

УТВЕРЖДЕНЫ
Президиумом федерации
плавания «Мастерс»
«23» марта 2021 г.
Новая редакция от
15.10.2021

**ПРАВИЛА ВИДА СПОРТА «ПЛАВАНИЕ»
И «ОТКРЫТАЯ ВОДА»
в категории «Мастерс»**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Программа «Мастерс» направлена на популяризацию хорошей физической формы, дружбы, взаимопонимания и здоровой спортивной конкуренции посредством организации соревнований по плаванию, прыжкам в воду, синхронному плаванию, водному поло и плаванию на открытой воде среди участников не моложе 25 лет.

Правила вида спорта «плавание» (далее – Правила) разработаны в полном соответствии с Правилами Международной федерации плавания (FINA) и Всероссийской Федерации плавания (ВФП).

Настоящие Правила являются обязательными при проведении Кубков и чемпионатов России, а так же рейтинговых соревнований по плаванию в категории «Мастерс» на территории Российской Федерации.

При возникновении спорных или неописанных ситуаций, не предусмотренными настоящими Правилами, во время проведения соревнований в категории «Мастерс» руководствоваться Правилами и нормами Международной федерации плавания (FINA), а так же Правилами ВФП, утвержденным Министерством Спорта России.

**1.1. СПОСОБЫ ПЛАВАНИЯ, ДИСТАНЦИИ И ПРОГРАММА
СОРЕВНОВАНИЙ**

Соревнования проводятся в бассейнах с длиной дорожек 25 и 50 метров.

1.1.1. В 25-метровых бассейнах на следующих дистанциях (для мужчин и женщин):

	Мужчины	Женщины
Вольный стиль	50м, 100м, 200м 400м, 800м, 1500м	50м, 100м, 200м 400м, 800 м, 1500м
На спине	50м, 100м, 200м	50м, 100м, 200м
Брасс	50м, 100м, 200м	50м, 100м, 200м
Баттерфляй	50м, 100м, 200м	50м, 100м, 200м
Комплексное плавание	100м, 200м, 400м	100м, 200м, 400м
Эстафеты:		
Вольный стиль	4x50м, 4x100м, 4x200м	4x50м, 4x100м, 4x200м
Комбинированная	4x50м, 4x100м	4x50м, 4x100м
Смешанная вольный стиль	4x50м, 4x100м, 4x200м	
Смешанная комбинированная	4x50м, 4x100м	

Заявочным временем могут быть результаты как установленные в 25-метровом бас-

сейне, так и в 50-метровом бассейне

1.1.2. В 50-метровых бассейнах на следующих дистанциях (для мужчин и женщин):

	Мужчины	Женщины
Вольный стиль	50м, 100м, 200м 400м, 800м, 1500м	50м, 100м, 200м, 400м, 800м, 1500м
На спине	50м, 100м, 200м	50м, 100м, 200м
Брасс	50м, 100м, 200м	50м, 100м, 200м
Баттерфляй	50м, 100м, 200м	50м, 100м, 200м
Комплексное плавание	200м, 400м	200м, 400м

Эстафеты:

Вольный стиль	4x50 м, 4x100м, 4x200м	4x50 м, 4x100м, 4x200м
Комбинированная	4x50 м, 4x100м	4x50 м, 4x100м
Смешанная вольный стиль	4x50м, 4x100м, 4x200м	
Смешанная комбинированная	4x50м, 4x100м	

Заявочным временем могут быть результаты, установленные только в 50-метровом бассейне.

Примечания:

1. В зависимости от возраста участников, целей и задач соревнований в них могут быть включены и другие дистанции.
2. Для соревнований, входящих в рейтинг ФПМ, устанавливаются контрольные нормативы прохождения дистанции. Участники, подавшие заявки со временем хуже контрольного норматива, до участия в соревнованиях на данной дистанции не допускаются.
3. Заявочное время на всероссийские соревнования (чемпионат и Кубок России) должно быть показано спортсменом не ранее, чем за два года до момента подачи заявки.

1.2. РЕГИСТРАЦИЯ РЕКОРДОВ

1.2.1. Федерация плавания «Мастерс» (далее ФПМ) регистрирует рекорды России (мужчины, женщины) по виду спорта плавание в категории «Мастерс».

1.2.2. Рекорды регистрируются отдельно в бассейнах с длиной дорожек 25 и 50 метров отдельно по каждой возрастной группе.

1.2.3. Рекорды России регистрируются на дистанциях, указанных в п.п.1.1.1., 1.1.2.

1.2.4. Время, равное рекордному с точностью до 0,01сек., признается как эквивалентное рекорду, и пловцы, показавшие это время, называются «обладатели рекорда». Только время победителя заплыва может быть представлено для регистрации рекорда. В случае если два или несколько спортсменов показывают одинаковое рекордное время, все они считаются рекордсменами.

1.2.5. В эстафетном плавании участнику, плывущему на первом этапе, разрешается сделать попытку установления рекорда. Если он закончит свой этап в рекордное время в соответствии с правилами прохождения этой дистанции, то его результат не может быть аннулирован из-за последующей дисквалификации его эстафетной команды за нарушение, совершенное после окончания первым пловцом своего этапа.

