

- **Schwimmen**

## 40\_50m Schwimmen

### Beschreibung

50m-Strecke muss ohne Unterbruch (Stil frei) absolviert werden.  
Start im Wasser. Orientierungshilfen für Sportler:innen mit einer Sehbehinderung.

### Bewertung

Geschwommene Zeit in Minuten/Sekunden/Hundertstel

### Anzahl Versuche

1

## 41\_100m Schwimmen

### Beschreibung

100 m-Strecke muss ohne Unterbruch (Stil frei) absolviert werden.  
Start im Wasser. Orientierungshilfen für Sportler:innen mit einer Sehbehinderung.

### Bewertung

Geschwommene Zeit in Minuten/Sekunden/Hundertstel

### Anzahl Versuche

1

## 42\_Differenzschwimmen 2 x 25 m

### Beschreibung

25 m werden in beliebigem Tempo geschwommen. Nach einer Pause wiederholt der/die Teilnehmende die gleiche Strecke und versucht, so nah wie möglich an die vorherige Zeit heranzukommen. Am besten abgeschnitten hat der/die Schwimmer:in, welche/r die kleinste Differenz zwischen den zwei geschwommenen Zeiten aufweist.

### Bewertung

Differenz in Hundertstel

### Anzahl Versuche

1

## 43\_Schwimm-Parcours

### Beschreibung

Jede/r Teilnehmer:in absolviert den Parcours alleine. Bei komplett absolviertem Parcours wird die benötigte Zeit auf der persönlichen Leistungskarte eingetragen. Die Schwimm-, Tauch- und Transporttechniken sind frei. Der Start erfolgt im Wasser.  
Beschrieb siehe nächste Seite.

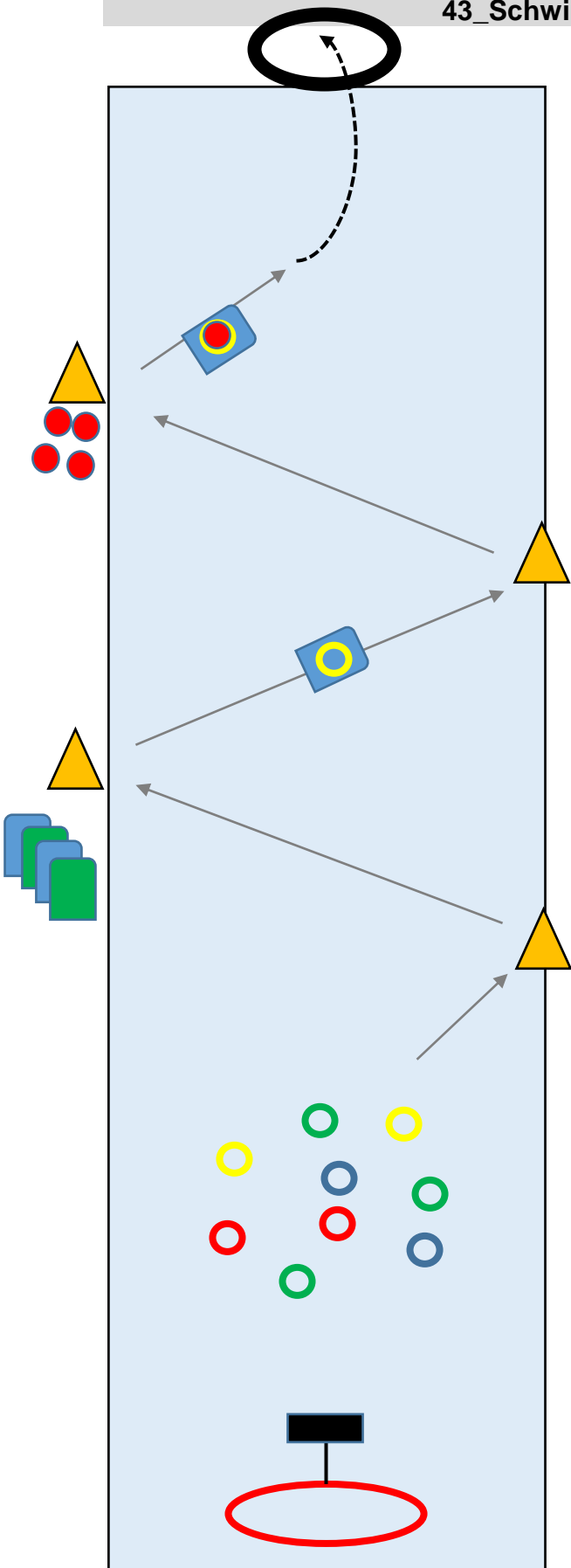
### Bewertung

Benötigte Zeit für komplett absolvierten Parcours

### Anzahl Versuche

1

43\_Schwimm-Parcours



- 11.) Zielwurf mit Ball. Entfernung selber wählen. So viele Versuche, bis Ball im **Ziel** ist.
  - 10.) Ball, Ringli und Schwimmbrett schwimmend transportieren.
  - 9.) Ball mitnehmen.
  - 8.) Markierung berühren.
  - 7.) Ringli und Schwimmbrett schwimmend transportieren.
  - 6.) Schwimmbrett mitnehmen.
  - 5.) Markierung berühren.
  - 4.) Ringli schwimmend transportieren.
  - 3.) 1 Tauchringli vom Beckengrund holen. Wassertiefe 1.50m.
  - 2.) Luft holen oder direkt weiter.
  - 1.) Durch Reif tauchen
- Start** (im Wasser)

- **Natation**

## 40\_Natation 50m

### Description

50 m sans interruption (style libre). Départ dans l'eau. Aide à l'orientation pour aveugles et malvoyants.

