

Avsnitt C

4 Simning

Tävlingsarrangemang

401 Tävlingsarrangemang

401.1 Tävlingsarrangören har rätt att besluta i alla frågor, som enligt reglerna inte ska beslutas av tävlingsledare eller andra funktionärer och har rätt att uppskjuta tävlingar och lämna anvisningar i linje med tävlingsreglerna.

401.2 Vid nationella mästerskapstävlingar ska minst följande funktionärer tjänstgöra:

Tävlingsledare	1
Bitr. tävlingsledare	1
Bandomare	2 kortbana/4 långbana
Starter	1
Speaker	1
Vändningskontrollantledare	2
Vändningskontrollant	1/bana och kortsida
Tävlingssekreterare	1
Call Room ansvarig	1
Tidtagarledare	1
Tidtagare	1/bana

Vid övriga sanktionerade tävlingar bör minst följande funktionärer tjänstgöra:

Tävlingsledare	1
Bitr. tävlingsledare	1
Bandomare	2
Starter	1
Speaker	1
Vändningskontrollant	1/bana och kortsida
Tävlingssekreterare	1
Tidtagarledare	1
Tidtagare	1/bana
Måldomarledare (om erforderligt)	1
Måldomare (om erforderligt)	1/varannan bana (minst)

401.2.1 Om automatisk tidtagningsutrustning saknas kan denna ersättas med tidtagarledare, 1 tidtagare per bana och 1 ytterligare tidtagare.

401.2.2. Måldomarledare och måldomare kan användas när automatisk utrustning och/eller digitala klockor inte används.

402 Funktionärer

402.1 Tävlingsledare

402.1.1 Tävlingsledaren ska ha oinskränkt kontroll och auktoritet över alla funktionärer, godkänna deras uppgifter och instruera dem avseende alla speciella omständigheter eller regler för tävlingen. Tävlingsledaren ska tillse att aktuella regelverk följs och besluta i alla frågor som berör den aktuella tävlingen eller arrangemanget, såvida det inte av gällande regelverk framgår att rätten att fatta beslut tillkommer någon annan än tävlingsledaren.

402.1.2 Tävlingsledaren kan när som helst ingripa i tävlingen för att försäkra sig om att tävlingsreglerna åtföljs och ska fatta beslut angående alla protester som rör den pågående tävlingen.

402.1.3 Vid behov ska tävlingsledaren besluta om placering där måldomare används och tre digitala klockor/bana saknas. Automatisk tidtagningsutrustning, om sådan finns tillgänglig och fungerar, ska användas enligt regel 413.

402.1.4 Tävlingsledaren ska tillse att alla nödvändiga funktionärer finns på sina respektive platser för tävlingens genomförande. Tävlingsledaren kan utse ersättare för den som är frånvarande, inte kan fullgöra eller inte behärskar sin uppgift. Tävlingsledaren kan utse ytterligare funktionärer om så anses nödvändigt.

402.1.5 Tävlingsledarens roll vid startproceduren regleras i regel 404.1.

402.1.6 En diskvalifikation för att ha initierat en start innan startsignalen avges måste iakttas och bekräftas av både starter och tävlingsledare. När en automatisk tidtagningsutrustning med videoupptagning är tillgänglig, kan den användas av tävlingsledaren för att verifiera en diskvalifikation. Vid ett beslut om diskvalifikation efter videogranskning behöver tävlingsledare och starter inte vara överens.

402.1.7 Tävlingsledaren ska diskvalificera alla simmare för övriga överträdelser av reglerna, som tävlingsledaren själv observerar. Tävlingsledare kan diskvalificera en simmare för överträdelser som muntligen rapporteras till tävlingsledaren av andra funktionärer. Alla diskvalificeringar beslutas av tävlingsledaren. När en diskvalifikation bekräftats av tävlingsledaren ska den rapporterande funktionären fylla i och underteckna en rapport som ska innehålla uppgift om gren, heat, bannummer och överträdelse.

Nationellt tillägg

Alternativt kan vändningskontrollantledaren/bandomaren, om något regelbrott inträffar, ta emot vändningskontrollanternas rapporter och som efter att ha signerats av vändningskontrollanten omedelbart överlämnas till tävlingsledaren. Likaså kan bandomaren omedelbart överlämna en signerad rapport till tävlingsledaren.

402.1.8 Tävlingsledaren ska utse funktionärer som i lagsimning ska bedöma om den startande simmaren har kontakt med startpallen när simmaren i vattnet berör väggen. När automatisk tidtagningsutrustning, som bedömer växlingar finns tillgänglig, ska den användas i enlighet med regel 413.1.

402.2 Kontrollrumsövervakare enligt World Aquatics competition regulations 2.4.**402.3 Starter**

402.3.1 Startern ska ha full kontroll över simmarna från det tävlingsledaren ger startern klartecken, se regel 402.1.5, tills loppet har börjat. Start ska ske enligt regel 404.

402.3.2 Startern ska rapportera en simmare, som fördröjer starten, avsiktligt inte lyder en order eller uppträder illa på annat sätt i samband med starten, men bara tävlingsledaren får diskvalificera en simmare för sådan fördröjning, avsiktlig olydnad eller dåligt uppförande.

402.3.3 Startern avgör, enbart efter tävlingsledarens beslut, om starten är rättvis och om den inte är rättvis ska simmarna återkallas och starten göras om.

402.3.4 Vid start av loppet ska startern stå vid bassängens ena långsida, inom ett område av ca 5 meter från startväggen, så att tidtagarna kan se och/eller höra startsignalen och simmarna kan höra signalen.

402.3.5 Startern ska rapportera alla felaktiga starter eller andra regelbrott till tävlingsledaren.

402.4 Call Room ansvarig och Call Room funktionär

402.4.1 Call Room funktionären samlar de tävlande före varje lopp och rapporterar till Call Room ansvarig om

1. Överträdelse av regler kring tillåtna simdräkter och/eller reklamregler eller
2. En tävlande inte är närvarande vid upprop

Call Room ansvarig avgör frågor om eventuella överträdelse av reglerna gällande tillåtna simdräkter och/eller reklamregler och om en överträdelse uppdagas ska Call Room ansvarig rapportera detta till tävlingsledaren.