1.2.6. Пловец в индивидуальном заплыве может сделать попытку установления рекорда на промежуточной дистанции, если представитель клуба подаст заявку рефери о том, чтобы время пловца на промежуточной дистанции было официально зарегистрировано, либо время на промежуточной дистанции регистрируется системой автоматической регистрации времени. Такой пловец должен полностью закончить заявленную дистанцию соревнований и не быть дисквалифицированным, с тем, чтобы ре-

корд на промежуточной дистанции был зарегистрирован.

1.2.7. Все рекорды, установленные на чемпионате и Кубке России, регистрируются автоматически. Заявки на регистрацию рекордов Европы и мира в категории «Мастерс» должны подаваться на официальных бланках LEN и FINA ответственным членом Президиума ФПМ, в течение, соответственно, 30 или 60 дней со дня установления рекорда.

1.2.8. Рекорды России, Европы и мира могут фиксироваться только на рейтинговых соревнованиях в категории «Мастерс», входящих в календарь ФПМ, в отношении спортсменов, имеющих российское гражданство и зарегистрированных в базе ФПМ.

1.2.9. Пловец, занявший первое место на первом этапе в эстафете, включая смешанную эстафету, имеет право подать заявку на регистрацию рекорда России, Европы и мира в категории «Мастерс».

1.2.10. Рекорды признаются только в том случае, если спортсмен был экипирован в плавательный костюм, одобренный FINA.

1.2.11. Рекорды России регистрируются в соответствии с Правилами регистрации рекордов России по плаванию в категории «Мастерс».

1.2.12. Рекорды Европы и мира регистрируются только при наличии электронной системы хронометража.

1.2.13. Для регистрации рекордов Европы и мира должен быть предоставлен Сертификат измерения длины бассейна.

1.2.14. Во время проведения эстафет все отрезки по 50 и 100 м у пловцов первого этапа должны быть зарегистрированы и опубликованы в официальных результатах.

1.3. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

1.3.1. Программа соревнований и расписание по дням определяется в Положении о соревнованиях. Положения всероссийских и рейтинговых соревнований должны быть согласованы и утверждены Президентом ФПМ.

1.4. КЛАССИФИКАЦИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

1.4.1. Соревнования классифицируются по виду и статусу проведения.

1.4.2. Вид соревнований: личные, лично-командные. В личных соревнованиях результаты (очки) и места засчитываются каждому отдельному участнику. В лично-командных соревнованиях результаты и места засчитываются одновременно отдельным участникам и команде в целом.

1.4.3. Статус соревнований:

1.4.3.1. Всероссийские соревнования: чемпионат, кубок России.

1.4.3.2. Соревнования субъекта Российской Федерации: чемпионат, кубок, первенство, другие официальные соревнования.

1.4.3.3. Соревнования региональные: чемпионат, первенство, турнир.

1.4.4. Вид, статус, и программа соревнований определяются Положением о соревнованиях, которое разрабатывает организация, проводящая соревнование. Положение должно быть опубликовано не менее чем за 1 месяц до дня проведения соревнований.

2. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ И СУДЬИ

2.1. ВОЗРАСТ УЧАСТНИКОВ

2.1.1. Участники соревнований делятся на следующие возрастные группы:

2.1.1.1. Индивидуальные дистанции: 25–29, 30–34, 35–39, 40–44, 45–49, 50–54, 55–59, 60–64, 65–69, 70–74, 75–79, 80–84, 85–89, 90–94 ... (возрастные группы по пять лет до необходимого максимального возраста).

2.1.1.2. Эстафеты. Учитывается суммарный возраст (в полных годах) всех членов команды. Возрастные группы для эстафет: 100–119, 120–159, 160–199, 200–239, 240–279, 280–319, 320–359 ... (возрастные группы по сорок лет до необходимого максимального значения).

2.1.2. Возраст участников определяется по состоянию на 31 декабря года проведения соревнований.

2.1.3. Границы возрастных групп указываются в Положении о соревнованиях.

2.2 ДОПУСК УЧАСТНИКОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ

2.2.1. Допуск к участию в соревнованиях регламентируется Положением о соревнованиях. В зависимости от требований Положения о соревнованиях допуск участников может быть ограничен возрастом, количеством, уровнем спортивной подготовленности.

2.2.2 Индивидуальные заявки к участию в Кубке и чемпионате России, а так же международных соревнованиях должны приниматься только от представителей клубов, входящих в Федерацию плавания «Мастерс». Ни один пловец и ни одна команда не вправе подавать заявку в качестве представителя страны или Федерации.

2.2.3. К участию в соревнованиях допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и получившие разрешение врача о допуске к соревнованиям.

2.2.4. Спортсмен, регистрирующийся для участия в соревнованиях в категории «Мастерс» в любой дисциплине, сохраняет неограниченное право выступать в других соревнованиях.

2.2.5. Допуск к участию в Кубке и чемпионате России, а так же в рейтинговых соревнованиях спортсменов, входящих в клубы ФПМ России, членов иностранных клубов, а так же выступающих лично на региональных рейтинговых соревнованиях осуществляется организаторами при приеме предварительных заявок на участие в соревнованиях в порядке, установленном официальными документами Федерации.

