauts périlleux. Par exemple, 1 =  $\frac{1}{2}$  saut périlleux, 9 = 4 sauts périlleux et demi, etc... Si le nombre de sauts périlleux est supérieur à 4  $\frac{1}{2}$ , 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 ».

**1.5.5** Pour les plongeurs qui partent de l'équilibre, le deuxième chiffre indique le groupe auquel la rotation s'apparente, donc le sens de la rotation :

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

**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 IV.1.5.2 ci-dessus.

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

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

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

**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.

## **1.6 Coefficients de difficulté**

**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 annexes 1 et 3*) :

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

**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'annexe 2 pour le tremplin, et de l'annexe 4 pour le haut-vol.

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

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

**1.6.5** Les annexes 1, 2, 3, et 4 sont établies par la Commission Technique de Plongeon de World Aquatics (TDC), et approuvées par le Bureau de World Aquatics.

## 2 COMPÉTITIONS

### 2.1 Généralités

**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.

**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, l'ordre de passage des plongeurs concernés sera déterminé par tirage au sort.

**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, l'ordre de passage des plongeurs concernés sera déterminé par tirage au sort.

**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 pour déterminer leur ordre de passage. S'il y a une égalité pour la dernière position, les deux plongeurs plongeront dans la même demi-finale.

**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.

**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.

**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.

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

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

**La procédure concernant les réclamations est décrite dans l'article I.13.1 du règlement général World Aquatics.**

## **2.2 Tremplin de 1m**

**2.2.1** Aux Championnats du Monde, il y aura une phase éliminatoire et une phase finale.

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

## **2.3 Tremplin de 3m et haut-vol à la plateforme de 10m**

**2.3.1** Aux Jeux Olympiques et aux Championnats du Monde, il y aura toujours une phase éliminatoire, une demi-finale et une finale.

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

**2.3.3** La phase éliminatoire, la demi-finale et la finale sont des épreuves séparées, chaque épreuve commence avec zéro (0) point.

## **2.4 Plongeon synchronisé au tremplin de 3m et à la plateforme de 10m**

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

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

**2.4.3** La phase éliminatoire et la finale sont des épreuves séparées, chaque épreuve commence avec zéro (0) point.

**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.

## **2.5 Épreuves par équipes, tremplin de 3m et plateforme de 10m combinés**

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

## **2.6 Plongeon synchronisé mixte – tremplin de 3m et plateforme de 10m**

**2.6.1** Il y aura une finale directe.

# **3 FORMAT DES COMPÉTITIONS**

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

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

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

### **3.4 Tremplin 1m et 3m– Dames et messieurs**

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

**3.4.2** Les compétitions masculines au tremplin comprendront six (6) plongeurs de cinq (5) groupes différents sans limite de coefficient de difficulté.

### **3.5 Haut-vol – Dames et Messieurs**

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

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

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

### **3.6 Plongeon synchronisé**

**3.6.1** Dans une compétition de plongeon synchronisé, deux athlètes plongent simultanément des tremplins ou de la plateforme. La compétition est jugée en fonction de la qualité de l'exécution individuelle de chacun des deux plongeurs, et de la qualité de la synchronisation des deux équipiers.

**3.6.2** Aux Jeux Olympiques, et dans toutes les compétitions World Aquatics, les équipes doivent être composées de deux plongeurs de la même fédération.

**3.6.3** Les compétitions de plongeon synchronisé dames au tremplin de 3m et en haut-vol ainsi que les compétitions de plongeon synchronisé mixte au tremplin de 3m et en haut-vol comprendront cinq (5) plongeurs de cinq (5) groupes différents. Les deux (2) premiers plongeurs auront chacun un coefficient de difficulté assigné à « 2,0 » indépendamment de la formule des coefficients et les trois (3) autres plongeurs seront sans limite de coefficient. Pour les épreuves de plongeon synchronisé dames et synchronisé mixte, tous les plongeurs au tremplin avec départ vers l'avant (*face à l'eau*) seront exécutés avec élan.

**3.6.4** Les compétitions de plongeon synchronisé messieurs au tremplin de 3m et en haut-vol comprendront six (6) plongeurs de cinq (5) groupes différents. Les deux (2) premiers plongeurs auront chacun un coefficient de difficulté assigné à « 2,0 » indépendamment de la formule des coefficients, et les quatre (4) autres plongeurs seront sans limite de coefficient. Pour les épreuves de plongeon synchronisé hommes au tremplin, tous les plongeurs avec départ vers l'avant (*face à l'eau*) seront exécutés avec élan.

**3.6.5** A chaque tour de plongeurs, les deux plongeurs doivent exécuter le même plongeon (*même numéro, même position*).

### **3.7 Epreuves par équipes mixtes**

**3.7.1** Les équipes des compétitions par équipes mixtes sont constituées d'au moins une femme et un homme, sans excéder quatre (4) plongeurs en tout.

**3.7.2** Pour toutes les compétitions organisées par World Aquatics, les équipes seront constituées de compétiteurs de la même fédération.

**3.7.3** Chaque compétition comprend six (6) plongeurs différents sans limite de coefficients de difficulté, de six (6) groupes différents.

**3.7.4** Deux (2) plongeurs seront exécutés par une plongeuse et deux (2) plongeurs par un plongeur. Deux (2) plongeurs seront exécutés par une équipe de synchronisation mixte composée d'une plongeuse et d'un plongeur. Trois (3) plongeurs devront être réalisés au tremplin de 3m, et les trois autres plongeurs depuis la plateforme de 10m.

**3.7.5** Lors d'une compétition de plongeon par équipes mixtes, les tours seront organisés comme suit :

- **Tour 1** : une plongeuse exécutera un plongeon au tremplin de 3m.
- **Tour 2** : un plongeur exécutera un plongeon au tremplin de 3m.
- **Tour 3** : une équipe de synchronisation mixte (*une plongeuse et un plongeur*) exécutera un plongeon synchronisé au tremplin de 3m.
- **Tour 4** : une plongeuse exécutera un plongeon à la plateforme de 10m.
- **Tour 5** : un plongeur exécutera un plongeon à la plateforme de 10m.
- **Tour 6** : une équipe de synchronisation mixte (*une plongeuse et un plongeur*) exécutera un plongeurs synchronisé à la plateforme de 10m.

### **3.8 Plongeon synchronisé mixte**

**3.8.1** Lors des championnats du Monde, lors des coupes du Monde et des autres compétitions de plongeon World Aquatics, des épreuves de plongeon synchronisé mixte peuvent être introduites.

**3.8.2** Dans toutes les épreuves de plongeon synchronisé mixte World Aquatics, les équipes seront constituées de deux (2) plongeurs. Un homme et une femme de la même fédération.

**3.8.3** Chaque épreuve de plongeon synchronisé mixte au tremplin de 3m et à la plateforme de 10m comprendra cinq (5) tours de plongeurs, de cinq (5) groupes différents.

**3.8.4** Les deux (2) premiers tours de plongeurs avec un coefficient de difficulté assigné à « 2,0 » indépendamment de la formule, et les trois (3) tours suivants sans limite de coefficient.



## 4 FEUILLES DE PLONGEON

**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, liste établie sur les formulaires officiels prévus pour l'épreuve.

**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 son représentant.

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

**4.4** Le juge-arbitre peut accepter la remise d'une liste de plongeurs après le délai de 24 heures et jusqu'à 3 heures avant le début des épreuves éliminatoires, si cette remise de liste est accompagnée d'un paiement équivalent à 250 francs suisses.

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

**4.6** Dans toutes les compétitions, le plongeur ou son représentant 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 ou à son représentant 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.

**4.7** Dans toutes les compétitions (*individuelles ou synchronisées*), un plongeur peut être remplacé par un autre plongeur de la même fédération jusqu'à trois (3) heures avant le début des éliminatoires. Une nouvelle feuille de plongeur et/ou un formulaire de substitution doit être remis et signé par le plongeur, son représentant et le juge-arbitre. Dans les compétitions de plongeur synchronisé aux Jeux Olympiques, le remplacement peut également se faire jusqu'à trois (3) heures avant le début de la finale. En cas de remplacement le juge-arbitre acceptera un changement de la feuille de plongeurs.

**4.8** Pour les épreuves de plongeur individuel, synchronisé et par équipes, lorsque les délais sont écoulés (*voir IV.4.3 et IV.4.4*), aucun changement de plongeur n'est autorisé sur la feuille de plongeur.

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

- Le numéro de chaque plongeur conformément aux articles IV.1.5.1 à IV.1.5.7.
- La position du plongeur selon l'article IV.1.5.8.
- La hauteur du tremplin ou de la plateforme.
- Le coefficient de difficulté déterminé d'après la formule décrite dans l'article IV.1.6.

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

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

## 5 DÉROULEMENT DES COMPÉTITIONS

### 5.1 Contrôle de la compétition

**5.1.1** Chaque compétition doit être contrôlée par un juge-arbitre, assisté dans certains cas par des juges-arbitres assistants, avec des juges et un secrétariat.

