



Évaluation technique niveau 2 – Handicap physique Évaluation typique des styles de nage, virages et départs

L'évaluation physique peut varier afin de répondre aux besoins du nageur : distance ou compétences physiques additionnelles.

Échauffement : Le nageur s'échauffe pendant 100 m à 200 m, selon le nageur.

Évaluation : Sécurité aquatique et compétences de base

- Poussée du mur et glissement sur la poitrine
- Poussée du mur et glissement sur le dos
- Flottabilité sur la poitrine – Sans pousser du mur ou du fond de la piscine – assez longtemps pour voir une bonne flottabilité et avoir une image représentative
- Flottabilité sur le dos – Sans pousser du mur ou du fond de la piscine – assez longtemps pour voir une bonne flottabilité et avoir une image représentative
- Flottabilité sur le dos vers la poitrine – mouvement lent et contrôlé
- Flottabilité sur la poitrine vers le dos – mouvement lent et contrôlé
- Nager 50 m ; style au choix

Évaluation : Départs/virages/styles

Niveau 2

- Départ de compétition – 75 m libre – observer le virage
- 45 m battement de jambes au crawl – sans pousser du mur ou du fond de la piscine
- Départ au dos – à 75 m dos – observer le virage
- 45 m battement de jambes au dos – sans pousser du mur ou du fond de la piscine
- 75 m brasse en partant du mur – observer le virage
- Répéter la brasse à un bras si le nageur à besoin d'une exception au règlement pour le papillon à un bras
- 45 m battement de jambes à la brasse – sans pousser du mur ou du fond de la piscine
- 50 m papillon – d'abord avec les deux bras – 25 m normal, puis 25 m vite
- Répéter le papillon à un bras si le nageur à besoin d'une exception au règlement pour le papillon à un bras
- 45 m battement de jambes papillon – sans pousser du mur ou du fond de la piscine

6x50 m rythmés pour les nageurs ayant un handicap neurologique

Godille, comme déterminée par le classificateur

- Sur la poitrine :
 - Position allongée, les bras étendus au-dessus de la tête
 - Position allongée, bras pliés en position de brasse
- Sur le dos :
 - Position allongée, les bras le long du corps
 - Position allongée, les bras au-dessus de la tête