2.2.6. Регистрация участников должна осуществляться на Комиссии по допуску в день приезда (за день до начала соревнований) и в первый день соревнований. При регистрации необходимо учитывать реестр дисквалифицированных спортсменов и руководствоваться Дисциплинарным кодексом.

2.2.7. Участники эстафетной команды и их очередность должны быть заявлены в сроки, указанные в Положении о соревнованиях. Именной состав эстафетной команды, может быть изменен за один час до начала соревнований, в день, в который разыгрывается данная эстафета, без изменения возрастной группы. Фамилии и имена пловцов указываются в том порядке, в котором спортсмены будут плыть. Имена пловцов в комбинированной эстафете должны быть указаны в соответствии с тем стилем, которым плывет данный спортсмен. Замена участников эстафетной команды производится из числа пловцов, заявленных на эти соревнования в соответствии с технической заявкой. В случае обнаружения в заплыве судейской коллегией несоответствия заявленной информации – эстафета будет дисквалифицирована.

2.2.8. Эстафетные команды должны включать четырех спортсменов, зарегистрированных от одного клуба. Одному спортсмену не разрешается представлять более одного клуба.

2.2.9. Спортсмен не имеет права выступать в одном виде эстафеты в разных возра-

тных категориях.

2.2.10. Каждый участник имеет право принять участие не более, чем в 5-ти дисциплинах (не более 2-х в один день или одну сессию), не считая эстафет.

2.3. ОБЯЗАННОСТИ И ПРАВА УЧАСТНИКОВ

2.3.1. Участники соревнований **обязаны:**

2.3.1.1. Знать и четко выполнять правила соревнований по плаванию и не принимать запрещенных в спорте процедур.

2.3.1.2. Строго соблюдать нормы поведения в бассейне, организованно выходить на старт, при представлении участника судьей-информатором встать, сделать шаг вперед, повернуться лицом к зрителям.

2.3.1.3. Выполнять все распоряжения судей и полномочного представителя ФПМ во время соревнований.

2.3.1.4. Участники соревнований должны заблаговременно приходить в место формирования заплывов. За неявку на старт (DNS) на участника или клуб накладываются дисциплинарные санкции, предусмотренными Дисциплинарным Кодексом.

2.3.1.5. Основания наложения дисциплинарных санкций на спортсменов и клубы в период участия, а так же подготовки к всероссийским и международным соревнованиям по плаванию в категории «Мастерс» представлены и регулируются Дисциплинарным кодексом ФПМ.

2.3.1.6. Участники соревнований в категории «Мастерс» должны помнить о необходимости хорошей подготовки и хорошего состояния здоровья для участия в соревнованиях в категории «Мастерс». Они несут полную ответственность за все риски, связанные с участием в таких соревнованиях. В качестве условия участия они должны освободить FINA, ФПМ и Оргкомитет соревнований от ответственности любого рода за несчастные случаи со смертельным исходом, травмой или с причинением ущерба имуществу. Каждый участник соревнований в категории «Мастерс» должен предоставить медицинскую справку о допуске к соревнованиям и подписать заявление установленной формы о личной ответственности за собственное здоровье, содержащее предупреждение о рисках и освобождение от ответственности третьих лиц за состояние своего здоровья.

2.3.2. Запрещается нахождение спортсмена, не участвующего в заплыве, в стартовой зоне, а так же в иных местах, предназначенных для работы судейской бригады и технического персонала.

2.3.3. Участник имеет право обращаться к судьям только через представителя своей команды клуба.

2.4. ПРЕДСТАВИТЕЛИ КЛУБОВ

2.4.1. Каждый клуб, участвующий во всероссийских соревнованиях, должен иметь уполномоченного представителя клуба, ФИО которого должны быть сообщены организаторам не менее, чем за трое суток до начала соревнований.

2.4.2. Представитель клуба обязан в течение суток после публикации стартового протокола проверить его соответствие поданной заявке. При наличии расхождений написать письмо организаторам и ответственному секретарю ФПМ с приложением копии полученного подтверждения системы регистрации заявленных ФИО, дистанций и времени, не соответствующих стартовому протоколу.

2.4.3. Представителю команды, а так же участникам соревнований запрещается вмешиваться в распоряжения судей и лиц, проводящих соревнование. Со всеми вопросами представитель команды должен обращаться к рефери (главному судье) через пол-

номочного представителя ФПМ, назначенного на данные соревнования Президиумом ФПМ.

2.5. РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАНИЯМИ

2.5.1. Общее руководство всероссийскими соревнованиями осуществляется Федерацией плавания «Мастерс», спортивной организацией принимающей стороны. Общее руководство рейтинговых соревнований осуществляется организаторами турнира.

2.5.2. Непосредственно проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию.