402.5 Vändningskontrollantledare

402.5.1 Vändningskontrollantledaren ska tillse att vändningskontrollanterna fullgör sina uppgifter under tävlingen. Se även regel 402.1.7.

402.6 Vändningskontrollant

402.6.1 En vändningskontrollant utses för varje bana vid bassängens kortsidor för att säkerställa att simmarna följer reglerna efter start, i varje vändning och vid målgång.

402.6.2 Varje vändningskontrollants ansvarsområde vid start sträcker sig från startsignalen t.o.m. fullgörandet av första armtaget, utom i bröstsim då ansvaret sträcker sig t.o.m. andra armtaget.

402.6.3 Vid vändningar sträcker sig ansvarsområde från början av sista armtaget före vändning och t.o.m. första armtaget efter vändning utom vid bröstsim då ansvaret sträcker sig t.o.m. andra armtaget.

402.6.4 Vid målgång sträcker sig ansvarsområdet från början av sista armtaget före målgång och till och med målgång.

402.6.5 När justerbar startplattform för ryggsim används ska vändningskontrollanterna på startsidan montera den före och ta bort den efter start. När den är monterad ska denna ställas i läge noll (0).

402.6.6 Vid individuella lopp på 400 m, 800 m och 1500 m frisim ska varje vändningskontrollant vid bassängens start- och vändningssida hålla räkningen på antalet längder simmaren har fullgjort samt, genom att visa skyltar vid vändningssidan med udda nummer, hålla simmaren informerad om antalet resterande längder. Automatisk utrustning får användas, inklusive undervattensdisplay.

402.6.7 Varje vändningskontrollant vid bassängens startsida ska avge varningssignal när två längder plus 5 m återstår till målgång för simmaren i individuella lopp på 400m, 800m och 1500 m frisim. Varningssignalen upprepas efter vändningen till dess simmaren nått banlinans 5m markering. Varningssignalen kan bestå av visselsignal eller bjällra.

402.6.8 Varje vändningskontrollant vid bassängens startsida ska i lagsimning kontrollera växlingen, d.v.s. att den startande simmaren har kontakt med startpallen när föregående simmare berör väggen. När automatisk utrustning med överväxlingsplattor är tillgänglig ska denna användas enligt regel 413.

402.6.9 Vändningskontrollanterna ska rapportera varje regelbrott som observerats inom ansvarsområdet till tävlingsledaren. Se även 402.1.7.

402.7 Bandomare

402.7.1 Bandomare ska finnas på varje långsida av bassängen.

402.7.2 Varje bandomare ska försäkra sig om att reglerna för det aktuella simsättet följs samt bevaka vändningar och målgång för att bistå vändningskontrollanterna.

402.7.3 Bandomarna ska rapportera varje regelbrott som observerats inom ansvarsområdet till tävlingsledaren. Se även regel 402.1.7.

402.7.4 Bandomarna ansvarar inför ryggsims- och medleygrenar att ryggsimslinorna är monterade vid 5 m-markeringen sett från start och vändningssida.

402.8 Tidtagarledare

402.8.1 Tidtagarledaren ansvarar för tidtagningen och tilldelar tidtagarna deras platser och de banor de ska ansvara för. Tidtagarledaren ska bestämma antalet tidtagare för varje bana, tillse att extra tidtagare finns för notering av rekordtid/er och att ersättningsklockor, som sätts igång vid starten, är tillgängliga. När digitala klockor används bestäms både tid och placering av registrerad tid.

402.8.2 Tidtagarledaren ska se till att registrerade tider antecknas och, om så behövs, kontrollera klockorna.

402.8.3 Tidtagarledaren ska registrera eller kontrollera den officiella tiden för varje bana.

402.9 Tidtagare

402.9.1 Varje tidtagare ska ta tid på simmarna på den bana som tilldelats enligt regel 411.3.

402.9.2 Varje tidtagare ska starta klockan på startsignalen och stoppa den när simmaren på banan har slutfört sitt lopp. Tidtagarna kan instrueras av tidtagarledaren att registrera tider på mellandistanser i tävlingar längre än 100 m.

402.9.3 Omedelbart efter loppet ska tidtagarna på varje bana registrera tiden enligt den instruktion de fått från tidtagarledaren och, om så begärs, lämna in klockorna för kontroll. Klockorna ska nollställas vid tävlingsledarens korta signaler inför följande lopp.

402.9.4 Om inte videotidtagning används kan det vara nödvändigt att använda full uppsättning tidtagare även vid automatisk tidtagning.

402.10 Måldomarledare (om erforderligt)

402.10.1 Måldomarledaren ska tilldela måldomarna deras platser och ge de instruktioner som behövs för måldomarfunktionen.

402.10.2 Efter loppet, ska måldomarledaren med ledning av måldomarnas bedömning fastställa resultat och placeringar samt omgående överlämna detta till tävlingsledaren och sekretariatet.

402.11 Måldomare (om erforderligt)

402.11.1 Måldomarna ska vara placerade i linje med målgången, där de alltid har fri sikt över bassäng och målgång.

402.11.2 Efter varje lopp ska måldomarna bedöma och rapportera simmarnas placering enligt de uppdrag de har tilldelats.

Nationellt tillägg:

I lagsimning när automatisk tidtagningsutrustning för kontroll av växlingar saknas ska måldomarna också assistera som växlingskontrollanter.

402.12 Tävlingssekreterare (för annan tävling än Olympiska spel och Världsmästerskap)

402.12.1 Tävlingssekreteraren ska efter varje lopp kontrollera tider och placeringar. Tävlingssekreteraren ska tillsammans med tävlingsledaren godkänna resultatlistan.

402.13 Tävlingssekretariat (för annan tävling än Olympiska spel och Världsmästerskap)

402.13.1 Tävlingssekretariatet ska kontrollera strykningar efter försöksheat eller finaler, upprätta resultatlistor, hantera nationella rekord enligt regel 333 och 335 samt föra poängberäkning, när sådan förekommer.

