

Épreuve de nage 500m capelé

Date et Lieu :

Parcours Simple, Aller & retour, Triple, Autre

État de la mer :

Courant :

Temps mesuré en Min et Sec	Numéro des Candidats	Fait / non Fait	
		H ♂	F ♀
Inférieur à 11'		Fait	Fait
De 11' 01 à 12'		Fait	Fait
De 12' 01 à 13'		Fait	Fait
De 13' 01 à 14'		Fait	Fait
De 14' 01 à 15'		Fait	Fait
De 15' 01 à 16'		Fait	Fait
De 16' 01 à 17'		Non Fait	Non Fait
Supérieur à 17'01"		Non Fait	Non Fait
Abandon			

Identification du Jury

NOM _____

Visa

NOM _____

Visa

L'épreuve est individuelle et consiste à réaliser un parcours déterminé de 500 m en moins de 16 minutes. Les candidats portent un scaphandre, respirent au tuba, se déplacent en nage ventrale, partent ensemble et effectuent un parcours déterminé de 500 m.

Le candidat ne doit pas se servir du scaphandre qu'il porte, ni s'aider de ses bras. L'épreuve doit être effectuée scaphandre sur le dos, bouteille ouverte et détendeur en main.

Le lestage utilisé est celui qui correspond à la pesée convenable du candidat, son équipement est le même que celui qu'il utilise pour les autres épreuves en scaphandre.