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

**5.1.3** Quand c'est possible, on utilisera un ordinateur propre à traiter la compétition et à produire une analyse des jugements.

**5.1.4** Quand un équipement électronique de notation 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.

### 5.2 Composition du jury

**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 (5) d'entre eux jugeront la synchronisation du plongeur, trois (3) jugeront l'exécution d'un plongeur, et trois (3) jugeront l'exécution de l'autre plongeur.

**5.2.2** Dans toutes les compétitions individuelles et par équipes 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 d'un plongeur et deux (2) jugeront l'exécution de l'autre plongeur.

**5.2.3** Sous réserve d'un nombre suffisant de juges, le panel des juges pour la finale doit se composer de juges dont la nationalité est différente de celle de chacun des finalistes.

**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 par exemple le climat est très chaud et humide, les panels de juges peuvent être changés à la fin de chaque tour.*

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

**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.

**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.

**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 de la compétition*) doivent être vues par les juges sur leur appareil électronique.

## 6 FONCTIONS DU JUGE-ARBITRE ET DES JUGES-ARBITRES ASSISTANTS

**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.

**6.2** Les juges-arbitres assistants :

- observent le(s) plongeur(s) sur la plateforme, (*s'il n'y a pas de caméra*).
- lors d'une épreuve de plongeon synchronisé, le juge-arbitre assistant sera placé sur le côté opposé de la piscine, pour observer l'exécution du plongeur de cet autre côté.

### 6.3 Obligations du juge-arbitre avant une compétition

**6.3.1** 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 les faire corriger avant le début de l'épreuve.

**6.3.2** Le plongeur, ou son représentant, sera informé de la décision du juge-arbitre, à savoir qu'une rectification doit être faite au plus vite.

### 6.4 Obligations du juge-arbitre pendant une compétition

**6.4.1** 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 de plongeurs.

**6.4.2** A la suite d'une interruption, l'épreuve doit continuer là où elle s'est arrêtée, et les points marqués avant l'ajournement doivent être repris pour la partie restante de l'épreuve, 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.*

**6.4.3** 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.

**6.4.4** 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 plateformes sont utilisées, la hauteur de la plateforme 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.

**6.4.5** 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.

**6.4.6** 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.

**6.4.7** 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 plateforme, 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 plateforme ou du tremplin avant le signal donné par le juge-arbitre.

**6.4.8** 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.

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

**6.4.10** Dans des circonstances exceptionnelles, 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.

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

**6.4.12** 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.

**6.4.13** S'il est tout à fait clair qu'un plongeon a été effectué dans une position différente de 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.

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

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

**6.4.16** Si le plongeur refuse d'exécuter un plongeon, le juge-arbitre doit déclarer ce plongeon manqué (*note zéro (0)*).

**6.4.17** 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.

**6.4.18** 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.

**6.4.19** 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.

## **6.5 Obligations du juge-arbitre pendant l'exécution d'un plongeon**

**6.5.1** 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.

**6.5.2** 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.

**6.5.3** Lorsqu'un second essai (*nouveau départ*) est infructueux, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué (*note zéro (0)*).

**6.5.4** Quand avant l'envol, un plongeur rebondit deux fois à l'extrémité du tremplin, ou réalise un double saut à l'extrémité de la plateforme, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué (*note zéro (0)*).

*Note : Il y a « double rebond » sur un tremplin quand, avant l'envol du plongeon lui-même, on a pu observer que les pieds avaient quitté le tremplin, qu'un mouvement de balancement des bras avait eu lieu, et que les genoux s'étaient fléchis à deux reprises.*

*Il y a « double saut » sur une plateforme quand, avant l'envol du plongeon lui-même, on a pu observer que les pieds avaient quitté la plateforme et que les genoux s'étaient fléchis à deux reprises.*

**6.5.5** Si le dernier pas (*de l'appel d'un plongeon avec élan*) n'est pas fait sur un seul pied, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué (*note zéro (0)*).

**6.5.6** Quand l'envol depuis un tremplin n'est pas exécuté simultanément des deux pieds, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué (*note zéro (0)*).

**6.5.7** Quand, à l'entrée à l'eau, la vrille (*le tire-bouchon*) est plus grand ou plus petit de 90 degrés ou plus, par rapport à ce qui a été annoncé, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué (*note zéro (0)*).

**6.5.8** 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  $4 \frac{1}{2}$ . Si un juge attribue plus de  $4 \frac{1}{2}$ , le juge-arbitre annoncera la note de ce juge comme étant un  $4 \frac{1}{2}$ .

**6.5.8.1** 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 plongeur manqué (*note zéro (0)*).

**6.5.8.2** 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 plongeur manqué (*note zéro (0)*).

## **6.6 Obligations du juge-arbitre après une compétition**

**6.6.1** A la fin d'une compétition, le juge-arbitre doit confirmer le résultat final en apposant sa signature.

## **7 FONCTIONS DU SECRÉTARIAT**

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

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

**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 plongeur 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 secrétariat peut transcrire les notes des juges en se référant directement à l'écran de contrôle.

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

**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.



**7.6** Quand onze (11) juges sont utilisés pour le plongeon 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.

**7.7** En plongeon 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, ainsi que 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.

**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 plongeon 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 plongeon synchronisé :

**Neuf (9) juges :**                      Exécution plongeur 1 :    ~~7,0~~, 6,5  
Exécution plongeur 2 :    5,5, ~~5,5~~  
Notes Synchro :            ~~8,5~~, 8,0, 8,0, 7,5, ~~7,5~~  
=  $35,5 \div 5 \times 3 = 21,3 \times 2,8 = 59,64$

**Onze (11) juges :**                      Exécution plongeur 1 :    ~~7,0~~, 6,5, ~~6,0~~  
Exécution plongeur 2 :    ~~5,5~~, 5,5, ~~7,0~~  
Notes Synchro :            ~~8,0~~, 8,0, 7,5, 8,0, ~~7,0~~  
=  $35,5 \div 5 \times 3 = 21,3 \times 2,8 = 59,64$

**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.

**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 plongeur, 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 ,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. Dans un jury de neuf (9) juges, la note de l'autre juge d'exécution pour le même plongeur remplacera la note manquante.

**7.11** A la fin de la compétition, les deux secrétaires rassembleront les feuilles de résultats.

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

**7.13** Si un équipement informatique est utilisé, un seul secrétaire peut être en fonction. Le secrétaire se contente d'enregistrer les notes des juges et les résultats, pour s'assurer que le résultat final puisse être calculé dans le cas où le système informatique tomberait en panne.

**7.14** Dans les compétitions World Aquatics, le résultat final doit être annoncé dans une des langues officielles de World Aquatics (*anglais ou français*).

## 8 JUGEMENT

### 8.1 Généralités

**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

**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.



**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

**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.

**8.1.5** Si un plongeur est exécuté partiellement dans une position différente de la position annoncée, les juges doivent déduire des points selon leur opinion.

**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 dans les règles, le juge doit déduire ½ à 2 points, selon sa propre opinion.

**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.

## **8.2 La position de départ**

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

**8.2.2** Dans la position de départ, le corps doit être droit, la tête redressée et les bras tendus quelque soit leur positionnement.

**8.2.3** Si, dans la position de départ, le corps n'est pas droit, la tête redressée et les bras tendus quelque soit leur positionnement, chaque juge doit faire une déduction de ½ à 2 points selon son appréciation

### **8.2.4 Plongeurs sans élan**

**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 plateforme.

**8.2.4.2** Lors de l'exécution d'un plongeur sans élan, les pieds doivent rester en contact avec le tremplin ou la plateforme avant l'envol.

**8.2.4.3** Si les pieds quittent le tremplin ou la plateforme avant l'envol (*soulèvement ou décollement*), le juge doit faire une déduction de ½ à 2 points selon son appréciation.

### **8.2.5 Plongeurs avec élan**

**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.

## 8.2.6 Plongeurs en équilibre

**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 plateforme, et lorsque les deux pieds ont quitté la plateforme.

**8.2.6.2** Si, dans un plongeur en équilibre, le plongeur n'obtient pas un équilibre stationnaire et immobile dans la position droite et verticale, ou si les mains perdent le contact avec la plateforme durant la phase qui précède l'envol du plongeur lui-même, les juges doivent déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points selon leur appréciation.

**8.2.6.3** Un second essai sera autorisé si un plongeur perd l'équilibre, si l'un ou les deux pieds reviennent sur la plateforme, ou si tout autre partie de son corps, autre que ses mains, touche la plateforme. Dans le cas où un plongeur déplace une ou les deux mains de leur position initiale à l'extrémité avant de la plateforme, cela sera considéré comme un second départ.

## 8.3 L'élan

**8.3.1** Dans l'exécution d'un plongeur avec élan du tremplin ou de la plateforme, la marche (*ou la course*) doit être fluide, esthétique et en direction de l'extrémité du tremplin ou de la plateforme, le dernier pas se faisant sur un seul pied.

**8.3.2** Si la course n'est pas fluide, esthétique ou pas vers l'avant en direction de l'extrémité du tremplin ou de la plateforme, chaque juge doit, selon son opinion, déduire  $\frac{1}{2}$  à 2 points de sa note.