2.6. ПРЕДСТАВИТЕЛИ (ДЕЛЕГАТЫ) ФЕДЕРАЦИИ ПЛАВАНИЯ «МАСТЕРС»

2.6.1. На чемпионатах и кубках России должны присутствовать два полномочных представителя ФПМ. Один представитель ФПМ отвечает за судейство. Второй, технический делегат, кроме судейства принимает готовность бассейна к проведению данных соревнований. Представители должны быть взаимозаменяемы. На остальных рейтинговых соревнованиях России Президиум ФПМ назначает одного полномочного представителя.

2.6.2. На всероссийских соревнованиях Представитель ФПМ возглавляет Комиссию по допуску участников соревнований.

2.6.3. Представитель ФПМ осуществляет контроль организации соревнований и соблюдения настоящих Правил, правил FINA для категории «Мастерс», Положения и/или Регламента проводимых соревнований, а также другие функции, предусмотренные положением о полномочных представителях ФПМ.

2.6.4. Представитель ФПМ не выступает в качестве судьи или представителя команды в тех же соревнованиях.

2.7. СУДЬИ

Рефери

2.7.1. Перед началом каждого заплыва рефери дает сигнал пловцам серией коротких свистков, приглашая их снять всю одежду, за исключением плавательного костюма, затем длинным свистком показывает, что они должны встать на стартовую тумбочку (или при плавании на спине и в комбинированной эстафете немедленно войти в воду). По второму длинному свистку спортсмены, плывущие на спине и в комбинированной эстафете должны немедленно принять стартовое положение. Когда пловцы и судьи готовы к старту, рефери жестом вытянутой к стартеру руки показывает, что пловцы теперь находятся под контролем стартера. Вытянутая рука должна оставаться в этом положении до стартового сигнала.

2.7.2. Спортсмен, совершивший старт до стартового сигнала, который зафиксирован и подтвержден как стартером, так и рефери, подлежит дисквалификации.

2.7.3. Рефери должен дисквалифицировать любого пловца за любое нарушение правил, которое рефери видел лично. Рефери может также дисквалифицировать спортсмена за нарушение правил, на которое рефери указали другие уполномоченные на это судьи. Все дисквалификации являются прерогативой рефери.

Главный судья

2.7.4. Главный судья должен помогать рефери контролировать выполнение своих обязанностей судьями.

2.7.5. На тех соревнованиях, где не назначен рефери, главный судья должен выпол-

нять и его обязанности.

Стартер

2.7.6. Стартер должен сообщать рефери обо всех случаях задержки спортсменом старта, преднамеренном непослушании или о любом другом нарушении дисциплины на старте, но только рефери может дисквалифицировать пловца за эту задержку или неправильное поведение.

2.7.7. Стартер имеет право решать, был ли старт правильным, причем это решение может отменить только рефери.

2.7.8. Во время подачи сигнала стартер должен находиться на боковой стороне бассейна примерно в пяти метрах от стартовой линии так, чтобы хронометристы могли видеть и /или слышать стартовый сигнал, а пловцы – слышать его.

3. ФОРМА И РЕКЛАМА

3.1. Форма всех участников соревнований должна отличаться хорошим вкусом, быть пригодной для выступления в данной дисциплине и не носить никаких обозначений, которые могли бы показаться оскорбительными. Вся форма должна быть непрозрачной. Разрешается носить 2 шапочки. Рефери соревнований имеет право снять с соревнований любого участника, на плавательном костюме или на теле которого нанесены изображения, не отвечающие требованиям этого правила.

3.2. На всероссийских и рейтинговых соревнованиях запрещается стартовать в шапочках и купальных костюмах с символами, флагами, буквенными кодами других государств и иностранных клубов (допускаются названия городов, наименования брендов, логотипы ЧЕ, ЧМ без государственной символики). Исключением являются зарубежные участники соревнований.

3.3. На парад и церемонию награждения участникам каждого клуба желательно выходить в форме, на которой должны быть эмблема или логотип клуба.

3.4. Плавательная экипировка (плавательные костюмы, шапочки и очки) должны соответствовать требованиям FINA, согласно утвержденным спискам производителей. Спортсмен, участвующий в соревнованиях в не сертифицированном FINA плавательном костюме, может быть не допущен к заплыву или дисквалифицирован.

3.5. На каждом костюме участника, т.е. купальном костюме и шапочке, разрешается иметь два логотипа: производителя и другого спонсора. Две части костюма должны рассматриваться как один костюм. Другие виды рекламы не разрешаются. Название и флаг страны участника или буквенный код страны рекламой не считаются. Каждый из логотипов не должен превышать: плавательный костюм 40 кв. см.; плавательная шапочка 20 кв. см.

3.6. Нательная реклама не разрешается, ни под каким видом.

3.7. Реклама табачных изделий и алкоголя запрещена.

4. ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

4.1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

4.1.1. Возрастные группы и группы по половому признаку могут комбинироваться, чтобы ни один участник не плыл один, и дорожки были заполнены.

