

Juges de virages

Nom et prénom: _____

Pour certaines questions plusieurs réponses peuvent être justes. Il est même possible que toutes les réponses ci-après soient à cocher comme valables.

1. Lesquelles des règles un juge de virage, du côté virage et du côté arrivée, doit-il absolument observer?
 - a. Quand le nageur arrive au virage, il se met suffisamment tôt en position, de façon à pouvoir observer le nageur 5m avant le virage jusqu'à sa remontée après le virage.
 - b. Il doit s'asseoir sur une chaise après chaque virage.
 - c. Il contrôle si le nageur respecte au virage la règle de la nage correspondante.
 - d. Durant la course, il n'a pas le droit de discuter avec les juges de virages à sa gauche et à sa droite.
 - e. Il contrôle les prises de relais.

2. Lesquelles des dispositions suivantes sont indiquées lors du toucher à l'arrivée ?
 - a. En brasse, il n'est pas nécessaire que les coudes soient sous l'eau en touchant à l'arrivée.
 - b. En dauphin, on doit toucher le mur sous l'eau.
 - c. En nage libre, le toucher à l'arrivée doit s'effectuer avec une main.
 - d. En dos, le toucher à l'arrivée doit s'effectuer en position dorsale.
 - e. En brasse, le toucher à l'arrivée doit s'effectuer simultanément avec les deux mains séparées.

3. Lesquelles des dispositions doivent être appliquées en dauphin après le virage en quittant le mur?
 - a. Le nageur peut au maximum nager 15m sous l'eau en effectuant autant de battements qu'il désire.
 - b. Après le virage, le nageur est autorisé à effectuer des battements en position dorsale.
 - c. Dès le début de sa première traction des bras, le nageur doit nager en position ventrale.
 - d. Après le virage, seuls des mouvements simultanés des jambes sont autorisés sous l'eau.

4. Lesquelles des dispositions sont valables en dauphin après le virage en quittant le mur?
 - a. Des battements sous l'eau en position latérale sont autorisés.
 - b. Des battements sous l'eau en position latérale ne sont pas autorisés.
 - c. Les deux bras doivent être amenés de manière simultanée au-dessus de l'eau ou visiblement à la surface de l'eau.
 - d. Dès la première traction des bras, le corps doit se trouver en position ventrale.

5. Dans quelle position doit se trouver un nageur de dos lorsque ses pieds ont quitté le mur après un virage?
 - a. Il doit être retourné en position dorsale.
 - b. Il doit être retourné en position dorsale avant la première traction des bras.

6. Lors du virage d'une course en dos, un nageur se tourne en position ventrale, effectue des battements de jambes et effectue ensuite une traction de bras pour entamer un virage culbute. Quel est le comportement du juge de virage ?
 - a. Il ne fait rien, car rien n'est contraire au règlement.
 - b. Il annonce son observation au juge de virage en chef.
 - c. Il remplit une fiche de communication et la fait parvenir au juge-arbitre.

7. Lesquelles des dispositions suivantes sont valables pour le virage dos ?
 - a. Pour le virage, les épaules peuvent être tournées par la verticale en position ventrale.
 - b. Après avoir basculé en position ventrale, le nageur peut effectuer une traction des bras simple ou double durant son virage continu.
 - c. En effectuant le virage, le nageur doit toucher le mur avec n'importe quelle partie de son corps.
 - d. Après avoir basculé en position ventrale, le nageur ne peut effectuer des battements que pendant la traction des bras.
 - e. Il n'y a pas de dispositions dans le règlement qui précisent à quel moment les battements sont autorisés en position ventrale.

8. Un nageur de dos est complètement immergé lors du toucher à l'arrivée. Est-ce permis ?
 - a. Oui.
 - b. Non.

-
9. Lors du virage en brasse un mouvement actif des jambes de dauphin est-il permis ?
- a. Non.
 - b. Oui; l'exécution d'un unique battement dauphin avant le début du battement brasse est autorisée.
 - c. Oui, mais seulement après le virage et non pas après le départ.
10. Lesquelles des dispositions suivantes sont valables pour le départ et les virages en brasse?
- a. Dès le début de la première traction des bras, le nageur doit se trouver en position ventrale.
 - b. L'exécution d'un seul cycle de mouvements complet, en immersion totale, en poussant les mains en arrière en allongeant les bras, est autorisée.
 - c. Quatre mouvements alternés des jambes sont autorisés après le virage pendant le cycle d'immersion totale du corps.
11. Lors d'une course de 800m libre, le nageur touche le mur avec sa tête au 4^e virage. Que faites-vous?
- a. Le juge de virage annonce la faute au chef des juges de virage.
 - b. Le toucher du mur avec la tête en nage libre n'est autorisé que dans les catégories Jeunesse 4 et plus jeunes.
 - c. Le juge de virage ne réagit pas.
12. Les règles de la FINA prescrivent que lors du virage en nage libre, le mur sera touché comme suit (une seule réponse valable) ?
- a. Avec une main.
 - b. Avec une main ou avec les pieds.
 - c. Avec n'importe quelle partie du corps.
13. Qu'est-ce qui est juste lors d'une prise de relais ?
- a. Le nageur en partance ne doit pas bouger, ceci aussi longtemps que le nageur arrivant n'a pas touché le mur.
 - b. Le nageur en partance doit encore être en contact avec le plot de départ lorsque le nageur arrivant touche le mur.
14. Quel est l'ordre des styles de nage dans une course de relais 4 x 100 m 4-nages ?
- a. Nage libre – dos – dauphin – brasse.
 - b. Dauphin – nage libre – dos – brasse.
 - c. Dos – brasse – dauphin – nage libre.
 - d. Dauphin – dos – brasse – nage libre.
15. Quelle est la tâche des juges de virage, côté départ, lors des épreuves de relais?
- a. Ils contrôlent les prises de relais.
 - b. Ils contrôlent toujours si les relais nagent dans la composition annoncée.
 - c. Ils font en sorte à ce que les nageurs arrivés quittent à temps le bassin depuis les côtés sans gêner d'autres nageurs.