**8.3.3** Lorsque le dernier pas ne se fait pas d'un seul pied, le juge peut attribuer la note zéro (0), même si le juge-arbitre n'a pas déclaré le plongeur manqué.

**8.3.4** Le plongeur ne doit pas rebondir deux fois à l'extrémité du tremplin ou sauter deux fois à l'extrémité de la plateforme avant l'envol. Si un juge considère que le plongeur a rebondi deux fois ou sauté deux fois pour un plongeur, ce juge peut attribuer la note zéro (0), même si le juge-arbitre n'a pas déclaré le plongeur manqué.

*Note : Il y a « rebond double » sur un tremplin, ou « saut double » sur une plateforme quand, les pieds quittant le tremplin ou la plateforme, on a pu observer, avant l'envol, un double balancement des bras et/ou deux flexions distinctes des genoux.*

## 8.4 L'envol

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

**8.4.2** L'envol depuis le tremplin doit se faire des deux pieds simultanément. L'envol pour les plongeurs renversés en haut-vol, peut se faire d'un seul pied.

**8.4.3** Lorsque l'envol depuis le tremplin n'est pas exécuté avec les deux pieds simultanément, le juge peut attribuer la note zéro (0) même si le juge-arbitre n'a pas déclaré le plongeur manqué.

**8.4.4** Dans les plongeurs avec et sans élan, l'envol doit être équilibré, haut, et doit être effectué depuis l'extrémité du tremplin ou de la plateforme.

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

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

## **8.5 La trajectoire**

**8.5.1** Pendant la réalisation d'un plongeur, le plongeur ne doit pas se déporter (*à droite ou à gauche*) de sa ligne directe d'envol.

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

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

**8.5.4** Si lors de l'exécution d'un plongeur, en l'absence d'un système de vidéo-analyse officiel, un plongeur est dangereusement près du tremplin ou de la plateforme, ou s'il touche l'extrémité du tremplin ou de la plateforme 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 (5) / au moins quatre (4) dans un panel de sept (7)*) attribue la note « 2 » ou moins, toutes les notes supérieures seront ramenées à « 2 ».

Dans ce cas, le juge, en levant le bras, ou si l'usage de son boîtier électronique le lui permet, indique au juge-arbitre que sa note (« 2 » *ou moins*) est justifiée par la dangerosité du plongeur.

Lorsqu'un juge-arbitre assistant vidéo est opérationnel, le juge-arbitre reçoit une alerte, de la part du partenaire technologique en fonction. Cette alerte indique qu'un plongeur potentiellement dangereux a été effectué, et qu'il est possible de le « re-visionner ». Une note de « 2 » points maximum pour chaque juge peut être enregistrée, suivant la décision du juge-arbitre.

## Le plongeon peut être exécuté dans les positions suivantes :

### Position Droite (A)

**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.

**8.5.6** Dans le cas où la position droite ne serait pas esthétique, ou pas réalisée conformément à sa description dans les règles, chaque juge procédera à une déduction de  $\frac{1}{2}$  à 2 points, selon son appréciation.

**8.5.7** 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 ( $90^\circ$ ) pour les plongeurs avec un saut périlleux, ou au moins un demi-tour ( $180^\circ$ ) pour les plongeurs avec plus d'un saut périlleux, la note maximale attribuée par les juges sera de  $4 \frac{1}{2}$ .

### Position Carpée (B)

**8.5.8** Dans la position carpée, 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.

**8.5.9** Dans le cas où la position carpée ne serait pas esthétique, ou pas réalisée conformément à sa description dans les règles, chaque juge procédera à une déduction de  $\frac{1}{2}$  à 2 points selon son appréciation.

**8.5.10** Dans les plongeurs carpés qui comportent des vrilles, la position carpée doit être clairement montrée. Dans le cas où cette position (*carpée*) ne serait pas montrée, chaque juge réduira sa note de  $\frac{1}{2}$  à 2 points selon son appréciation.



*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.*

### Position Groupée (C)

**8.5.11** Dans la position groupée le corps doit être compact (*ramassé sur lui-même*), genoux et hanches fléchis, genoux et pieds rapprochés ne dépassant pas la largeur des épaules. Les mains doivent être portées sur les jambes (*sur les tibias*), et les pointes de pieds en extension.



**8.5.12** Dans le cas où la position groupée ne serait pas esthétique, ou pas réalisée conformément à sa description dans les règles, chaque juge procédera à une déduction de ½ à 2 points selon son appréciation.

**8.5.13** 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 ½ 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 les mains dans la position groupée et dans l'entrée à l'eau.*

### Position libre (D)

**8.5.14** Dans la position libre, la position du corps est optionnelle, (*A, B ou C*), mais les membres inférieurs doivent être réunis et les pointes de pieds en extension.

**8.5.15** Dans le cas où la position libre ne serait pas réalisée conformément à sa description dans les règles, chaque juge procédera à une déduction de ½ à 2 points selon son appréciation.

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

## 8.6 L'entrée dans l'eau

**8.6.1** L'entrée à l'eau doit toujours être verticale, non vrillée, avec le corps droit, les pieds serrés et les pointes de pieds en extension.

**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 serrés et en extension, chaque juge doit réduire sa note selon sa propre opinion.

**8.6.3** Pour les entrées à l'eau « par la tête » les bras doivent être tendus, au-dessus de la tête, dans le prolongement du corps, avec les mains serrées. Si l'un ou les deux bras sont placés en-dessous de la tête au moment de l'entrée à l'eau, le juge peut attribuer une note maximum de 4 ½, même si le juge-arbitre n'a pas déclaré le plongeur comme valant 4 ½ au maximum.

**8.6.4** Pour les entrées à l'eau « par les pieds » les bras doivent être placés le long du corps, sans flexion des coudes. Si l'un ou les deux bras sont placés au-dessus de la tête au moment de l'entrée à l'eau, le juge peut attribuer une note maximum de 4 ½, même si le juge-arbitre n'a pas déclaré le plongeur comme valant 4 ½ au maximum.

**8.6.5** Dans les cas autres que ceux visés par les articles IV.8.6.3 et IV.8.6.4, lorsque les bras ne sont pas en position correcte lors d'une entrée dans l'eau par la tête ou par les pieds, chaque juge doit, selon son appréciation, déduire ½ à 2 points de sa note.

**8.6.6** Si au moment de l'entrée à l'eau, le corps est vrillé de 90° ou plus par rapport à ce qui a été annoncé, le juge peut donner la note zéro (0) même si le juge-arbitre n'a pas déclaré le plongeur manqué.

**8.6.7** Le plongeur est considéré comme étant terminé lorsque l'ensemble du corps se trouve complètement sous la surface de l'eau.

## 9 JUGEMENT DU PLONGEON SYNCHRONISÉ

**9.1** En plongeon synchronisé le jugement porte sur l'exécution des plongeurs en tant que performances individuelles, et sur la synchronisation des plongeurs.

**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 plongeur de numéro différent ou de position différente du plongeur annoncé, cas dans lesquels le juge-arbitre déclarera le plongeur manqué.

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

**9.4** Les facteurs à prendre en compte dans le jugement de la synchronisation sont :

- la position de départ, l'élan, l'envol et la similitude de hauteur des deux plongeurs,
- 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 plateforme lors de l'entrée à l'eau
- la simultanéité des entrées dans l'eau.

**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 plateforme, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué.

**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.

**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 plongeon.

**9.8** Si un juge chargé de noter l'exécution considère qu'un plongeur a exécuté un plongeon de numéro différent du plongeon 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 toutes égales à zéro (0).

**9.9** Les juges chargés de noter la synchronisation ne doivent pas se laisser influencer par d'autres facteurs (*comme l'exécution des plongeurs*) que la coordination de la performance des deux plongeurs.

**9.10** Lorsque toutes les notes attribuées par les juges de synchronisation sont égales à zéro (0), le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué.

**9.11** Chaque juge chargé de noter la synchronisation doit, selon son appréciation, déduire ½ à 2 points pour un manque de :

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

**9.12** En plongeon synchronisé, tous les plongeurs du tremplin avec départ vers l'avant (*face à l'eau*) seront exécutés avec élan (*voir IV.3.6.4*). Si un plongeon avec départ vers l'avant n'est pas exécuté avec élan, le juge-arbitre doit déclarer le plongeon manqué.



## 10 RÉSUMÉ DES PÉNALITÉS

### Pour le juge-arbitre

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

**IV.6.4.8** Quand un plongeur, après l'avertissement (*du juge-arbitre*), attend plus d'une minute pour exécuter un plongeon.

**IV.6.4.12** Si un plongeur a exécuté un plongeon d'un numéro différent de celui du plongeon annoncé.

**IV.6.4.15** Quand une aide a été donnée au plongeur après le signal de départ.

**IV.6.4.16** Quand un plongeur refuse d'exécuter un plongeon.

**IV.6.5.3** Quand un second essai (*un nouveau départ*) est raté.

**IV.6.5.4** Quand, avant l'envol, un plongeur rebondit deux fois à l'extrémité du tremplin, ou réalise un double saut à l'extrémité de la plateforme.