- 4.1.2. Спортсменам может быть разрешено оставаться на своей дорожке, не касаясь контактного щита автоматической системы регистрации времени при их наличии, пока соревнуются другие пловцы, если рефери не потребует покинуть бассейн.
- 4.1.3. В смешанных эстафетах порядок выступления спортсменов разного пола выбирается произвольно.
- 4.1.4. Оргкомитет может назначить для дистанций 400, 800 и 1500 метров вольным стилем 2 (двух) пловцов одного пола на одну дорожку. Для каждого пловца потребуется отдельный хронометраж.
- 4.1.5. Разминка должна проходить под наблюдением.
- 4.1.6. Дисквалифицированные пловцы должны включаться в список результатов с указанием кода причины дисквалификации.

4.2. СТАРТ

- 4.2.1. В заплывах на все дистанции осуществляется правило одного старта (старт участникам дается независимо от фальстарта, а участник, совершивший его, снимается с дистанции).
- 4.2.2. Старт участников может даваться сразу после завершения предыдущего заплыва, причем участники заплыва остаются в воде, держась за дорожку, не касаясь щитов при их наличии. После сигнала стартера участники по команде выходят из воды.
- 4.2.3. Старт разрешается принимать с бортика бассейна или из воды.
- 4.2.4. Старт в заплывах вольным стилем, брассом, баттерфляем и комплексным плаванием осуществляется прыжком со стартовой тумбочки. После длинного свистка рефери пловцы должны встать на стартовую тумбочку и остаться там или занять стартовую позицию в воде, сохраняя контакт хотя бы одной руки со стартовой стенкой. По команде стартера «На старт» они немедленно принимают стартовое положение, поставив хотя бы одну ногу на переднюю часть стартовой тумбочки для пловцов, стартующих с тумбочки. Положение рук не регламентируется. Для пловцов, стартующих из воды, необходимо сохранять контакт одной руки со стартовым поручнем или стенкой. Когда пловцы примут неподвижное положение, стартер должен дать стартовый сигнал.
- 4.2.5. Старт в заплывах на спине и комбинированной эстафете производится из воды. По длинному свистку рефери (п. 2.7.1.) пловцы должны немедленно войти в воду. По второму длинному свистку рефери пловцы должны без задержки вернуться к стартовой позиции. Убедившись, что все спортсмены приняли стартовое положение, стартер дает команду «На старт». Когда все участники примут неподвижное положение, держась обеими руками за стартовые поручни, стартер должен дать стартовый сигнал.
- 4.2.6. Спортсмен, стартующий до подачи стартового сигнала стартером, должен быть дисквалифицирован.
- 4.2.7. В старших возрастных группах 70+ допускается помощь со стороны судей хронометристов при заходе спортсмена на стартовую тумбочку или спуске в воду (при старте спортсмена из воды). В возрастных группах 80+ судьям рекомендуется сопровождать спортсмена на тумбочку или спуске в воду.
- 4.2.8. Стартерам в возрастных группах 70+ рекомендуется проявлять лояльность в отношении неподвижного состояния спортсмена непосредственно перед стартом.

4.3. ПЛАВАНИЕ ВОЛЬНЫМ СТИЛЕМ

- 4.3.1. Плавание вольным стилем означает, что участнику на дистанции разрешается

плыть любым способом, исключением являются комплексное плавание и комбинированная эстафета, где вольный стиль – это любой другой способ, кроме плавания на спине, брасса и баттерфляя.

4.3.2. Пловец должен коснуться стенки какой-либо частью своего тела при завершении каждого отрезка дистанции и на финише.

4.3.3. Любая часть тела пловца должна разрывать поверхность воды во время заплыва, за исключением разрешения пловцу быть полностью погруженным под водой во время поворота и на расстоянии не более 15 м после старта и каждого поворота. В этой точке голова спортсмена должна разорвать поверхность воды.

4.4. ПЛАВАНИЕ НА СПИНЕ

4.4.1. Перед стартовым сигналом пловцы занимают исходное положение в воде лицом к стартовой тумбочке, держась обеими руками за стартовые поручни. При использовании устройства для старта на спине пальцы обеих ног должны упираться в середину или нижний край контактного щита. Цепляться пальцами ног за верхний край контактного щита запрещено.

4.4.2. Когда используется устройство для старта на спине, каждый судья на повороте на стартовом конце бассейна должен установить устройство перед стартом и убрать его после старта.

4.4.3. После стартового сигнала и после поворота пловец должен оттолкнуться и плыть на спине в течение всей дистанции, исключая момент выполнения поворота. Нормальное положение на спине может включать вращательное движение тела в горизонтальной плоскости, но не более чем на 90° относительно горизонтальной поверхности. Положение головы не регламентируется.

4.4.4. В плавании на спине разрешены движения брассом руками и ногами единообразно на протяжении всей дистанции.

4.4.5. Какая-либо часть тела должна разрывать поверхность воды на всем протяжении дистанции, исключая разрешенное пловцу полное погружение во время поворота и на отрезке не более чем 15 м после старта и после каждого поворота. В этой точки голова спортсмена должна разорвать поверхность воды.

4.4.6. При выполнении поворота пловец должен коснуться стенки бассейна на своей дорожке какой-либо частью тела. Во время поворота плечи могут быть опрокинуты по вертикали к положению на груди, после чего сразу же следует либо один непрерывный гребок одной рукой, либо один непрерывный гребок одновременно двумя руками для начала поворота. После отталкивания от стенки бассейна спортсмен должен вернуться к положению на спине.

