



Précision du Bureau exécutif de la FINA en date du 14 mars 2012

Version originale

SW 7 Breaststroke

Last Updated on Wed, 14 Mar 2012

SW 7.1 After the start and after each turn, the swimmer may take one arm stroke completely back to the legs during which the swimmer may be submerged. A single butterfly kick is permitted during the first arm stroke, followed by a breaststroke kick.

Interpretation:

The first arm stroke begins with the separation of the hands.

SW 7.2 From the beginning of the first arm stroke after the start and after each turn, the body shall be on the breast. It is not permitted to roll onto the back at any time. From the start and throughout the race the stroke cycle must be one arm stroke and one leg kick in that order. All movements of the arms shall be simultaneous and on the same horizontal plane without alternating movement.

Interpretation:

A pause after the separation of the hands is not a violation of the rule.

Version française

SW 7 Brasse

Dernière mise à jour du mercredi 14 mars 2012

SW 7.1 Après le départ et après chaque virage, le nageur peut faire un mouvement de bras se prolongeant jusqu'aux jambes pendant lequel le nageur peut être submergé. Un seul coup de pieds de papillon est autorisé pendant la première traction de bras, suivie par le mouvement de jambes de brasse.

Interprétation:

La première traction de bras commence avec la séparation des mains.

SW 7.2 A partir du début de la première traction de bras après le départ et après chaque virage, le corps doit être sur la poitrine. Il n'est pas permis de se tourner sur le dos à aucun moment. Dès le départ et tout au long de la course, le cycle des mouvements doit comporter un mouvement de bras et un mouvement de jambes dans cet ordre. Tous les mouvements des bras doivent être simultanés et dans le même plan horizontal sans mouvement alterné.

Interprétation:

Une pause après la séparation des mains n'est pas une violation de la règle.

Commentaires

Un nageur peut donc effectuer son ondulation à n'importe quel moment de la première traction de bras : au début, au milieu ou à la fin.

La première traction de bras commence dès que les mains se séparent, mais elles peuvent faire une pause pendant l'ondulation, à condition de ne pas être ramenées vers l'avant pour effectuer une seconde traction de bras.