402.14 Videogranskningsövervakare enligt World Aquatics competition regulations 2.15.

402.15 Videodomare enligt World Aquatics competition regulations 2.16.

402.16 Resolution desk enligt World Aquatics competition regulations 2.17

402.17 Warm up Supervisor Enligt World Aquatics competition regulations 2.18**Seedning****403 Seedning av heat, semifinaler och finaler**

Antalet heat i en tävling fastställs med hänsyn till antalet deltagare och antalet banor, varvid seedningen ska ske i så få heat som möjligt. Anmälda deltagare, som veterligen inte kommer att ställa upp, ska strykas före heatindelningen.

Vid mästerskapstävlingar, se regel 309 och 319, samt större nationella och internationella tävlingar ska startordningen i försöksheat, semifinaler och finaler bestämmas genom heatindelning och seedning enligt följande:

403.1 Försöksheat

403.1.1 De bästa resultaten uppnådda under angiven kvalificeringsperiod ska lämnas in (på sätt som anges i tävlingsinbjudan) och listas i tidsordning av tävlingsarrangören. Simmare utan anmäld tid placeras sist i listan. Placering av simmare med identiska tider eller av mer än en simmare utan tid ska avgöras genom lottning. Simmare placeras i banor enligt regel 403.1.2. Simmare placeras i försöksheat enligt anmälda tider på följande sätt:

403.1.1.1 om en gren simmas endast i ett heat, ska det seedas som en final och simmas under finalpasset.

403.1.1.2 om en gren simmas i två heat ska den snabbaste simmaren seedas i det andra heatet, den näst snabbaste i första heatet, den näst näst snabbaste i andra heatet, den därefter i första heatet osv.

403.1.1.3 om tre heat förekommer, utom vid 400 m, 800 m och 1500 m, ska den snabbaste simmaren placeras i tredje heatet, den näst snabbaste i andra heatet, den näst näst snabbaste i första heatet. Den fjärde i tidsordning ska placeras i tredje heatet, den femte i andra heatet, den sjätte i första heatet och den sjunde i tredje heatet osv.

403.1.1.4 om fyra eller fler heat förekommer, utom vid 400 m, 800 m och 1500 m, ska de tre sista heaten i grenen seedas enligt regel 403.1.1.3. Heaten före de tre sista heaten ska bestå av de näst snabbaste simmarna, heat före de sista fyra heaten ska innehålla de näst näst snabbaste simmarna osv. Banor ska fördelas i ordningen bästa till sämsta tid inom varje heat enligt regel 403.1.2.

403.1.1.5 Vid 400 m, 800 m och 1500 m ska de två sista heaten seedas enligt regel 403.1.1.2.

403.1.1.6 Undantag: om två eller fler heat förekommer i en gren, ska minimum tre simmare seedas i varje försöksheat, men ytterligare strykningar kan minska antalet simmare i sådana heat till färre än tre.

403.1.1.7 Vid tillgång till en 10-banors bassäng och det skulle registreras samma tid för 8:e plats till final i grenarna 800 m och 1500 m frisim används bana 9 i finalen varvid lottning sker för banorna 8 och 9. Skulle det registreras tre lika tider för 8:e plats till final används bana 9 och 0 i finalen varvid lottning sker för banorna 8, 9 och 0.

Nationellt tillägg:

Samma gäller för 200 m och 400 m oavsett simsätt.

403.1.1.8 Förutom vid 10-banors bassäng gäller regel 403.2.3.

403.1.2 Förutom vid 50-metersgrenar i 50 m bassäng ska banorna (med bana 1, resp. 0 för 10-banorsbassäng, på högra sidan av bassängen sett från startsidan) fördelas genom att den snabbaste simmaren eller laget placeras på mittbanan i en bassäng med ojämnt antal banor eller på bana 3 eller 4 i bassänger med resp. 6 eller 8 banor. I en 10-banorsbassäng ska den snabbaste simmaren placeras på bana 4. Simmaren med näst snabbaste tiden ska placeras till vänster därom, därefter ska de andra placeras alternerande mellan till höger och till vänster i enlighet med uppnådda tider. Simmare med identiskt lika tider ska tilldelas sina banor efter lottning i enlighet med den förut angivna ordningen.

403.1.3 Vid 50-metersgrenar i 50 m bassäng ska loppet simmas enligt tävlingsledarens beslut antingen från den ordinarie startsidan eller från vändningssidan beroende på sådana faktorer som förekomsten av automatisk tidtagningsutrustning, starternas plats, säkerhet osv. Tävlingsledningen bör upplysa simmarna om sitt beslut i god tid före grenens början. Oberoende av vilket håll tävlingen simmas ska simmarna seedas på samma banor som de skulle ha simmat på om såväl start som mål hade varit från startsidan.

403.2 Semifinaler och Finaler

403.2.1 I semifinaler ska heaten fördelas enligt regel 403.1.1.2.

403.2.2 När försökstävlingar inte behövs, ska banorna fördelas enligt regel 403.1.1.2. När försökstävlingar eller semifinaler har förekommit ska banorna fördelas enligt regel 403.1.2 baserat på de uppnådda tiderna i försökstävlingen eller semifinalen.

403.2.3 I händelse av att simmare från samma eller olika heat får samma tid registrerad för sista plats till resp. final eller semifinal, kan omsimning ske för att avgöra vilken eller vilka simmare som ska gå vidare till endera finalen eller semifinalen. Sådan omsimning ska äga rum efter det alla berörda simmare avslutat sina försökstävlingar och vid en tidpunkt enligt överenskommelse mellan tävlingsledning och berörda. Om det vid omsimning noteras lika tid kan ytterligare omsimning äga rum. Vid semifinaltävlingar som avgörs i samma pass som respektive finaltävling, ska vid lika tid mellan två simmare, deras respektive i försökstävlingen uppnådda tider avgöra vem av dem som går till final. Vid eventuell lika tid i försökstävlingarna ska avgöras genom lottdragning vem av dem som går till final.

403.2.4 När en eller flera simmare stryker sig från en semifinal- eller finaltävling ska ersättare kallas i den ordning de placerat sig i försöks- eller semifinaltävlingarna. Tävlingen eller tävlingarna bör i sådant fall seedas om och nya heatlistor upprättas.

403.2.5 Simmare som ska delta i försök, semifinal eller final ska anmäla sig i "call room" enligt arrangörens bestämmande.