**IV.6.5.5** Si le dernier pas (*de l'appel d'un plongeon avec élan*) n'est pas fait sur un seul pied.

**IV.6.5.6** Quand l'envol depuis un tremplin n'est pas exécuté simultanément des deux pieds (*en d'autres termes, l'impulsion finale doit être faite « à pieds joints »*).

**IV.6.5.7** Quand, à l'entrée à l'eau, la vrille (*le tire-bouchon*) est plus grande ou plus petite de 90 degrés ou plus, par rapport à ce qui a été annoncé.

**IV.6.5.8.1** Si les pieds entrent dans l'eau avant la tête ou avant les mains, pour une entrée à l'eau « par la tête ».

**IV.6.5.8.2** Si la tête ou les mains entrent dans l'eau avant les pieds, pour une entrée à l'eau « par les pieds ».

**IV.9.2** En plongeon synchronisé, si un ou les deux plongeurs exécute(ent) un plongeon de numéro différent ou de position différente du plongeon annoncé.

**IV.9.5** En plongeon synchronisé, si l'un des deux plongeurs touche la surface de l'eau avant que l'autre ait quitté le tremplin ou la plateforme.

**IV.9.8** En plongeon synchronisé, si tous les juges d'exécution pour un plongeur attribuent la note zéro (0).

**IV.9.10** En plongeon synchronisé, si tous les juges de synchronisation attribuent la note zéro (0).



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

**IV.6.5.1** 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.

**IV.6.5.2** Quand un plongeur fait un second départ pour un plongeon avec élan, sans élan ou partant de l'équilibre (*cas du « faux départ »*).

**IV.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 » :**

**IV.6.4.13** Quand un plongeur réalise un plongeon dans une position clairement différente de la position annoncée. Si un juge attribue une note supérieure à « 2 », le juge-arbitre ramènera cette note à « 2 ».

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

**IV.6.5.8** 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 ». Si un juge attribue une note supérieure à « 4 ½ », le juge-arbitre ramènera cette note à « 4 ½ ».

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

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

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

**IV.8.3.4** Si un plongeur rebondit deux fois à l'extrémité du tremplin, ou réalise un double saut à l'extrémité de la plateforme, avant l'envol.

*Note : Il y a « rebond double » sur un tremplin, ou « saut double » sur une plateforme quand, les pieds quittant le tremplin ou la plateforme, on a pu observer, avant l'envol, un double mouvement de balancement des bras et/ou deux flexions distinctes des genoux.*

**IV.8.4.3** Quand l'envol depuis un tremplin n'est pas exécuté simultanément des deux pieds (*en d'autres termes, l'impulsion finale doit être faite « à pieds joints »*)

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

**IV.9.8** 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 » :**

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

**IV.8.5.4** Si lors de l'exécution d'un plongeon, un plongeur est dangereusement près du tremplin ou de la plateforme, ou s'il touche l'extrémité du tremplin ou de la plateforme avec la tête. Dans ce cas, le juge, en levant le bras, ou si l'usage de son boîtier électronique le lui permet, indique au juge-arbitre que sa note (« 2 » ou moins) est justifiée par la dangerosité du plongeon.

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

**IV.8.5.7** 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.

**IV.8.6.3** Si, pour une entrée à l'eau « par la tête », un ou les deux bras sont placés sous la tête.

**IV.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 » :**

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

**IV.8.2.3** Si, lors de la position de départ, le corps du plongeur n'est pas droit, la tête redressée et les bras tendus, quelque soit leur positionnement.

**IV.8.2.4.3** Quand dans un plongeon sans élan (*du tremplin ou de la plateforme*), les pieds quittent le tremplin ou la plateforme avant l'envol. (*il s'agit d'un « soulèvement » ou d'un « décollement » des pieds, « crow-hop »*).

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

**IV.8.3.2** Quand l'élan n'est pas fluide, esthétique, ou qu'il ne se fait pas vers l'avant, en direction de l'extrémité du tremplin ou de la plateforme.

**IV.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 plateforme.

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

**IV.8.5.6** Si la position droite n'est pas exécutée conformément à sa description dans les règles.

**IV.8.5.9** Si la position carpée n'est pas exécutée conformément à sa description dans les règles.

**IV.8.5.10** Si, dans un plongeon carpé avec vrille, la position carpée n'est pas clairement montrée.

**IV.8.5.12** Si la position groupée n'est pas exécutée conformément à sa description dans les règles.

**IV.8.5.13** Si, dans un plongeon groupé avec vrille, la position groupée n'est pas clairement montrée.

**IV.8.5.15** Si la position libre n'est pas exécutée conformément à sa description dans les règles.

**IV.8.6.5** Si les bras ne sont pas en position correcte lors des entrées dans l'eau « par la tête » ou « par les pieds ».

**IV.9.11** En plongeon synchronisé, pour un manque de:

- Similitude de la position de départ, de l'élan, de l'envol et 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 plateforme, au moment de l'entrée dans l'eau.
- Simultanéité des entrées dans l'eau.

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

**IV.8.1.5** Quand un plongeon est partiellement réalisé dans une position différente de la position annoncée.

**IV.8.5.2** Si lors d'un plongeon, un plongeur plonge sur le côté (*se « déporte »*) de sa ligne directe d'envol.

**IV.8.5.3** Si lors d'un plongeon, un plongeur touche l'extrémité du tremplin ou de la plateforme avec ses pieds ou ses mains.

**IV.8.6.2** Si l'entrée dans l'eau n'est pas verticale, ou presque verticale (*« plate » ou « passée »*), si elle est « vrillée », si le corps n'est pas en ligne, si les pieds sont désunis et les pointes de pied relâchés.



## 11 LE PLONGEON AUX CHAMPIONNATS DU MONDE ET AUX JEUX OLYMPIQUES

Lors des épreuves de plongeon des Jeux Olympiques et des Championnats du Monde, les seuls plongeurs autorisés seront ceux qui figurent dans les règlements World Aquatics, tant pour les épreuves de tremplin que pour celles de haut-vol.

### 11.1 Programme des Jeux Olympiques

	Messieurs	Dames
Tremplin	3 m	3 m
Plateforme	10 m	10 m
Plongeon Synchronisé	3 m, 10 m	3 m, 10 m

### 11.1 Programme des Championnats du Monde

	Messieurs	Dames	Épreuve par équipes mixtes
Tremplin	1 m, 3 m	1 m, 3 m	3 m
Plateforme	10 m	10 m	10 m
Plongeon Synchronisé	3 m, 10 m	3 m, 10 m	3 m, 10 m

## 12 RÈGLEMENT DES GROUPES D'ÂGE

**12.1 Les règles World Aquatics des compétitions devront s'appliquer à toutes les compétitions par groupes d'âge.**

### 12.2 Catégories d'âge.

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

### 12.3 Épreuves de plongeon

#### 12.3.1 Groupe A

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

#### 12.3.1.2 Format des épreuves

##### 12.3.1.2.1 Épreuves individuelles

- **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 ou 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 ou 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.

### 12.3.1.2.2 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 retenus doivent appartenir à au moins quatre (4) groupes différents.

- **Plongeon synchronisé Filles et Garçons – Haut-vol (5m, 7,5m, 10m)**

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

- **Epreuve par équipes mixtes de Jeunes (*Juniors Mixed Team Event*)**

Une équipe sera constituée d'au moins une (1) fille et un (1) garçon, sans excéder quatre (4) plongeurs.

Chaque équipe comprendra au moins un (1) plongeur, ou une (1) plongeuse, du groupe B.

Les spécificités et règles de cette épreuve sont les suivantes :

- Chaque équipe effectuera six (6) plongeurs de six (6) groupes différents.
- L'épreuve comprendra deux (2) plongeurs individuels du tremplin de 3m : l'un réalisé par un garçon, l'autre par une fille, sans limite de coefficient de difficulté.
- L'épreuve comprendra deux (2) plongeurs individuels d'une plateforme de haut-vol (5m, 7,5m, 10m) : l'un réalisé par un garçon, l'autre par une fille, sans limite de coefficient de difficulté.
- L'épreuve comprendra deux (2) plongeurs synchronisés mixtes, l'un réalisé du tremplin de 3m, l'autre réalisé de la plateforme de haut-vol (5m, 7,5m, 10m), sans limite de coefficient de difficulté.
- Dans le déroulement de l'épreuve, toutes les équipes se conformeront aux impératifs de tours, précisés dans l'article ci-dessous.

Déroulement, tour après tour, d'une épreuve par équipes mixtes de Jeunes :

- **Tour 1** : Un plongeur d'une fille, du tremplin de 3m
- **Tour 2** : Un plongeur d'un garçon, du tremplin de 3m
- **Tour 3** : Un plongeur synchronisé mixte (*1 fille et 1 garçon*), du tremplin de 3m
- **Tour 4** : Un plongeur d'une fille, d'une plateforme de haut-vol (5m, 7,5m ou 10m)
- **Tour 5** : Un plongeur d'un garçon, d'une plateforme de haut-vol (5m, 7,5m ou 10m)
- **Tour 6** : Un plongeur synchronisé mixte (*1 fille et 1 garçon*), d'une plateforme de haut-vol (5m, 7,5m ou 10m)

## 12.3.2 Groupe B

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

### 12.3.2.2 Format des épreuves

#### 12.3.2.2.1 Épreuves individuelles

- **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 ou 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 ou 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.

