

Instruktion för genomförande av täflingsgrenen

25 ■ BOLLFÖRING MEDELST FLYTNING FÖTTERNA FÖRE

För genomförande av denna precisionsövning fordras att den täflande under stor koncentration intar startposition vid 25 m-bassängens ena kortsida. Härvid skall kroppen befinna sig i horisontalläge med huvudet invid bassängkanten, ansiktet riktat mot simhallens tak och ryggen mot bassängens botten, benen pekande mot den 25 m bort belägna andra bassängkortsidan samt omedelbart framför fötterna en styck poloboll. Den täflande påverkar kontrollanten till tidtagningsaktivitet genom att utropa ett ljudligt "NU!", samt påbörjar färden mot andra kortsidan varunder polobollen under hela vägen "puttas" framför den täflande med hjälp av fötterna. Härvid får inte bollen hållas med fötterna och förflyttning får ske endast med hjälp av armrörelser. Målgång sker då den täflandes fötter vidrör bortre kortsidan, förutsatt att polobollen vidrört samma vertikalyta omedelbart dessförinnan.