403.3 Vid andra tävlingar sker heat- och banindelning med ledning av anmälningstiderna, så att de simmare som har de bästa anmälningstiderna placeras i det sista heatet. Seedning sker enligt regel 403.1.2. Lottdragningssystem får även användas för att fördela banor.

Simregler

404 Start

404.1 Starten i frisim, bröstsim, fjärilsim och individuell medley sker genom dyk.

404.1.1 När alla simmare har tagit av sig överdragskläderna, ska tävlingsledaren ge signal till simmarna med en serie korta visselsignaler som uppmanar dem att göra sig redo vid startsidan, följt av en lång visselsignal, som innebär att de ska ta plats på startpallarna och stanna där.

404.1.2 När simmare och funktionärer är klara för start, ska tävlingsledaren med utsträckt arm ge tecken till startern som innebär att startern nu har övertagit kontrollen över simmarna. Armen ska hållas kvar i utsträckt läge tills startsignal har avgetts.

404.1.3 På starterns kommando "På era platser" ska de omedelbart inta startställning med åtminstone en fot på startpallens främre kant. Händernas läge är utan betydelse.

404.1.4 När alla simmare är stilla ska startern avge startsignal.

404.2 Starten i ryggsim och lagmedley ska ske från vattnet.

404.2.1 När alla simmare har tagit av sig överdragskläderna ska tävlingsledaren ge signal till simmarna med en serie korta visselsignaler som uppmanar dem att göra sig redo på vid startsidan, följt av en lång visselsignal som innebär att de omedelbart ska hoppa i vattnet.

404.2.2 På tävlingsledarens andra långa signal ska simmarna utan onödigt dröjsmål inta startställning.

404.2.3 När simmare och funktionärer är klara för start, ska tävlingsledaren med utsträckt arm ge tecken till startern som innebär att startern nu har övertagit kontrollen över simmarna. Armen ska hållas kvar i utsträckt läge tills startsignal har avgetts.

404.2.4 När alla simmare intagit startställning enligt regel 406.1 ska starten avge startkommandot "På era platser" alternativt "Take your marks"

404.2.5 När alla simmare är stilla ska startern avge startsignal.

404.3 Vid internationella tävlingar ska kommandot "På era platser" avges på engelska "Take your marks" och startsignalen ska ges genom flera högtalare, monterade en vid varje startpall.

404.4 Varje simmare som initierat en start innan startsignalen avgetts kan diskvalificeras.

404.4.1 Om startsignalen ljuder innan diskvalifikation meddelats, ska loppet fortsätta och den eller de simmare som startat för tidigt, diskvalificeras efter loppets genomförande.

404.4.2 Om anledning till diskvalifikation upptäcks innan startsignalen, ska signalen inte avges, utan de resterande simmarna ska återkallas och starta på nytt. Kommandot som används är "Återgå" vid nationella tävlingar eller vid internationella tävlingar används "Stand down please". Tävlingsledaren repeterar startproceduren med början från den första långa signalen (den andra för ryggsim) enligt regel 404.1.1 och 404.2.2.

Nationellt tillägg:

Om stopplina finns monterad ska signal, för återkallande av heat (vid felaktig start p.g.a. tekniskt fel etc.) när startsignal har avgetts, vara densamma som startsignalen men upprepad samtidigt som stopplinan sänks. Alternativt ska tävlingsledaren vissla i sin visselpipa, vilket ska åtföljas av starterns startsignal (upprepad) och sänkning av stopplinan.

405 Frisim

405.1 Med "frisim" i ett frisimslopp menas att simmaren får använda sig av vilket simsätt som helst. I individuell medley eller lagmedley avser termen "frisim" varje annan stil än simsätten ryggsim, bröstsim eller fjärilsim.

405.2 Vid vändning och målgång måste simmaren beröra väggen med någon del av kroppen.

405.3 Någon del av simmaren måste bryta vattenytan under hela loppet, förutom att det är tillåtet för simmaren att vara helt under vattenytan under vändning och upp till, men inte mer än, 15 meter efter start och vändning. Vid den punkten måste huvudet ha brutit vattenytan.

405.4 När någon del av huvudet passerat 5 metersmarkeringen omedelbart före målgången är det tillåtet för simmaren att vara helt under vattenytan.

406 Ryggsim

406.1 Före startsignalen ska simmarna inta startställning med ansiktet mot startväggen och båda händerna om starthandtagen. Att stå i eller på skvalprännen eller böja tårna över skvalpränekanten är förbjudet. När en justerbar ryggsimsplattform används måste minst en tå på varje fot vara i kontakt med väggen eller tidtagningsplattan. Det är förbjudet att böja tårna över kanten på tidtagningsplattan.

406.2 Vid startsignal och efter vändning ska simmaren göra ett frånskjut och simma i ryggläge under hela loppet utom under utförande av ryggvändning, enligt regel 406.4. Det normala ryggläget kan innehålla en kroppsrörelse upp till men ej inkluderande 90 grader från horisontalplanet. Huvudets läge är utan betydelse.

406.3 Någon del av simmaren måste bryta vattenytan under hela loppet, utom när någon del av huvudet passerat 5 metersmarkeringen omedelbart före målgången, då simmaren tillåts vara helt under vattenytan. Det är även tillåtet för simmaren att vara helt under vattenytan under vändning och maximalt 15 meter efter start och varje vändning. Vid den punkten måste huvudet ha brutit vattenytan.

406.4 Under vändning måste någon del av simmarens kropp beröra väggen. Under vändning får axlarna vändas över vertikalplanet till bröstläge, varefter ett omedelbart kontinuerligt enarmstag eller ett omedelbart kontinuerligt tvåarmstag får användas för att påbörja vändningen. Simmaren måste ha återvänt till ryggläge, när simmaren lämnar väggen.

406.5 Vid målgång måste simmaren beröra väggen i ryggläge. När någon del av huvudet passerat 5 m-markeringen omedelbart före målgången är tillåtet för simmare att vara helt under vattenytan.

407 Bröstsimm

407.1 Efter start och efter varje vändning får simmaren ta ett armtag ända bak till benen, under detta armtag får simmaren befinna sig under vattenytan. När som helst före det första bröstbentaget efter start och efter varje vändning är en fjärilskick tillåten. Huvudet måste bryta vattenytan innan händerna vänds inåt i den vidaste delen av andra armtaget.