### Évaluation

Temps nagé (en minutes, secondes et centièmes de secondes)

**Nombre de tentatives**

1

## 41\_Natation 100m

### Description

100 m sans interruption (style libre). Départ dans l'eau. Aide à l'orientation pour aveugles et malvoyants.

### Évaluation

Temps nagé (en minutes, secondes et centièmes de secondes)

**Nombre de tentatives**

1

## 42\_Natation 2 x 25 m Différence de temps

### Description

25 m sont nagé à une certaine vitesse. Après une pause, le nageur/la nageuse nage la même distance une deuxième fois, en essayant d'obtenir le temps le plus proche du temps obtenu précédemment. Le meilleur résultat est obtenu par le nageur/la nageuse qui obtient la plus petite différence entre les temps obtenus.

### Évaluation

Différence en centièmes de seconde

**Nombre de tentatives**

1

## 43\_Parcours de natation

### Description

Chaque participant effectue le parcours seul. Lorsque le parcours a été effectué dans son intégralité le temps nécessaire est inscrit sur la carte de résultats personnelle. Les techniques de nage, plongée, et les techniques de transport sont libres. Le départ se fait dans l'eau. Description voir page suivante.

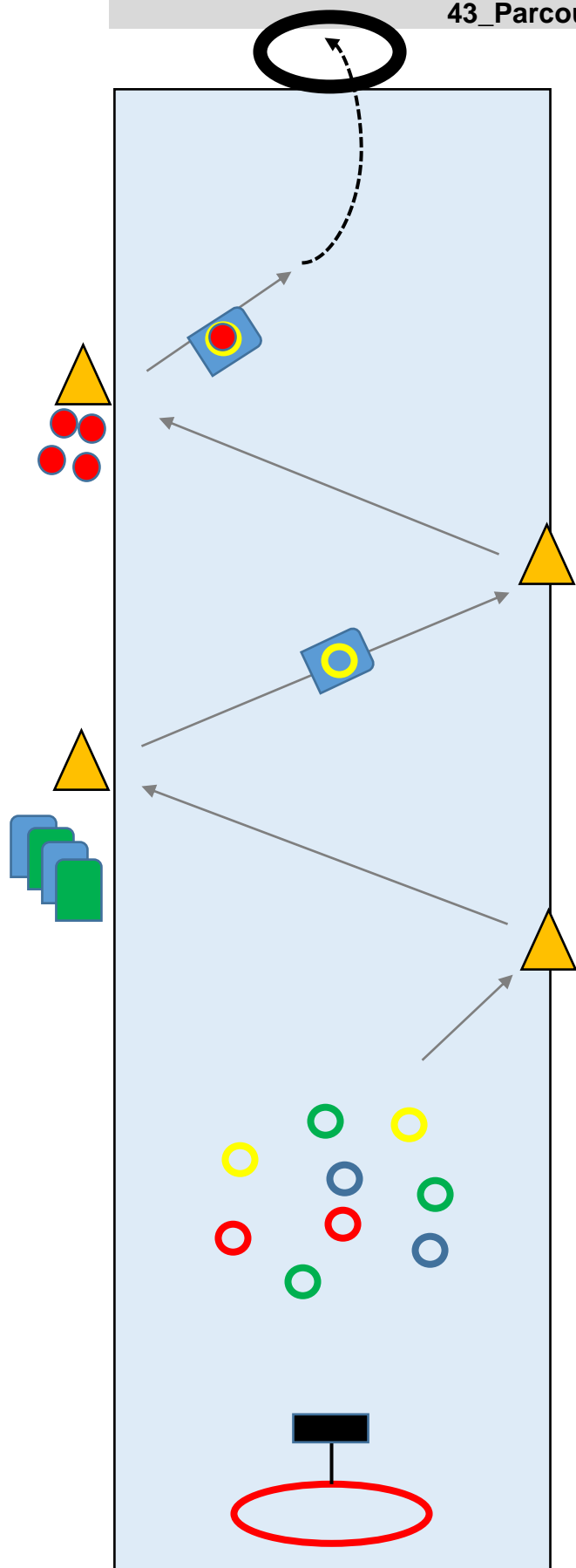
### Évaluation

Temps nécessaire pour un parcours complet

**Nombre de tentatives**

1

43\_Parcours de natation



11.) Lancer de la balle. Choisir soi-même la distance. Autant d'essais jusqu'à ce que la balle atteigne le but.

10.) Transporter à la nage la balle, l'anneau et la planche de natation.

9.) Prendre la balle.

8.) Toucher le marqueur.

7.) Transporter à la nage l'anneau et la planche de natation.

6.) Prendre une planche de natation.

5.) Toucher le marqueur.

4.) Transporter l'anneau à la nage.

3.) Aller chercher 1 anneau de plongée au fond du bassin. Profondeur 1,50 m.

2.) Reprendre son souffle ou continuer directement.

1.) Plonger dans le cerceau.

**Départ** (dans l'eau)