

Épreuve pratique

Parcours continu d'une distance de 200 mètres durant lequel le candidat nage, franchit des obstacles, puis recherche et remorque un objet lesté ou un mannequin en un temps imparti.

Nature des obstacles :

- vertical par rapport à la surface afin d'imposer une immersion d'environ 1 mètre de profondeur ;
- horizontal imposant un déplacement subaquatique d'au moins 2 mètres.

Des objets lestés et un mannequin enfant sont placés entre 1,50 et 2 mètres de profondeur et à 5 mètres environ du bord.

Lors du dernier 25 mètres et après une nage d'approche de 5 mètres, le candidat doit aller chercher l'objet immergé de son choix (objet lesté ou mannequin enfant) et le ramener sur les 20 mètres restant.

Au cours de l'échauffement, le candidat choisit parmi quatre parcours de difficulté croissante selon la nature et le nombre des obstacles à franchir durant les 7 premiers 25 mètres et selon la nature de l'objet remorqué durant le dernier 25 mètres.

Parcours Vert : 5 obstacles d'une seule nature + recherche et remorquage de l'objet lesté.

Parcours Bleu : 5 obstacles verticaux et horizontaux + recherche et remorquage de l'objet lesté.

Parcours Rouge : 7 obstacles verticaux et horizontaux + recherche et remorquage de l'objet lesté.

Parcours Noir : 7 obstacles verticaux et horizontaux + recherche et remorquage du mannequin.

Le candidat communique le choix de son parcours avant le début

de l'épreuve et prévoit l'organisation du franchissement des obstacles et leur répartition au cours des 200 mètres.

Avant le départ, il annonce au jury son projet d'organisation de franchissement des obstacles : il détaille quel(s) obstacle(s) (horizontal et/ou vertical) il franchit sur chacun des 7 premiers 25 mètres du parcours dans le respect de la couleur de son parcours. Il doit recouper la surface de l'eau entre chaque obstacle (pas d'enchaînement sous l'eau de deux obstacles).

Le temps maximum imparti pour réaliser les 200 mètres du parcours : 5 minutes 45 pour les garçons et 6 minutes 15 secondes pour les filles.

Tout candidat qui dépasse le temps imparti est arrêté. Tout contact ou réchappe d'un obstacle est pénalisé.

La qualité du remorquage et la conformité au projet de parcours sont également prises en compte.

Points à affecter	Éléments à évaluer	
8 points	<p>Parcours réalisé La difficulté est validée si la nature et le nombre des obstacles sont respectés : sinon le parcours sera déclassé d'une difficulté inférieure. Chaque contact est pénalisé de -0,5 point ; Chaque réchappe est pénalisée de -1 point ;</p>	<p>Parcours non terminé ou temps imparti dépassé : 0 point Parcours Vert : 2 points Parcours Bleu : 4 points Parcours Rouge : 6 points Parcours Noir : 8 points</p>

Points à affecter	Éléments à évaluer			
2 points	Qualité du remorquage	Objet ou mannequin non remonté à la surface ou transport le plus souvent sous l'eau : 0 point	Objet ou mannequin remonté à la surface, le plus souvent hors de l'eau lors du remorquage : 1 point	Objet ou mannequin remonté à la surface, toujours hors de l'eau lors du remorquage : 2 points
2 points	Conformité au projet annoncé	Le parcours réalisé diffère du projet annoncé de plus d'un obstacle : 0 point	Le parcours réalisé diffère du projet annoncé d'un obstacle : 1 point	Le parcours réalisé est strictement conforme au projet annoncé dans l'enchaînement du nombre d'obstacles et leur nature : 2 points