407.2 Från första armtagets början efter start och efter varje vändning ska kroppen hållas i bröstläge.

407.3 Det är inte tillåtet att rulla över i ryggläge vid något tillfälle utom vid vändning, där simmaren efter att ha vidrört väggen får vända på valfritt sätt, men kroppen måste ha bröstläge från första armtagets början efter att ha lämnat väggen. Från start och under hela loppet ska varje simtag bestå av ett armtag och ett bentag i den ordningen. Alla armrörelser ska vara samtidiga utan alternerande rörelser.

407.4 Händerna ska föras framåt tillsammans från bröstet i, under eller över vattenytan. Armbågarna ska vara under vattenytan utom under sista armtaget före vändning och målgång. Händerna ska föras tillbaka i eller under vattenytan. Händerna får inte föras bakom höftlinjen utom under det första armtaget efter start och varje vändning.

407.5 Under varje fullständigt simtag måste någon del av simmarens huvud bryta vattenytan. Alla benrörelser ska vara samtidiga utan alternerande rörelser.

407.6 Fötterna måste vändas utåt i den drivande benrörelsen. Alternerande rörelser eller nedåtgående fjärilskickar är inte tillåtna, med undantag för vad som sägs i regel 407.1. Att bryta vattenytan med fötterna är tillåtet om det inte följs av en nedåtgående fjärilskick.

407.7 I varje vändning och i målgång ska handisättning göras med båda händerna åtskilda och samtidigt i, över eller under vattenytan. Med åtskilda händer menas att de inte får vara placerade ovanpå varandra. Det är dock inte nödvändigt att se ett mellanrum mellan händerna och en tillfällig kontakt vid fingrarna är tillåten. Vid sista simtaget före vändning och i målgång är ett armtag som inte följs av ett bentag tillåtet. Huvudet får vara under vattenytan efter sista armtaget före handisättning förutsatt att det bryter vattenytan någon gång under det sista fulla eller delvis utförda simtaget före handisättningen.

408 Fjärilsim

408.1 Från första armtagets början efter start och efter varje vändning ska kroppen hållas i bröstläge.

408.2 Det är inte tillåtet att rulla över i ryggläge vid något tillfälle utom vid vändning, där simmaren efter att ha vidrört väggen får vända på valfritt sätt, men kroppen måste ha bröstläge från första armtagets början efter att ha lämnat väggen.

408.3 Båda armarna ska föras framåt samtidigt över vattenytan och föras bakåt samtidigt under vattenytan under hela loppet, se dock regel 408.6.

408.4 Alla upp- och nedgående rörelser med benen ska vara simultana. Benen eller fötterna behöver inte vara på samma nivå, men inga rörelser som ändrar benens eller fötternas inbördes läge är tillåtna. Bröstbentag är inte tillåtet.

408.5 Vid varje vändning och vid målgång ska handisättningen göras med båda händerna åtskilda och samtidigt i, över eller under vattenytan. Med åtskilda händer menas att de inte får vara placerade ovanpå varandra. Det är dock inte nödvändigt att se ett mellanrum mellan händerna och en tillfällig kontakt vid fingrarna är tillåten.

408.6 Någon del av kroppen måste bryta vattenytan under hela loppet utom vid vändningen då simmaren får vara helt under vattenytan samt en distans om maximalt 15m efter start och varje vändning då huvudet måste bryta vattenytan. Vid start och vändningar får simmaren utföra en eller flera fjärilskickar och ett armtag under vattenytan, vilket måste föra simmaren upp till vattenytan. När någon del av huvudet passerat 5 metersmarkeringen omedelbart före målgången är tillåtet för simmare att vara helt under vattenytan.

409 Medley

409.1 I individuell medley simmas simsätten i följande ordning: fjärilsim, ryggsim, bröstsim och frisim. Varje simsätt ska utgöra en fjärdedel av distansen.

409.2 I lagmedley simmas simsätten i följande ordning: ryggsim, bröstsim, fjärilsim och frisim. Varje simsätt ska utgöra en fjärdedel av distansen.

409.3 I frisim måste simmaren befinna sig i bröstläge förutom vid utförandet av vändning. Simmaren måste dock ha återvänt till bröstläge innan utförande av kick eller armtag. Ryggläge när simmaren lämnar väggen i frisim är tillåtet men ingen benspark eller fjärilskick är tillåten förrän simmaren återvänt till bröstläge.

409.4 Varje simsätt måste avslutas i enlighet med vad som gäller för aktuellt simsätt.

410 Loppet

410.1 I varje individuellt lopp får bara simmare av samma kön delta.

410.2 Gemensamt för alla lopp

410.2.1 En simmare, som simmar ensam, måste fullfölja hela distansen för att bli förklarad som vinnare. En simmare som inte fullföljer hela distansen i enlighet

med reglerna ska diskvalificeras. Se dock särbestämmelserna avseende mästerskapstecken vid SM och DM i regel 310 och 317.

410.2.2 En simmare måste simma och slutföra loppet på samma bana som starten skedde.

Nationellt tillägg:

Grenarna 400 m, 800 m och 1500 m frisim får simmas med två tävlande på samma bana enligt arrangörens bestämmande. Separat tidtagning krävs för varje simmare.

410.2.3 Vid vändning måste simmaren ha fysisk kontakt med väggen på bassängens respektive vändningssidor. Det är inte tillåtet att ta sats från eller ta steg på bassängbotten.

410.2.4 Det är inte tillåtet att stå och/eller gå på bassängbotten förutom vid frisim eller under frisimssträckan i medley då det är tillåtet att stå på bassängbotten.

410.2.5 Det är inte tillåtet att dra i banlinorna.

410.2.6 En simmare får inte hindra eller på annat sätt störa en annan simmare.

410.2.7 En simmare som inte deltar i loppet får inte gå i vattnet innan alla simmare avslutat sina lopp.

410.2.8 En simmare som fullbordat sitt lopp måste lämna bassängen så fort som möjligt utan att hindra någon av de simmare som ännu inte avslutat loppet.