### 12.3.3 Groupe C

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

#### **12.3.3.2** Format des épreuves

##### **12.3.3.2.1** Épreuves individuelles

- **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 ou 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 ou 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.



## 12.4 Règlement des Championnats du Monde de Plongeon Junior

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

**12.4.2** 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.

**12.4.3** Chaque plongeur ne peut concourir que dans le groupe d'âge auquel il appartient.

**12.4.4** Chaque plongeur doit effectuer une série complète de plongeurs, comme indiqué pour son groupe d'âge.

**12.4.5** Chaque épreuve individuelle sera à la fois « éliminatoire » et « finale », indépendamment du nombre de participants. Ces épreuves individuelles pourront être organisées en plusieurs sessions.

**12.4.5.1** 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.

**12.4.5.2** 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 World Aquatics.

**12.4.5.3** Le programme doit être approuvé par le Bureau sur recommandation de la Commission Technique de Plongeon World Aquatics.

**12.4.6** Chaque plongeur ne pourra se présenter que dans sa catégorie d'âge. 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.*

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

**12.4.8** Les Championnats se dérouleront sur une période de sept (7) jours au moins.



## 13 RÈGLEMENT WORLD AQUATICS CONCERNANT LES INSTALLATIONS

Les recommandations, spécifications et exigences concernant les installations de plongeon figurent au chapitre IV.13 des Règlements « World Aquatics Competition Regulation 2021-2025 ».

Plus précisément les articles :

- 13.1 Équipements de plongeon
  - 13.1.1 Tremplins
  - 13.1.2 Plateformes de haut-vol
  - 13.1.3 Exigences générales
  - 13.1.3 à 13.1.5 Conditions générales, lumières, température de l'eau, marquage des lignes
  - 13.1.7 Placement et positionnement des juges de plongeon en plongeon individuel et plongeon synchronisé
- 13.2 Installations de plongeon pour les Jeux Olympiques et les championnats du monde
- 13.3 Équipement électronique
- 13.4 Aire d'entraînement à sec
- De plus, les mesures et dimensions des installations de plongeon figurent dans les annexes des règlements « World Aquatics Competition Regulation » (IV.13.5 Appendix 1 à 7).

### 13.1.7 Placement et positionnement des juges de plongeon

#### 13.1.7.1 Plongeon individuel :

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

**13.1.7.1.2** 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.*

**13.1.7.1.3** Aucun juge ne peut être assis en retrait de l'extrémité du tremplin ou de la plateforme.

**13.1.7.1.4** La numérotation des chaises des juges doit se faire dans le sens des aiguilles d'une montre, lorsqu'on est en face des tremplins ou des plateformes.

**13.1.7.1.5** Pour les compétitions au tremplin de 1 mètre, des chaises basses ordinaires seront utilisées.

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

**13.1.7.1.7** Le juge-arbitre placera les deux (2) / trois (3) juges de chaque côté de la piscine.

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

**13.1.7.1.9** Les recommandations précédentes figurent dans l'annexe 5 du présent document.

### **13.1.7.2 Plongeon synchronisé:**

**13.1.7.2.1** Le juge-arbitre placera les deux (2) / trois (3) juges d'exécution de chaque côté de la piscine.

**13.1.7.2.2** La numérotation des chaises des juges d'exécution doit se faire dans le sens des aiguilles d'une montre lorsqu'on est en face des tremplins / des plateformes, soit E1, E2 et E3 (ou E1 et E2) sur le côté gauche, et E4, E5 et E6 (ou E3 et E4) sur le côté droit.

**13.1.7.2.3** Les juges de la synchronisation seront placés en ligne entre les juges d'exécution de chaque côté du bassin. Tous les juges de synchronisation, des deux côtés de la piscine, doivent être placés sur la même ligne et à la même distance de l'extrémité du tremplin ou de la plateforme (et non côte à côte), mais devront tous être positionnés à des hauteurs différentes de façon à ce que tous les juges voient l'ensemble du plongeon.

**13.1.7.2.4** Trois (3) juges de synchronisation seront placés du côté le plus proche des tremplins / de la plateforme de compétition, et les deux (2) autres juges de synchronisation du côté opposé.

**13.1.7.2.5** La numérotation des chaises des juges de synchronisation débutera du côté gauche du bassin, avec le numéro S1 pour la chaise la plus basse, jusqu'à la chaise la plus haute du côté droit avec le numéro S5.

**13.1.7.2.6** 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 mètres au-dessus du niveau de l'eau.

**13.1.7.2.7** Les hauteurs suivantes, pour les juges de la synchronisation restants (ou pour le juge d'exécution supplémentaire), doivent augmenter d'au moins 50 centimètre par siège.

**13.1.7.2.8** Il ne doit y avoir ni interférence, ni mouvement, devant les chaises des juges pendant le déroulement d'une épreuve.

**13.1.7.2.9** Les recommandations précédentes figurent dans l'annexe 5 du présent document (*Voir IV.13.5 Appendix 3 du règlement « World Aquatics Competition Regulation »*).

## **13.2 Installations de plongeon pour les Jeux Olympiques et les Championnats du Monde**

### **13.2.1 Tremplins**

Pour les Jeux Olympiques et les Championnats du Monde, les dimensions en mètres pour les installations des tremplins sont détaillées dans l'intégralité de l'article IV.13.1.1 et dans le règlement « World Aquatics Competition Regulation ».

### **13.2.2 Plateformes**

Pour les Jeux Olympiques et les Championnats du Monde, Les dimensions en mètres pour les installations des plateformes de haut-vol sont détaillées dans l'intégralité de l'article IV.13.1.2 et dans le règlement « World Aquatics Competition Regulation ».

### **13.2.3 Conditions générales**

Pour les Jeux Olympiques et les Championnats du Monde l'article IV.13.1.3 doit s'appliquer intégralement.

### **13.2.4 Eclairage**

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.

### **13.2.5 Température de l'eau**

Comme indiqué dans l'article IV.13.1.5, la température de l'eau ne devra jamais descendre en dessous de 28° Celsius.

### **13.2.6 Marquage de lignes**

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 plateforme. Ces lignes seront comme suit :

**Largeur :** minimum 0,2 mètre, maximum 0,3 mètre.

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

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

Le centre de la première ligne sera placé juste sous l'aplomb du tremplin de 3 m. (Voir IV.13.5.3. *Annexe 3* du règlement « World Aquatics Competition Regulation »).

### **13.2.7 Placement et positionnement des juges de plongeon :**

Pour les Jeux Olympiques et les Championnats du Monde l'article IV.13.1.7 doit s'appliquer intégralement.

### **13.2.8 Installation d'entraînement à « sec » :**

Le site d'accueil doit être pourvu d'un trampoline avec équipements de sécurité. Il est préférable qu'il y ait deux trampolines, et une aire d'entraînement « à sec », équipée d'un tremplin et d'une plateforme donnant sur une zone de réception en mousse comme détaillé dans les annexes du règlement « World Aquatics Competition Regulation » (IV.13.5 *Appendix 4, 5, 6 et 7*).

### **13.2.9 Disposition des installations de plongeon :**

La disposition des installations de plongeon pour les Jeux Olympiques et les Championnats du Monde est illustrée dans l'annexe 5 du présent document.

Si le bassin de natation et la fosse à plongeon sont dans la même zone, ils doivent être séparés d'une distance minimum de 8 mètres, mais une distance de 10 mètres est préférable.

## **13.3 Équipement électronique**

### **13.3.1 Description générale :**

L'équipement électronique enregistre les notes des juges pour chaque plongeur et calcule le total de points pour chaque plongeur selon l'article IV.7 du règlement.

### **13.3.2 L'équipement choisi doit pouvoir :**

**13.3.2.1** Enregistrer les notes des Juges par points entiers et par demi points

**13.3.2.2** Afficher toute information enregistrée et calculée pour chaque plongeur, avant et après chaque plongeur.

**13.3.2.3** Afficher les points pour tous les plongeurs avant et après chaque plongeur.

**13.3.2.4** Afficher le classement et les points pour tous les plongeurs après chaque tour de plongeurs.

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

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

**13.3.2.7** 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.

**13.3.2.8** 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.

## **13.4 Installation d'entraînement à « sec »**

### **13.4.1 Conditions générales :**

Les dimensions en mètres pour les installations d'entraînement à sec sont détaillées dans les annexes du « Diving Dry Land Training » (*IV.13.5 Appendix 4, 5 et 6*) et dans l'annexe du « Diving Dry Land Recommended Equipment » (*IV.13.5 Appendix 7*) dans le règlement « World Aquatics Competition Regulation ».