4.4.7. На финише дистанции пловец должен коснуться стенки, находясь в положении на спине с учетом п.4.4.5.

4.5. ПЛАВАНИЕ БРАССОМ

4.5.1. После старта и после каждого поворота спортсмен может сделать один длинный гребок руками, находясь при этом полностью погруженным в воду. Разрешается один дельфинообразный удар ногами в любое время после старта и каждого поворота перед первым циклом движений.

4.5.2. С начала первого гребка руками после старта и после каждого поворота пловец должен лежать на груди. Поворот на спину запрещен в любое время, кроме как при повороте после касания стенки бассейна, когда тело спортсмена может повернуться в любой плоскости и выйти в положение «на груди» после отрыва от стенки бассейна.

От старта и на всем протяжении дистанции должен соблюдаться цикл «один гребок – один толчок ногами». Все движения рук должны быть одновременны и в одной горизонтальной плоскости без чередующихся движений.

4.5.3. Обе руки вытягиваются вперед от груди по поверхности, выше или ниже поверхности воды. Локти должны находиться под водой, за исключением финального гребка до поворота, во время поворота и финального гребка на финише. Руки возвращаются назад по поверхности воды или под водой. Они не должны заходить за линию бедер, исключая первый гребок после старта и каждого поворота.

4.5.4. В течение каждого полного цикла, какая-либо часть головы пловца должна разорвать водную поверхность. Голова должна разорвать поверхность воды прежде, чем руки начнут движение внутрь из наиширочайшей части второго гребка. Все движения ног должны быть одновременны и выполняться в одной горизонтальной плоскости без чередующихся движений.

4.5.5. Во время активной части толчка стопы должны быть развернуты в стороны. Чередующиеся движения или дельфинообразные удары книзу не допускаются, кроме случаев, указанных в п.4.5.1. Нарушение поверхности воды стопами ног разрешается, если только вслед за этим не следует дельфинообразный удар книзу.

4.5.6. На каждом повороте и на финише дистанции касание должно быть сделано обеими раздвинутыми руками одновременно выше, ниже или по поверхности воды. При последнем гребке при повороте или на финише не обязателен толчок ногами после гребка. Голова может погружаться в воду после последнего гребка руками перед касанием. Однако голова должна разорвать поверхность воды в какой-либо точке во время последнего полного или неполного цикла, предшествующего касанию.

4.6. ПЛАВАНИЕ БАТТЕРФЛЯЕМ

4.6.1. От начала первого гребка руками после старта и после каждого поворота тело должно находиться на груди. Разрешены подводные удары ногами в стороны. Поворот на спину не разрешен в любое время, кроме как при повороте после касания стенки бассейна, когда тело спортсмена может повернуться в любой плоскости и выйти в положение «на груди» после отрыва от стенки бассейна.

4.6.2. Обе руки должны одновременно проноситься вперед над водой и одновременно возвращаться обратно во время всей дистанции.

4.6.3. Все движения вверх и вниз должны выполняться одновременно двумя ногами. Ноги или ступни могут быть не на одном уровне, но чередующиеся движения не разрешаются.

4.6.4. Движения ног как при плавании брассом разрешены также в баттерфляе. На каждый гребок допускается только одно «брассовое» движение ногами, за исключением одного дополнительного «брассового» движения ногами без гребка руками перед поворотом и перед финишем. После старта и после каждого поворота разрешено одно «брассовое» движение ногами до первого гребка руками.

4.6.5. На каждом повороте и на финише касание должно быть одновременно обеими разведенными руками по поверхности, выше или ниже поверхности воды.

4.6.6. При старте и на поворотах пловцу разрешается сделать под водой одно или несколько «дельфинообразных» движений ногами и один гребок руками, которые должны вынести его на поверхность. Пловцу разрешается полное погружение на отрезке не более 15 м после старта и каждого поворота. В этой точке голова спортсмена должна разорвать поверхность воды. Пловец должен оставаться на поверхности до следующего поворота или до финиша.

4.7. КОМПЛЕКСНОЕ ПЛАВАНИЕ И КОМБИНИРОВАННАЯ ЭСТАФЕТА

4.7.1. В индивидуальном комплексном плавании пловец проходит дистанцию четырьмя стилями в следующем порядке: баттерфляй, на спине, брасс и вольный стиль. Каждый отрезок должен составлять $\frac{1}{4}$ от общей дистанции.

4.7.2. В комбинированной эстафете пловцы проходят дистанцию четырьмя стилями в следующем порядке: на спине, брасс, баттерфляй и вольный стиль.

4.7.3. На каждом этапе спортсмен должен финишировать в соответствии с правилами финиширования данного способа плавания.

4.8. ПРОХОЖДЕНИЕ ДИСТАНЦИИ

4.8.1. Спортсмен, выступающий в индивидуальных видах программы, должен пройти всю дистанцию, чтобы его результат был зачтен.

4.8.2. Пловец должен закончить дистанцию на той же дорожке, на которой он стартовал.