410.2.9 En simmare får inte ägna sig, eller försöka ägna sig, åt att ge farthållningshjälp (pacemaking) åt annan simmare. En simmare får inte heller använda, eller försöka använda, sig av någon typ av utrustning eller andra typer av hjälpmedel i syfte att erhålla hjälp med farthållningen (pacemaking).

410.3 I det fall tävlingsledaren finner att en simmare överträtt reglerna i avsnitt 410.2 ska tävlingsledaren diskvalificera simmaren i den grenen förutom vid överträdelse av regel 410.2.7 där tävlingsledaren ska diskvalificera den simmare som gick i vattnet från nästa lopp som den aktuella simmaren planerat att tävla i vid den aktuella tävlingen.

410.3.1 Om en simmare, enligt regel 410.2.6, avsiktligt hindrar eller stör en annan simmare ska tävlingsledaren rapportera händelsen till SSF för bestraffning samt till den aktuella simmarens förening.

410.4 Gemensamt för all lagsimning.

410.4.1 Varje lag i lagsimning ska bestå av fyra simmare. Mixad lagsimning är tillåten, ett sådant lag ska bestå av två herrar och två damer.

410.4.2 Medlemmarna i ett lag och startordningen dem emellan måste utses före loppet inom den tid som fastställts för den aktuella tävlingen.

410.4.2.1 Efter att tiden för anmälan av startordningen enligt regel 410.4.2 gått ut får byte av en lagmedlem mot en annan endast ske i händelse av dokumenterad sjukdom eller skada. Byte ska godkännas av tävlingsledaren eller SSF tekniska delegat.

410.4.2.2 Utbyte av lagmedlemmar är tillåtet mellan försök och final under förutsättning att alla lagmedlemmar är startberättigade i den aktuella tävlingen.

410.4.3 En lagmedlem får endast tävla en gång i ett lopp.

410.4.4 Växlingar i lagsimning ska ske från pallen. Springande start från pooldeck är förbjudet.

410.4.5 I samband med växling får simmaren inte tappa kontakten med startpallen innan simmaren som fullföljer sin sträcka gått i mål.

410.4.6 En simmare som inte står på tur att simma sin sträcka får inte gå i eller återgå i vattnet under loppet eller innan alla tävlande har fullföljt sina sträckor.

410.4.7 En simmare som fullföljt sin sträcka måste lämna bassängen så fort som möjligt utan att hindra eller på annat sätt störa andra simmare som inte fullföljt sin sträcka.

410.5 Om tävlingsledaren finner att en simmare eller någon annan överträtt reglerna i avsnitt 410.4 ska tävlingsledaren diskvalificera det aktuella laget eller om överträdelsen begicks av en enskild simmare ska tävlingsledaren diskvalificera simmaren.

410.6 Om tävlingsledaren finner att en simmare brutit mot reglerna i avsnitt 410.2 eller 410.4 och detta negativt påverkat en annan simmare eller lag får tävlingsledaren besluta att den berörda simmaren eller laget får simma om sina respektive lopp i nästa heat eller om överträdelsen inträffat i ett finalheat eller final besluta att finalheatet eller finalen simmas om.

Tidtagning och tidtagningsutrustning

411 Tidtagning

411.1 Skötseln av automatisk tidtagningsutrustning ska ske under ledning av utsedda funktionärer. Tider noterade med automatisk utrustning ska användas för att bestämma alla placeringar och tider på varje bana. Placeringar och tider, som bestäms på det sättet, ska ha företräde framför tidtagares beslut. Om den automatiska utrustningen inte fungerar eller att det klart framgår att utrustningen fungerat felaktigt eller att simmaren inte har lyckats aktivera utrustningen ska tidtagarnas noteringar vara de officiella, se regel 413.3.

I det fall tidtagningssystemet helt slutar fungera på en bana kan respektive simmare erbjudas omsimning.

411.2 När automatisk utrustning används ska resultatet anges i hundradelar av en sekund. Om flera simmare har fått samma tid i hundradelar av en sekund, ska de få samma placering. Tider på elektrisk resultatavla ska anges med hundradelar av en sekund.

411.3 Varje tidtagningsutrustning, som stoppas av en funktionär, ska anses vara en klocka. Alla klockor måste vara godkända av tävlingsarrangören. Manuell tid noteras i hundradelar av en sekund. När automatisk utrustning inte används ska den officiella tiden bestämmas på följande sätt:

411.3.1 om två av de tre klockorna visar samma tid är detta den officiella tiden.

411.3.2 om alla tre klockorna visar olika tider utgör den mellersta tiden den officiella tiden.

411.3.3 om bara två av tre klockor fungerar, utgör medelvärdet av de noterade tiderna den officiella tiden. Om det uträknade medelvärdet av de noterade tiderna innehåller tusendelar av en sekund ska dessa bortses från.

411.4 Om en simmare diskvalificeras ska detta anges i resultatlistan. Tid eller placering ska inte anges eller tillkännages.

411.5 Vid diskvalifikation i lagsimning ska godkända mellantider före diskvalifikationen noteras i den officiella resultatlistan.

411.6 Alla tillgängliga 50 m och 100 m mellantider ska registreras och noteras i den officiella resultatlistan för den första simmaren i varje lag.

412 Halvautomatisk och manuell tidtagning (Nationellt tillägg)

412.1 Om automatisk tidtagningsutrustning inte används, utan endast halvautomatisk där backupknappar stoppas av tidtagare eller helt manuell där klockor både startas och stoppas av tidtagare, ska simmaren få sin relativa placering genom måldomarnas beslut.

412.2 Om de av tidtagarna registrerade tiderna inte överensstämmer med den ordningsföljd som fastställts av måldomarna, ska simmarna få samma tid samt måldomarnas utslag gälla. Denna tid ska vara medeltalet av samtliga tider som registrerats på de berörda simmarna. Tid som bestäms på detta sätt, ska markeras "Tävlingsledarens beslut" eller "TLB".

413 Användning av automatisk tidtagningsutrustning

413.1 När automatisk tidtagningsutrustning används vid tävling, ska placeringar och tider samt växlingar i lagsimning bedömda med sådan utrustning gälla framför tidtagarnas eller vändningskontrollanternas beslut.

413.2 När den automatiska utrustningen inte registrerar placering och/eller tid för en eller flera simmare i ett lopp:

413.2.1 registreras alla tillgängliga automatiska tider och placeringar.