**13.4.2** Pour la sécurité des plongeurs, leur pratique, leur évolution, et pour la tenue des compétitions, il est vivement recommandé que les installations respectent les dispositions ci-dessous, et que l'espace d'entraînement à « sec » soit situé à proximité immédiate de la fosse à plongeon destinée à la compétition.

**13.4.3** 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.

## VII.5 RÈGLEMENT DU PLONGEON DES MAÎTRES

Les règles World Aquatics du plongeon doivent s'appliquer au plongeon des Maîtres avec les spécificités suivantes :

### 5.1 Groupes d'âges et épreuves

#### 5.1.1 Plongeon du tremplin - Messieurs et Dames (1 m et 3 m)

Groupes d'âges	Nombre total de plongeon requis	
	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'âges de cinq années, aussi élevés que nécessaire)

#### 5.1.2 Plongeon de Haut-Vol – Messieurs et Dames (5 m, 7,5 m, ou 10 m)

Groupes d'âges	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	5*	5*
55 – 59	5*	5*
60 – 64	5*	5*
65 – 69	5*	5*
70 – 74	4*	4*
75 – 79	4*	4*
80 +	3*	3*

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

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

#### 5.1.3 Plongeon synchronisé

##### 5.1.3.1 Tremplin 3 mètres – Hommes, Dames et équipes mixtes

Groupes d'âges	Messieurs	Dames	Equipes mixtes
50 – 99	2* +2	2* +2	2* +2
100+	2* +2	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.

**5.1.3.2 Plongeon synchronisé Haut Vol – Hommes, Dames et équipes mixtes**

Groupes d'âges	Messieurs	Dames	Equipes mixtes
50 – 99	2* +2	2* +2	2* +2
100+	2* +2	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.

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

**5.1.3.4** 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 plateforme de 10m 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.

**5.2 Règles techniques du plongeon des maîtres**

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

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*).

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

**5.2.3** 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.

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





## Annexe 1 : Coefficients de difficulté – Formules et composants pour les plongeurs du tremplin

### Plongeurs du tremplin

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

#### 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			
	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Av.	Arr.	Ren.	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 = Carpié</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 vides indiquent les plongeurs qui ne sont actuellement pas réalisables.

#### C. Vrilles

Groupes	½ Vrille ½ - 1 Pér.	½ Vrille 1½ - 2 Pér.	½ Vrille 2½ Pér.	½ Vrille 3 - 3½ Pér.	1 Vrille	1½ Vrilles ½ - 2 Pér.	1½ Vrilles 2½ - 3½ Pér.	2 Vrilles	2½ Vrilles ½ - 2 Pér.	2½ Vrilles 2½ - 3½ Pér.	3 Vrilles	3½ Vrilles	4 Vrilles	4½ Vrilles
	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Av.	Arr.
<b>Av.</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>Ren.</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 Pér.	Avant 4 - 4½ Pér.	Arrière ½ - 3 Pér.	Arrière 3½ - 4½ Pér.	Renversé ½ - 3 Pér.	Renversé 3½ - 4½ Pér.	Retourné ½ - 1 Pér.	Retourné 1½ - 4½ 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 Pér.	1 Pér.	1½ Pér.	2 Pér.	2½ Pér.	3 Pér.	3½ Pér.	4 Pér.	4½ Pér.
<b>Avant / Retourné</b>	-	0,1	-	0,2	-	0,2	-	0,2	-
<b>Arrière / Renversé</b>	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 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	Pos.	Haut.	A	B	C	D	E	CD
207	B	3	2,8	0,3	0	0,4	0,4	<b>3,9</b>
207	C	3	2,8	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	Pos.	Haut.	A	B	C	D	E	CD
309	B	3	3,5	0,5	0	0,3	0,4	<b>4,7</b>
309	C	3	3,5	0,2	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>



## Annexe 2 : Coefficients de difficulté des plongeurs du tremplin

## Table des coefficients de difficulté des plongeurs aux tremplins

Le signe moins (-) indique que le plongeur est impossible

Les cases vides indiquent un plongeur dont le coefficient n'a pas été calculé

PLONGEURS EN AVANT		1 MÈTRE				3 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D
101	Plongeon ordinaire avant	1,4	1,3	1,2	-	1,6	1,5	1,4	-
102	Saut périlleux avant	1,6	1,5	1,4	-	1,7	1,6	1,5	-
103	Saut périlleux et demi avant	2,0	1,7	1,6	-	1,9	1,6	1,5	-
104	Double saut périlleux avant	2,6	2,3	2,2	-	2,4	2,1	2,0	-
105	Double saut périlleux et demi avant	-	2,6	2,4	-	2,8	2,4	2,2	-
106	Triple saut périlleux avant	-	3,2	2,9	-	2,8	2,5	-	-
107	Triple saut périlleux et demi avant	-	3,3	3,0	-	3,1	2,8	-	-
108	Quadruple saut périlleux	-	-	4,0	-	3,8	3,4	-	-
109	Quadruple saut périlleux et demi avant	-	-	4,3	-	4,2	3,8	-	-
112	Saut périlleux et demi avant pris au vol	-	1,7	1,6	-	-	1,8	1,7	-
113	Saut périlleux et demi avant pris au vol	-	1,9	1,8	-	-	1,8	1,7	-
115	Double saut pér. et demi avant pris au vol	-	-	-	-	2,7	2,5	-	-

PLONGEUR EN ARRIÈRE		1 MÈTRE				3 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D
201	Plongeon ordinaire arrière	1,7	1,6	1,5	-	1,9	1,8	1,7	-
202	Saut périlleux arrière	1,7	1,6	1,5	-	1,8	1,7	1,6	-
203	Saut périlleux et demi arrière	2,5	2,3	2,0	-	2,4	2,2	1,9	-
204	Double saut périlleux arrière	-	2,5	2,2	-	2,5	2,3	2,0	-
205	Double saut périlleux et demi arrière	-	3,2	3,0	-	3,0	2,8	-	-
206	Triple saut périlleux arrière	-	3,2	2,9	-	2,8	2,5	-	-
207	Triple saut périlleux et demi arrière	-	-	-	-	3,9	3,6	-	-
208	Quadruple saut périlleux arrière	-	-	-	-	3,7	3,4	-	-
209	Quadruple saut périlleux et demi arrière	-	-	-	-	4,7	4,4	-	-
212	Saut périlleux arrière pris au vol	-	1,7	1,6	-	-	1,8	1,7	-
213	Saut périlleux et demi arrière pris au vol	-	-	-	-	2,4	2,1	-	-
215	Double saut pér. et demi arrière pris au vol	-	-	-	-	3,3	3,1	-	-

PLONGEURS RENVERSÉS		1 MÈTRE				3 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D
301	Plongeon renversé	1,8	1,7	1,6	-	2,0	1,9	1,8	-
302	Saut périlleux renversé	1,8	1,7	1,6	-	1,9	1,8	1,7	-
303	Saut périlleux et demi renversé	2,7	2,4	2,1	-	2,6	2,3	2,0	-
304	Double saut périlleux renversé	2,9	2,6	2,3	-	2,7	2,4	2,1	-
305	Double saut périlleux et demi renversé	-	3,2	3,0	-	3,4	3,0	2,8	-
306	Triple saut périlleux renversé	-	3,3	3,0	-	2,9	2,6	-	-
307	Triple saut périlleux et demi renversé	-	-	-	-	3,8	3,5	-	-
308	Quadruple saut périlleux renversé	-	-	-	-	3,7	3,4	-	-
309	Quadruple saut périlleux et demi renversé	-	-	-	-	4,7	4,4	-	-
312	Saut périlleux renversé pris au vol	-	1,8	1,7	-	-	1,9	1,8	-
313	Saut périlleux et demi renversé pris au vol	-	2,6	2,3	-	2,5	2,2	-	-

PLONGEURS RETOURNÉS		1 MÈTRE				3 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D
401	Plongeon retourné	1,8	1,5	1,4	-	1,7	1,4	1,3	-
402	Saut périlleux retourné	2,0	1,7	1,6	-	1,8	1,5	1,4	-
403	Saut périlleux et demi retourné	-	2,4	2,2	-	2,1	1,9	-	-
404	Double saut périlleux retourné	-	3,0	2,8	-	2,6	2,4	-	-
405	Double saut périlleux et demi retourné	-	3,4	3,1	-	3,0	2,7	-	-
407	Triple saut périlleux et demi retourné	-	-	-	-	3,7	3,4	-	-
409	Quadruple saut périlleux et demi retourné	-	-	-	-	4,6	4,2	-	-
412	Saut périlleux retourné pris au vol	-	2,1	2,0	-	-	1,9	1,8	-
413	Saut périlleux et demi retourné pris au vol	-	2,9	2,7	-	2,6	2,4	-	-