4.8.3. Во всех заплывах при выполнении поворотов пловец должен коснуться стенки или поворотного щита на конце бассейна. Поворот необходимо сделать от стенки, отталкиваясь ногами от дна бассейна не разрешается.

4.8.4. Пловец, вставший на дно бассейна во время заплывов вольным стилем или на этапе вольного стиля в комбинированной эстафете, не дисквалифицируется, если он не идет по дну.

4.8.5. Подтягивание за разделительный шнур не разрешается.

4.8.6. Пловец, оказавшийся на пути другого пловца и помешавший ему пройти дистанцию, дисквалифицируется. Если это нарушение совершено намеренно, то рефери должен доложить о нем представителю организации, проводящей соревнование, и представителю команды, членом которой является нарушитель.

4.8.7. Во время соревнований пловцам не разрешается использовать или надевать какие-либо приспособления, увеличивающие скорость, плавучесть или выносливость (такие, как перчатки с перепонками, ласты, браслеты, ручные повязки, липкие субстанции и пр.). Защитные очки надевать можно. Не допускается применение повязок, тейпов на теле, если только это не разрешено врачом соревнований.

4.8.8. Если спортсмен, не участвующий в проходящем заплыве, оказывается в воде до завершения заплыва всеми участниками, он отстраняется от участия в своем следующем заплыве.

4.8.9. В каждой команде эстафетного плавания должно быть четыре пловца. Возможно проведение смешанных эстафет. В состав смешанных эстафет должны входить два (2) мужчины и две (2) женщины.

4.8.10. В эстафетном плавании команда, пловец, который оторвет ноги от стартовой тумбочки раньше, чем коснулся стенки участник предыдущего этапа, должна быть дисквалифицирована. При использовании электронной системы фиксации времени отрыва от стартовой тумбочки при передаче этапов в эстафетном плавании, с учетом точности допускается значение -0,01 секунды.

4.8.11. Команда эстафетного плавания дисквалифицируется, если её участник, кроме пловца, назначенного плыть данный этап, окажется в воде до окончания дистанции участниками всех команд.

4.8.12. Участник эстафетной команды может стартовать только на одном этапе. Нарушение порядка поименной очередности проплыва этапов ведет к дисквалификации.

4.8.13. Пловец, закончивший свою дистанцию или этап в эстафетном плавании, должен как можно быстрее покинуть бассейн, не мешая при этом другим пловцам, кото-

рые еще не закончили свою дистанцию. В противном случае пловец, совершивший нарушение, или эстафетная команда должны быть дисквалифицированы.

4.8.14. Если нарушение, указанное в п.4.8.13 повлияло на результат пловца, рефери имеет право предоставить ему новую попытку в следующих заплывах, если нарушение произошло в последнем заплыве – назначить его переплыв.

4.8.15. Не разрешается лидирование (гонка за лидером), также как не может быть использовано оборудование или другие средства для достижения такого эффекта.

4.8.16. Дисквалифицированные пловцы должны включаться в список результатов с указанием кода причины дисквалификации.

5. ХРОНОМЕТРАЖ

5.1. Работа автоматической системы регистрации времени должна проходить под контролем назначенных для этого судей. Данные, полученные автоматической системой регистрации времени, используются для определения победителя, всех последующих мест участников, а также всех результатов, показанных на каждой дорожке. Места и результаты, определенные таким образом, должны иметь преимущество перед показаниями хронометристов. В заплывах, где автоматическая система полностью отказала или очевидно, что она выдала ошибочные результаты, а также в тех случаях, когда пловцу не удалось вызвать срабатывания системы, официальными должны считаться результаты хронометристов.

5.2. При использовании автоматической системы регистрации времени результаты должны учитываться только с точностью до 0,01 сек. При наличии результатов с точностью до 0,001 сек. третий знак не должен учитываться или использоваться при распределении мест. В заплыве с одинаковыми зарегистрированными результатами с точностью до 0,01 сек. все пловцы, имеющие эти результаты, должны занимать одно и то же место. Время, показываемое на демонстрационном табло, должно иметь точность только до 0,01 сек.

5.3. Любое устройство для измерения времени, которое выключается судьей, считается секундомером. Время, установленное при помощи секундомера (ручной результат), должно быть зарегистрировано тремя хронометристами, назначенными или утвержденными представителем ФПМ. Все секундомеры должны иметь свидетельства о поверке, выданные соответствующей контрольной организацией, гарантирующие точность секундомеров. Ручной результат должен регистрироваться с точностью до 0,01 сек. Когда не применяется автоматическая система регистрации времени, официальный ручной результат должен определяться следующим образом:

5.3.1. Если два из трех секундомеров зарегистрировали одно и то же время, а третий результат не совпадает, два одинаковых времени должны стать официальным результатом.

5.3.2. Если результаты всех трех секундомеров не совпадают, время секундомера со средним результатом считается официальным результатом.

5.3.3. Когда сработали только два из трех секундомеров, официальным результатом должно быть их среднее время.

5.4. Если участник дисквалифицирован во время дистанции или после ее окончания, то эта дисквалификация отмечается в официальных результатах, но ни результат, ни место участника не указывается и не объявляется.