413.2.2 registreras alla manuella tider och placeringar.

413.2.3 Den officiella placeringen bestäms på följande sätt:

413.2.3.1 en simmare med en automatisk tid och placering ska behålla sin relativa placering vid en jämförelse med de andra simmarna, som har automatisk tid och placering.

413.2.3.2 en simmare, som inte har en automatisk placering, men som har en automatisk tid, får sin relativa placering genom en jämförelse mellan simmarens automatiska tid med de automatiska tiderna för de andra simmarna.

413.2.3.3 en simmare, som varken har automatisk placering eller automatisk tid, får sin relativa placering genom den tid som registrerats av den halvautomatiska utrustningen (backup) eller av klockor.

413.3 Den officiella tiden bestäms på följande sätt:

413.3.1 för alla simmare med automatisk tid, utgör den tiden den officiella tiden.

413.3.2 den officiella tiden för alla simmare, som saknar automatisk tid, är den tid som noteras med den halvautomatiska utrustningen (backup) eller klockor.

413.4 Den relativa slutställningen för samtliga heat i en gren bestäms på följande sätt:

413.4.1 den relativa placeringen av alla simmare bestäms genom att jämföra deras officiella tider.

413.4.2 om två eller flera simmare har samma officiella tid ska de få samma relativa placering.

Simdräkter, teknisk utrustning och tejpningar

414 Simdräkter, teknisk utrustning och tejpningar

414.1 Under tävling måste simmaren bära en simdräkt och får använda simglasögon samt badmössa under förutsättning dessa uppfyller kraven enligt regel 228 och World Aquatics Competition Regulations.

414.2 Simmaren får inte använda något hjälpmedel eller simdräkt som kan öka hastigheten, flytförmågan eller uthålligheten under en tävling (t ex handskar med simhud, simfötter, fenor, Power band eller självhäftande ämnen etc.)

414.3 En simmare får använda teknisk utrustning endast i syfte för insamling av datainformation. Sådan teknisk utrustning får inte vara konstruerad så att den kan överföra data, ljud eller andra signaler till simmaren och får inte heller användas till att hjälpa till med eller för att förbättra simmarens hastighet, flytförmåga eller uthållighet i något avseende.

414.4 En simmare får använda tejp på ett (1) eller två (2) fingrar eller tår, inkluderat att tejpa ihop två (2) fingrar eller tår, om tejpens är nödvändig för att behandla eller skydda en skada på ett finger eller en tå.

Tävlingsbassängen

415 Tävlingsbassängen, sanktionerade tävlingar

Denna regel är inte uttömmande vad gäller mått och noggrannhet i angivna mått.

415.1 Längd. Bassängen ska ha en längd av 25 m eller 50 m, bägge med en tillåten avvikelse av +0,010 – 0,000 m med installerade tidtagningsplattor.

415.2 Längd avvikelser. Tillåten avvikelse är vid mätning från vägg till vägg minimum 25,020 m till maximum 25,030 m respektive minimum 50,020 m till maximum 50,030 m (för att tillåta tidtagningsplattor i bägge ändar) i varje punkt från 0,3 m över till 0,8 m under vattenytan. Mätning från vägg till vägg ska ske i varje bana.

415.3 Bredd. Det finns inget krav på minsta bredd. Dock måste bredden överensstämma med bestämmelserna i regel 415.6.

415.4 Djup. I en bassäng med startpallar ska vattendjupet på startsidan vara minst 1,8 m inom ett avstånd av 1,0-6,0 m från startväggen. Vattendjupet i övriga delar av bassängen ska vara minst 1,1 m.

415.5 Väggar. Bassängen ska vara rätvinklig. Väggarna vid vändning och mål ska vara lodräta, parallella, släta, utan utsprång och ha en halkfri yta ned till ett djup av 0,8 m. Skvalprännor får finnas på bassängens alla fyra sidor. Om skvalprännor av överrinningstyp är installerade ska kortsidorna förses med vändningsbrätten – för att möjliggöra fastsättning av tidtagningsplattor – upp till 0,30 m ovanför vattenytan, för att säkerställa riskfri vändning och målgång.

415.6 Banor. Antalet banor ska vara minst 8 med en bredd av minst 2,50 m per bana samt med ett utrymme av minst 0,20 m utanför de yttersta banorna. I en bassäng med 10 banor kan de yttersta banorna ha en banbredd av minst 2,40 m samt ett utrymme av minst 0,10 m utanför de yttersta banorna, varvid bassängens stegar ska vara infällda i väggen för att inte ytterligare minska banbredden.

415.7 Banlinor (se även regel 303). Banlinornas funktion är både att markera gräns mellan banorna och att dämpa vågskvalp. Varje bana ska på båda sidor till hela sin längd begränsas av banlinor med flöten tätt intill varandra. Det får inte vara mer än en banlina mellan varje bana. Banlinorna ska ha en diameter av 0,10–0,15 m. De ska vara infällt fästade i väggen i höjd med vattenytan och ordentligt sträckta.

Banlinorna i en bassäng med 8 banor bör ha följande färger:

- Två gröna banlinor för banorna 1 och 8
- Fyra blå banlinor för banorna 2, 3, 6 och 7
- Tre gula banlinor för banorna 4 och 5.

Varje banlina ska från vardera väggen och 5,0 m ut i bassängen ha röd färg. Vid 15,0 m från vardera kortväggen och i 50 m bassänger dessutom vid 25,0 m ska på varje banlina finnas en tydlig markering som i färg avviker från banlinans färg i övrigt.

415.8 Startpallar. Startpallar ska vara fasta och inte ha någon fjädrande effekt. Startpallarnas höjd över vattenytan får vara lägst 0,50 m och högst 0,75 m. Pallarnas yta ska vara minst 0,50 x 0,50 m och belagd med halkfritt material samt ha en lutning av högst 10 grader. Startpallen kan ha en justerbar bakre avstampsplatta. Startpallarna ska vara konstruerade så att simmaren vid start från pallen kan greppa om startpallens framkant och på sidorna. Handtag som används vid start från startpall kan monteras på startpallens sidor. Handtag för ryggsimsstart ska placeras 0,30–0,60 m över vattenytan, både horisontellt och vertikalt. De ska vara parallella med bassängväggen och får inte skjuta ut utanför denna. Startpallarna ska vara konstruerade så att de tillåter handgrepp på framsidan och sidorna.