PLONGEURS AVEC VRILLES		1 MÈTRE				3 MÈTRES			
		A	B	C	D	A	B	C	D
5111	Plongeon avant avec ½ vrille	1,8	1,7	1,6	-	2,0	1,9	1,8	-
5112	Plongeon avant avec 1 vrille	2,0	1,9	-	-	2,2	2,1	-	-
5121	Saut périlleux avant avec ½ vrille	-	-	-	1,7	-	-	-	1,8
5122	Saut périlleux avant avec 1 vrille	-	-	-	1,9	-	-	-	2,0
5124	Saut périlleux avant avec 2 vrilles	-	-	-	2,3	-	-	-	2,4
5126	Saut périlleux avant avec 3 vrilles	-	-	-	2,8	-	-	-	2,9
5131	Saut pér. et demi avant avec ½ vrille	-	-	-	2,0	-	-	-	1,9
5132	Saut périlleux et demi avant avec 1 vrille	-	-	-	2,2	-	-	-	2,1
5134	Saut périlleux et demi avant avec 2 vrilles	-	-	-	2,6	-	-	-	2,5
5136	Saut périlleux et demi avant avec 3 vrilles	-	-	-	3,1	-	-	-	3,0
5138	Saut périlleux et demi avant avec 4 vrilles	-	-	-	3,5	-	-	-	3,4
5151	Double saut pér. et demi avant avec ½ vrille	-	3,0	2,8	-	-	2,8	2,6	-
5152	Double saut pér. et demi avant avec 1 vrille	-	3,2	3,0	-	-	3,0	2,8	-
5154	Double saut pér. et demi avant avec 2 vrilles	-	3,6	3,4	-	-	3,4	3,2	-
5156	Double saut pér. et demi avant avec 3 vrilles	-	-	-	-	-	3,9	3,7	-
5172	Triple saut pér. et demi avant avec 1 vrille	-	-	-	-	-	3,7	3,4	-
		A	B	C	D	A	B	C	D
5211	Plongeon arrière avec ½ vrille	1,8	1,7	1,6	-	2,0	1,9	1,8	-
5212	Plongeon arrière avec 1 vrille	2,0	-	-	-	2,2	-	-	-
5221	Saut périlleux arrière avec ½ vrille	-	-	-	1,7	-	-	-	1,8
5222	Saut périlleux arrière avec 1 vrille	-	-	-	1,9	-	-	-	2,0
5223	Saut périlleux arrière avec 1 vrille et demie	-	-	-	2,3	-	-	-	2,4
5225	Saut périlleux arrière avec 2 vrilles et demie	-	-	-	2,7	-	-	-	2,8
5227	Saut périlleux arrière avec 3 vrilles et demie	-	-	-	3,2	-	-	-	3,3
5231	Saut périlleux et demi arrière avec ½ vrille	-	-	-	2,1	-	-	-	2,0
5233	Saut pér. et demi arrière avec 1 vr. et demie	-	-	-	2,5	-	-	-	2,4
5235	Saut pér. et demi arrière avec 2 vr. et demie	-	-	-	2,9	-	-	-	2,8
5237	Saut pér. et demi arrière avec 3 vr. et demie	-	-	-	-	-	-	-	3,3
5239	Saut pér. et demi arrière avec 4 vr. et demie	-	-	-	-	-	-	-	3,7
5251	Double saut pér. et demi arrière avec ½ vrille	-	2,9	2,7	-	-	2,7	2,5	-
5253	Dble saut pér. et demi arr. avec 1 vr. et demie	-	-	-	-	-	3,4	3,2	-
5255	Dble saut pér. et demi arr. avec 2 vr. et demie	-	-	-	-	-	3,8	3,6	-
		A	B	C	D	A	B	C	D
5311	Plongeon renversé avec ½ vrille	1,9	1,8	1,7	-	2,1	2,0	1,9	-
5312	Plongeon renversé avec 1 vrille	2,1	-	-	-	2,3	-	-	-
5321	Saut périlleux renversé avec ½ vrille	-	-	-	1,8	-	-	-	1,9
5322	Saut périlleux renversé avec 1 vrille	-	-	-	2,0	-	-	-	2,1
5323	Saut périlleux renversé avec 1 vrille et demie	-	-	-	2,4	-	-	-	2,5
5325	Saut périlleux renversé avec 2 vrilles et demie	-	-	-	2,8	-	-	-	2,9
5331	Saut périlleux et demi renversé avec ½ vrille	-	-	-	2,2	-	-	-	2,1
5333	Saut pér. et demi renversé avec 1 vr. et demie	-	-	-	2,6	-	-	-	2,5
5335	Saut pér. et demi renversé avec 2 vr. et demie	-	-	-	3,0	-	-	-	2,9
5337	Saut pér. et demi renversé avec 3 vr. et demie	-	-	-	3,6	-	-	-	3,5
5339	Saut pér. et demi renversé avec 4 vr. et demie	-	-	-	-	-	-	-	3,8
5351	Dble saut pér. et demi renversé avec ½ vrille	-	2,9	2,7	-	-	2,7	2,5	-
5353	Dble saut pér. et demi renv. avec 1 vr. et demie	-	3,5	3,3	-	-	3,3	3,1	-
5355	Dble saut pér. et demi renv. avec 2 vr. et demie	-	3,9	3,7	-	-	3,7	3,5	-
5371	Tple saut pér. et demi renversé avec ½ vrille	-	-	-	-	-	3,4	3,1	-
5373	Tple saut pér. et demi renv. avec 1 vr. et demie	-	-	-	-	-	-	3,7	-
5375	Tple saut pér. et demi renv. avec 2 vr. et demie	-	-	-	-	-	-	4,1	-
		A	B	C	D	A	B	C	D
5411	Plongeon retourné avec ½ vrille	2,0	1,7	1,6	-	1,9	1,6	1,5	-
5412	Plongeon retourné avec 1 vrille	2,2	1,9	1,8	-	2,1	1,8	1,7	-
5421	Saut périlleux retourné avec ½ vrille	-	-	-	1,9	-	-	-	1,7
5422	Saut périlleux retourné avec 1 vrille	-	-	-	2,1	-	-	-	1,9
5432	Saut périlleux et demi retourné avec 1 vrille	-	-	-	2,7	-	-	-	2,4
5434	Saut périlleux et demi retourné avec 2 vrilles	-	-	-	3,1	-	-	-	2,8
5436	Saut périlleux et demi retourné avec 3 vrilles	-	-	-	-	-	-	-	3,5



## Annexe 3 : Coefficients de difficulté – Formules et composants pour les plongeurs de Haut-vol

### Plongeurs de haut-vol

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

#### A. Sauts-périlleux

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 Sauts-périlleux					5½ Sauts- périlleux
	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Equi.	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Equi.	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Equi.	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Equi.	Av.	Arr.	Ren.	Ret.	Equi.	Av.
C = Groupé	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 = Carpié	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	-
A = Droit	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	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D = Libre	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	-	-	-	-	-	-	-	-
E = Au vol	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 vides indiquent les plongeurs qui ne sont actuellement pas réalisables.

#### C. Vrilles

Groupes	½	½	½	½	1	1½	1½	2	2½	2½	3	3½	3½	4	4½	4½
	Vrille ½ - 1 Pér.	Vrille 1½ - 2 Pér.	Vrille 2½ Pér.	Vrille 3 - 3½ Pér.	Vrille 1 Pér.	Vrilles ½ - 2 Pér.	Vrilles 2½ - 3½ Pér.	Vrilles 2 Pér.	Vrilles ½ - 2 Pér.	Vrilles 2½ - 3½ Pér.	Vrilles 3 Pér.	Vrilles 3½ ½ - 2 Pér.	Vrilles 3½ 2½ - 3½ Pér.	Vrilles 4 Pér.	Vrilles 4½ ½ - 2 Pér.	Vrilles 4½ 2½ - 3½ 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 ½ saut-périlleux et des vrilles, ne peuvent être exécutés qu'en position A, B ou C
- (2) Les plongeurs avec 1 ou 1 ½ 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.
- (4) Les plongeurs en équilibre avec 1, 1 ½ 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 ½ sauts-périlleux ou plus et des vrilles, ne peuvent être exécutés qu'en position B ou C.

