

II.31. Sauvetage



Sauvetage

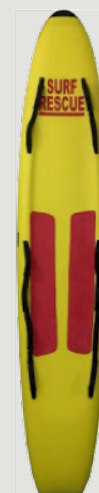
Défiche 1

Top AS N° 101 Côtier

Composition d'équipe	Collèges, Lycées & LP : Équipe de 4. Collèges, Lycées : 2F et 2G. LP : Open. Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.
Jeune Organisateur	Mise en place des équipes, gestion du matériel, et des rotations.
Jeune Juge	Veille au bon déroulement de l'épreuve. Fait respecter l'ordre des nages. Chronomètre et annonce du temps restant.
Jeune Coach - Jeune Capitaine	Conseille l'équipe et chaque concurrent, les motive.
Jeune Reporter	Pour restituer les résultats, une photo. (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.
Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 101	Distance parcourue en 30'. En mètre pour la remontée du chiffre clé Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

Dispositif Sauvetage côtier

- **30'**.
- Lac, mer, océan.
- Une ou des paire(s) de palmes.
- Un Paddleboard.
- Deux bouées.



Le parcours de nage doit faire 100 m. La disposition est libre :

Exemple (il existe d'autres possibilités de disposition) :

- 40 m à l'opposé du bord + 20 m en traversée + 40 m en direction du bord.
- Ou 20 m à l'opposé du bord + 60 m traversée + 20 m en direction du bord.

(Ici la distance pour atteindre les plots sera plus longue, elle ne compte pas pour le relais).

Illustration

Le sens du circuit est libre, en fonction du courant.

Les plots ▲ et ▲ sont situés à 5 m du bord.



Déroulement

En **30'**, l'équipe réalise le plus de distance possible en respectant l'ordre suivant :

- Le premier relayeur au plot de départ. 
- Au déclenchement du chronomètre, il effectue un aller-retour en courant d'un plot à un autre (voir illustration) en touchant à chaque fois les plots. 
- Il enfile ses palmes au plot et nage selon le parcours établi en contournant les deux bouées. 
- il déchausse les palmes, vient toucher le plot noir. 
- noir puis court vers le plot bleu pour récupérer le Paddleboard.
- Il évolue dans l'eau avec le Paddleboard selon le parcours établi en contournant les deux bouées. 
- Arrivé sur la plage, il dépose le Paddleboard, touche le plot noir,  et court pour aller toucher le plot bleu pour donner le relais. 

Distance totale pour un relayeur

25 m + 25 m + 100 m + 25 m + 100 m + 25 m = **300 m.**

Veillez à respecter l'ordre des relais.

L'équipe doit gérer seule son matériel, palmes et Paddleboard.

À la fin de chaque relais, la planche se trouve au niveau du plot noir. 

Un des relayeurs doit alors la remettre au bon endroit, au plot bleu. 

Sauvetage

Défiche 2

Top AS N° 102

Eau Plate

Composition d'équipe

Collèges, Lycées & LP : Équipe de 4.
Collèges, Lycées : 2F et 2G.
LP : Open.
Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.

Jeune Organisateur

Mise en place des équipes, gestion du matériel, et des rotations

Jeune Juge

Veille au bon déroulement de l'épreuve.
Fait respecter l'ordre des nages.
Chronomètre et annonce du temps restant.

Jeune Coach / Jeune Capitaine

Conseille l'équipe et chaque concurrent, les motive.

Jeune Reporter

Pour restituer les résultats, une photo.
(groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 102

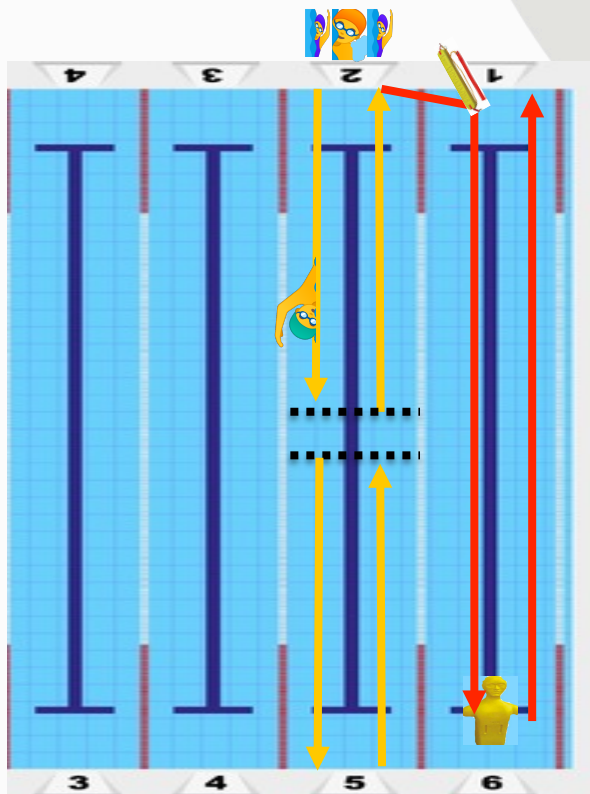
Distance parcourue en **10'**.
En mètre pour la remontée du chiffre clé.
Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

Dispositif sauvetage eau plate

- **10'**.
- Un bassin de 25 m.
- 2 lignes d'eau par équipe de 4.
- Des paires de palmes.
- Un mannequin.
- Une bouée tube.



Illustration



Déroulement

En **10'**, l'équipe réalise le plus de distance possible en respectant l'ordre suivant :

- Relayeur 1 au plot (2) de départ avec palmes.
- Au déclenchement du chronomètre, départ plongé ou dans l'eau.
- Nage 12 m, passe sous un obstacle d'1 m symbolisé par deux lignes d'eau placées à la moitié du bassin, puis nage 12 m.
- Touche le mur puis retour selon le même trajet.
- Touche le mur (flèches orange pour ce 50 m)
- Passe sous la ligne d'eau
- Récupère la bouée tube au plot 1 et fait 25 m.
- Clipse la bouée tube au mannequin et ramène le mannequin. (Flèches rouge pour ce 2^{ème} 50 m).

Dès que le mur est touché, le relayeur 2 part et exécute le même parcours.

Idem pour les relayeurs 3 et 4 ; et on recommence jusqu'à la fin des 10'.

Le relais est donné tous les 100 m en touchant le mur. Veuillez respecter l'ordre des nages du relais.

L'équipe doit gérer seul les relais, la bouée tube et le mannequin.

Il faut donc qu'un des relayeurs s'occupe de ramener le mannequin au départ en passant par le bord. Le relais se fait avec les palmes tout du long.

On peut évidemment déchausser les palmes pour ramener le mannequin.