

Výtah z pravidel paraplavání WPS - informační karta pro rozhodčí

Start		Volný způsob	
11.1.5	Předčasný start	11.2.2	Nedotkl se stěny při obrátce nebo v cíli
DNS	Nanastoupil	11.2.3	Plaval více než 15m pod hladinou
		11.2.4	Chůze po dně nebo odraz od dna
Závod		Prsa	
11.8.2	Nedokončil závod	11.4.1	Více delfínových kopů po startu/obráтке
11.8.3	Neplaval ve své dráze (netýká se S11-13)	11.4.1	Hlava neprotrnula hladinu (po startu)
11.8.2	Obrátka bez dotyku na stěnu	11.4.4	Hlava neprotrnula hladinu (v průběhu)
11.8.4	Postavil se na dno (kromě VZ)	11.4.2	Přetočení z polohy na prsa
11.8.5	Tahání za lajnu	11.4.2	Porušení rozfázování tempa (záběr/kop)
11.7.10	Chybná předávka štafetového úseku	11.4.2	Nesoučasné pohyby paží
11.8.13	Vedení závodníka	11.4.3	Paže překročily úroveň kyčlí
11.7.5.1	Nedodržení pořadí závodníků ve štafetě	11.4.3	Lokty nad hladinou
		11.4.4	Nesoučasné pohyby nohou
		11.4.5	Nevytočená chodidla
		11.4.5	Delfínový kop
		11.4.6	Nesoučasný dohmat, dohmat jednou rukou, dohmat neoddělenými rukama
Polohový závod		Znak	
11.6.1	Znak, prsa nebo motýlek plavaný v kraulovém úseku	11.3.2	Porušení znakové polohy
11.6.1	Nesprávné pořadí způsobů	11.3.3	Úplné ponoření v průběhu závodu
11.6.4	Nedokončení úseku v souladu s daným plaveckým způsobem	11.3.4	Odraz na břicho po obrátce
11.6.2	Nesprávné pořadí způsobů v polohové štafetě	11.3.6	Dohmat na břicho v cíli
11.6.3	Přetočení na záda při kraulu		
		Motýlek	
		11.5.1	Přetočení z polohy na břicho
		11.5.2	Nesoučasné pohyby nohou
		11.5.3	Prsový kop
		11.5.2	Paže nejsou přenášeny nad hladinou
		11.5.4	Nesoučasný dohmat, dohmat jednou rukou, dohmat neoddělenými rukama
		11.5.5	Plavání pod hladinou

FAQ k pravidlům paraplování

Start

- Ručník na bloku** Plavci mohou mít na bloku jednu vrstvu ručníku.
- Asistent na startu** Plavci, kteří mají ve výjimkách "A" mohou mít na startu asistenta.
- Způsoby startu** Plavci mohou startovat z bloku, vedle bloku, ze sedu či z vody.
Za nohy mohou startovat plavci S1-3.
- Vstup do vody** Plavci, kteří vstupují do vody stranou (z boku bazénu), vstupují do vody na krátké hvizdy rozhodčího.

Motýlek

- Prsový dohmat na motýlka** Plavci, kteří nepoužívají nohy, mohou udělat poslední záběr před dohmatem a obrátkou prsový (pokud jim to tak vyjde).
- Nesoučasný záběr při motýlku** Plavci, kteří se neodrážejí nohama od stěny mohou po startu a obrátce udělat jeden nesouměrný záběr, aby se srovnali (kraulový/prsový...).
- Náraz do lajny** Pokud plavec narazí rukou do lajny a z toho důvodu nepřenese ruku nad hladinou, nejedná se o porušení pravidel nesoučasného záběru.

Znak

- Znaková obrátka bez kotoulu** Plavci, kteří nedělají kotoulovou obrátku se mohou před dotykem stěny obrátit na břicho a následně dotknout stěny. Na břicho nesmí dělat záběry.
- Znak soupaž** Plavci mohou plavat soupaž (oběma rukama současně).
- Znak pod vodou** Plavci třídy S1-5 musí při každém záběrovém cyklu protnout hladinu (mohou se kompletně potopit).
- Držení se na startu** Plavci, kteří se nemohou držet madla, se mohou přidržovat stěny bazénu.

Prsa

- Kraulový záběr při prsou** Plavci, kteří se neodrážejí nohama mohou po startu a obrátce udělat jeden kraulový záběr, aby se srovnali.

Polohový závod

- Kraul v polohovce 75 a 150m** Za kraul v polohovém závodě tříd SM1-4 je považováno cokoli, co není znak nebo prsa. Polohový závod 75m a 150m se plave v pořadí Znak-Prsa-Kraul.

Štafeta

- Vylézání při štafetě** Plavci mohou po doplávání svého úseku zůstat ve vodě, ale nesmí překážet ostatním.