415.9 Numrering. Varje startpall ska vara tydligt numrerad på alla fyra sidorna, väl synligt för funktionärerna. Numrering bör vara med nr 1 alt. 0 längst till höger från startplatsen räknat, utom vid lopp där starten sker från andra sidan. Bannumrering får finnas på tidtagningsplattornas övre del.

415.10 Vändningsflaggor för ryggsim. Vid ryggsimsvändningar ska flagglinor vara spända tvärs över bassängen 5,0 m från vardera kortsidan 1,80 m över vattenytan. Markeringar ska finnas på bassängens båda långsidor 15,0 m från vardera kortväggen.

415.11 Startplattform för ryggsim. En justerbar startplattform för ryggsim kan användas.

- Tvärslån ska kunna justeras från 4 cm över till 4 cm under vattenytan.
- Tvärslån ska ha en längd av minst 60 cm.
Tvärslån ska vara 8 cm hög, 2 cm bred och ha en lutning på 10 grader.

415.12 Stopplina. 15,0 m framför startbryggan kan en lina vara spänd tvärs över bassängen mellan två stolpar på en höjd över vattenytan av minst 1,20 m. Linan ska vara uppfäst med en snabbutlösningmekanism. När linan aktiverats ska den effektivt täcka samtliga banor.

415.13 Temperatur. I bassänger med uppvärmt vatten ska vattnet under tävling ha en temperatur av 25^o-28^o C. Vattenytan ska hålla konstant nivå och vara utan märkbar cirkulation.

415.14 Ljus. Ljusstyrkan ska vara tillräcklig runt hela bassängutrymmet och ska vid startpallarna och vid vändningsväggen uppgå till minst 600 lux.

415.15 Banmarkeringar. På bassängens botten ska banornas mittlinjer markeras med 0,25 m ±0,05 m breda linjer i en från bottenfärgen tydligt avvikande mörk färg. Varje sådan linje ska sluta 2,0 m från ändsidorna med en 1,0 m lång tvärlinje i samma färg. Ändväggarna ska försees med liknande mittlinjer från bassängkanten till botten med en 0,50 m lång tvärlinje med centrum 0,30 m under vattenytan. Om automatisk tidtagningsutrustning används ska tidtagningsplattorna ha samma linjemarkering.

I 50 m bassänger byggda efter 1 januari 2007 ska på varje banas mittlinje placeras en 0,5 m lång tvärlinje 15 m från vardera ändväggen.

415.16 Dispens. Sanktionsgivare, enligt regel 221, kan meddela dispens från vad som föreskrivs i denna regel avseende banbredd och antal banor i bassänger av 25 m och 50 m längd. Se dock inskränkningar i regel 303.

416 Funktioner hos automatisk och halvautomatisk tidtagningsutrustning

416.1 Automatisk och halvautomatisk, se regel 416.5, tidtagningsutrustning ska registrera varje simmares uppnådda tid och bestämma den relativa placeringen i ett lopp. Målbedömning och tidtagning ska ske med två decimaler (1/100 av en sekund). Utrustningen får inte störa simmarens starter, vändningar eller bassängens avrinningssystem.

416.2 Utrustningen ska:

416.2.1 sättas igång av startern.

416.2.2 om möjligt inte ha några synliga sladdar runt bassängen.

416.2.3 kunna visa all registrerad information i plats- och banordning.

416.2.4 vara försedd med lättläst digital avläsning av en simmares tid.

416.3 Starthjälpmedel

416.3.1 Startern ska ha en mikrofon för muntliga kommandon.

416.3.2 Om startpistol användes, ska den vara utrustad med en överföringsanordning.

416.3.3 Både mikrofon och överföringsanordning bör vara kopplade till högtalare vid startpallen, varifrån både starterns kommando och signal kan höras likvärdigt och samtidigt av varje simmare.

416.4 Tidtagningsplattor för automatisk utrustning

416.4.1 Plattornas mått:

Banans bredd	Plattans		
	Storlek	Tjocklek	Placering
2,5 m	min 2,4 x 0,9 m	0,01 m (vid tryck mot vägg)	0,3 m över vattenytan 0,6 m under vattenytan
Annan	max 0,15 m smalare än banbredden	0,01 m (vid tryck mot vägg)	0,3 m över vattenytan 0,6 m under vattenytan

416.4.2 Montering - När plattorna är installerade får bassängens längd inte understiga 25,000 resp. 50,000 m. Plattorna ska sättas fast mitt i banan. De får vara portabla, så att det är möjligt att flytta dem när tävling inte pågår.

416.4.3 Känslighet - Plattornas känslighet ska vara sådan att de inte kan aktiveras av vattnets rörelser, men av en lätt handberöring. De bör vara känsliga även på överkanten.

416.4.4 Märkning - Märkning på plattorna ska överensstämma med den linjemarkering som finns i bassängen. Plattornas kanter bör vara svartmålade till en bredd av 0,025 m.

416.4.5 Säkerhet - Plattorna ska vara säkrade mot risk för elektriskt överslag. De får inte ha skarpa kanter.

416.5 Med halvautomatisk utrustning ska målgången registreras med knappar, som aktiveras av tidtagare när simmaren berör väggen.

416.5.1 Halvautomatisk utrustning kan användas som backup för den automatiska utrustningen vid World Aquatics- eller andra större tävlingar om det finns tre knappar/bana, vilka sköts av varsin funktionär (och i så fall behövs inte måldomare). Vändningskontrollant kan sköta en av knapparna.

416.6 Minst följande funktioner är väsentliga för automatisk utrustning.

416.6.1 Skrivremsa för all information.

416.6.2 Resultattavla för åskådare.

416.6.3 Växlingskontrollutrustning på hundradel.

416.6.4 Automatisk längdräkning.

416.6.5 Avläsning av mellantider.

416.6.6 Minnesfunktion.

416.6.7 Rättelse vid felaktig isättning (målgång/vändning).

416.6.8 Möjlighet för automatisk övergång till batteridrift.