#### D. Plongeurs Avant, Arrière, Renversés, 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.	Renversé ½ - 2 Saut-Pér.	Renversé 2½ - 3 Saut-Pér.	Renversé 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. 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 renversé 0 - ½ Saut-Pér.	Equilibre renversé 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 Pér.	1 Pér.	1½ Pér.	2 Pér.	2½ Pér.	3 Pér.	3½ Pér.	4 Pér.	4½ Pér.	5½ Pér.
Avant / Retourné	-	0,1	-	0,2	-	0,2	-	0,0	-	-
Arrière / Renversé	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

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>



## Annexe 4 : Coefficients de difficulté des plongeurs de haut-vol

PLONGEURS EN AVANT	10 MÈTRES				7,5 MÈTRES				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	-	4,1	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 pér. et demi avant pris au vol	-	2,6	2,4	-	-	-	2,5	-	-	-	-	-

PLONGEURS RENVERSÉS	10 MÈTRES				7,5 MÈTRES				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 AVEC VRILLES	10 MÈTRES				7,5 MÈTRES				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 Dble 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	-	-	-	-	-

	10 MÈTRES				7,5 MÈTRES				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	-	-	-	2,2	-	-	-	2,0	-	-	-
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 ½	-	-	-	2,5	-	-	-	2,4	-	-	-	2,3
5225 Saut pér. arrière avec 2 vrilles et ½	-	-	-	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 ½	-	-	-	2,4	-	-	-	2,4	-	-	-	2,5
5235 Saut pér. et demi arrière avec 2 vr. et ½	-	-	-	2,8	-	-	-	2,8	-	-	-	2,9
5237 Saut pér. et demi arrière avec 3 vr. et ½	-	-	-	3,3	-	-	-	3,3	-	-	-	3,4
5239 Saut pér. et demi arrière avec 4 vr. et ½	-	-	-	3,7	-	-	-	3,7	-	-	-	3,8
5251 Dble saut pér. et demi arr. avec ½ vrille	-	2,6	2,4	-	-	2,7	2,5	-	-	2,9	2,7	-
5253 Dble saut pér. et demi arr. avec 1 vr. et ½	-	3,2	3,0	-	-	3,3	3,1	-	-	-	-	-
5255 Dble saut pér. et demi arr. avec 2 vr. et ½	-	3,6	3,4	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5257 Tple saut pér. et demi arr. avec 2 vr. et ½	-	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 ½	-	3,8	3,5	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5275 Tple saut pér. et demi arr. avec 2 vr. et ½	-	4,2	3,9	-	-	-	-	-	-	-	-	-

	10 MÈTRES				7,5 MÈTRES				5 MÈTRES			
	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
5311 Plongeon renversé avec ½ vrille	2,1	2,0	1,9	-	2,1	2,0	1,9	-	1,9	1,8	1,7	-
5312 Plongeon renversé avec 1 vrille	2,3	-	-	-	2,3	-	-	-	2,1	-	-	-
5321 Saut périlleux renversé avec ½ vrille	-	-	-	2,0	-	-	-	1,9	-	-	-	1,8
5322 Saut périlleux renversé avec 1 vrille	-	-	-	2,2	-	-	-	2,1	-	-	-	2,0
5323 Saut périlleux renversé avec 1 vrille et ½	-	-	-	2,6	-	-	-	2,5	-	-	-	2,4
5325 Saut périlleux renversé avec 2 vrilles et ½	-	-	-	3,0	-	-	-	2,9	-	-	-	2,8
5331 Saut périlleux et demi renversé avec ½ vrille	-	-	-	2,1	-	-	-	2,1	-	-	-	2,2
5333 Saut pér. et demi renversé avec 1 vr. et ½	-	-	-	2,5	-	-	-	2,5	-	-	-	2,6
5335 Saut pér. et demi renversé avec 2 vr. et ½	-	-	-	2,9	-	-	-	2,9	-	-	-	3,0
5337 Saut pér. et demi renversé avec 3 vr. et ½	-	-	-	3,4	-	-	-	3,4	-	-	-	3,5
5339 Saut pér. et demi renversé avec 4 vr. et ½	-	-	-	3,8	-	-	-	3,8	-	-	-	-
5351 Dble saut pér. et demi renversé avec ½ vr. et ½	-	2,7	2,5	-	-	2,8	2,6	-	-	3,0	2,8	-
5353 Dble saut pér. et demi renv. avec 1 vr. et ½	-	3,3	3,1	-	-	3,4	3,2	-	-	3,4	-	-
5355 Dble saut pér. et demi renv. avec 2 vr. et ½	-	3,7	3,5	-	-	3,8	3,6	-	-	3,8	-	-
5371 Tple saut pér. et demi renversé avec ½ vrille	-	3,3	3,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5373 Tple saut pér. et demi renv. avec 1 vr. et ½	-	-	3,6	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5375 Tple saut pér. et demi renv. avec 2 vr. et ½	-	-	4,0	-	-	-	-	-	-	-	-	-

	10 MÈTRES				7,5 MÈTRES				5 MÈTRES			
	A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
5411 Plongeon retourné avec ½ vrille	1,9	1,6	1,5	-	1,9	1,6	1,5	-	2,0	1,7	1,6	-
5412 Plongeon retourné avec 1 vrille	2,1	1,8	1,7	-	2,1	1,8	1,7	-	2,2	1,9	1,8	-
5421 Saut périlleux retourné avec ½ vrille	-	-	-	1,8	-	-	-	1,7	-	-	-	1,9
5422 Saut périlleux retourné avec 1 vrille	-	-	-	2,0	-	-	-	1,9	-	-	-	2,1
5432 Saut pér. et demi retourné avec 1 vrille	-	-	-	2,3	-	-	-	2,4	-	-	-	2,7
5434 Saut pér. et demi retourné avec 2 vrilles	-	-	-	2,7	-	-	-	2,8	-	-	-	3,1
5436 Saut pér. et demi retourné avec 3 vrilles	-	-	-	3,4	-	-	-	-	-	-	-	-

PLONGEURS EN ARRIÈRE	10 MÈTRES				7,5 MÈTRES				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	-	-	3,2	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 RETOURNÉS	10 MÈTRES				7,5 MÈTRES				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	-</

## Annexe 5 : Disposition des installations de plongeon

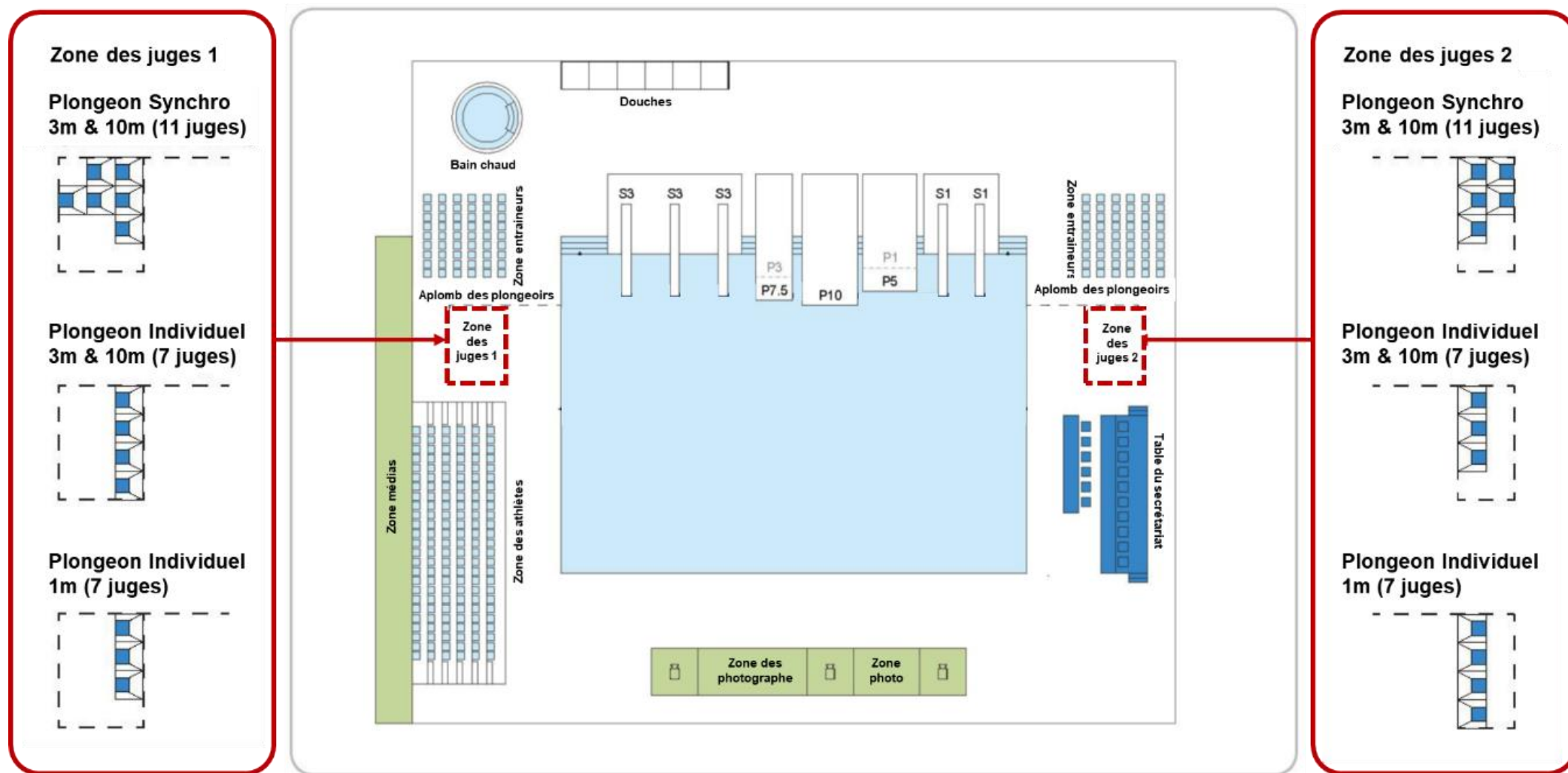


Diagramme simplifié issu du règlement des infrastructures de plongeon IV.13.5.3 – Appendix 3