5.5. Когда на каких-либо соревнованиях применяется система автоматической регистрации времени, места и результаты, а также правильность смены этапов в эстафет-

ном плавании, определенные с помощью этой системы, имеют преимущество перед результатами хронометристов и судей на повороте.

5.6. В случае дисквалификации эстафеты, зафиксированные этапы до момента дисквалификации должны быть зарегистрированы в официальных результатах.

5.7. Во время проведения эстафет все отрезки по 50 и 100 м у пловцов первого этапа должны быть зарегистрированы и опубликованы в официальных результатах.

6. ПРОТЕСТ

6.1. Протесты возможны:

а) если правила и инструкции по проведению соревнований не соблюдаются;

б) если какие-либо условия представляют опасность для проведения соревнований и/или участников соревнований;

в) против решения рефери, при этом, протест против решения рефери по явному факту нарушения не принимается, так как решение рефери является окончательным;

6.2. Протест должен быть направлен рефери (при отсутствии рефери – главному судье) в письменном виде уполномоченным представителем клубной команды.

6.3. В протесте должен быть указан вид программы, номер заплыва, номер дорожки, причина дисквалификации. Протест должен быть подписан уполномоченным представителем команды с расшифровкой фамилии и указанием даты и времени подачи. Протест должен быть подан до конца соревновательного дня. При подаче необоснованного протеста на клуб налагается штраф в размере 1 000 рублей.

6.4. Все протесты должны быть рассмотрены рефери в течение 60 минут по окончании соревнований. Если протест отклонён, рефери должен изложить причину, по которой принял такое решение. Решения рефери являются окончательными.

7. ТРЕБОВАНИЯ К БАССЕЙНАМ

7.1. Минимальная глубина в 1,35 м должна быть обеспечена на отрезке от 1 м до 6 м на концах бассейна, оборудованных стартовыми тумбочками. На остальном протяжении бассейна минимальная требуемая глубина – 1,0 м.

7.2. Дорожки должны иметь ширину 2,5 м. С внешней стороны первой и последней дорожек должны быть свободные пространства шириной 0,2 м.

7.3. Фальстартовый шнур, может быть, натянут между неподвижными стойками поперек бассейна на высоте не менее 1,2 м от поверхности воды на расстоянии 15,0 м от стартового конца. Он должен иметь быстросрабатывающий механизм расцепления. При срабатывании шнур должен четко накрывать все дорожки.

7.4. Температура воды должна быть 25-28°C. Уровень воды во время соревнований должен поддерживаться постоянным. В целях соблюдения санитарно-гигиенических норм, существующих в большинстве стран, разрешается приток и слив воды, которые не должны создавать течений или водоворотов.

7.5. Рейтинговые соревнования ФПМ должны проводиться в бассейнах, имеющих Сертификат измерения длины бассейна.

8. ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПЛАВАНИЮ НА ОТКРЫТОЙ ВОДЕ В КАТЕГОРИИ «МАСТЕРС»

8.1 Соревнованиями по плаванию на открытой воде в категории «Мастерс» считаются соревнования на дистанции более 1000 метров. К участникам соревнований применяются правила возрастных групп «Мастерс».

8.2 Правила проведения соревнований по плаванию на открытой воде, изложенные в Руководстве FINA, применяются к соревнованиям по плаванию на открытой воде в категории «Мастерс» со следующими исключениями:

8.2.1. Дистанция соревнований по плаванию на открытой воде в категории «Мастерс» может составлять до 5 км.

8.2.2. Температуру воды необходимо измерить не более чем за 60 мин до начала заплыва; она должна быть не менее 18°C и не более 31°C. Температуру должен заверить Офицер безопасности; ее необходимо измерять как можно ближе к середине дистанции, на глубине 40 см.

8.2.3. Все пловцы в обязательном порядке должны использовать хорошо заметные цветные шапочки.

8.2.4. Ногти участников соревнований должны быть коротко подстрижены.

8.2.5. На теле спортсмена не должно быть никаких предметов: колец, часов, цепочек, браслетов, сережек и т.п.

8.2.6. На российских соревнованиях по плаванию на открытой воде допускается использование костюмов, не зависимо от температуры воды, при этом руки должны быть открытыми для нанесения на них номеров при маркировке. Данный пункт не распространяется на международные соревнования, так как на них использование костюмов регламентируется правилами международных соревнований.

8.2.7. По решению организаторов соревнований старшие возрастные группы 70+.... должны иметь буй для плавания на открытой воде. Буй спортсмен приобретает на собственные средства.

8.2.8. Комиссия по допуску проверяет наличие у спортсменов всех необходимых справок, шапочек, бுவ, состояние ногтей, информирует о необходимости снять на время проплыва украшения и прочее.

8.2.9. Спортсмену может быть отказано в маркировке и дальнейшем участии в соревнованиях, если во время маркировки у него не будет шапочек, був у старших групп, на теле спортсмена будут находиться украшения.

8.2.10. На всех соревнованиях по плаванию на открытой воде в категории «Мастерс» первостепенное значение должна иметь безопасность соревнований.



– один из образцов бую