

Instruktion för genomförande av täflingsgrenen

### **75 ■ LIVRÄDDNING**

Den täflande startar sin verksamhet vid 25 m-bassängens södra kortsida, simmar medelst valfritt simsätt norrut och utför vändning vid norra kortsidan genom kakelvidröring med minst en hand, återvänder därefter till södra kortsidan, men gör ett kortare uppehåll efter cirka 20 meter för upphämtning av på basängbotten befintlig, med flöte försedd tyngd. Tyngden överlämnas till på bassängens södra kortsidas torra, horisontella del befintlig kontrollant. Denne tackar härför genom att till den täflande överlämna i vattnet nedsänkt och helt vattenfylld livräddningsdocka. Den täflande förflyttar sig därefter snabbast möjligt, medförande den vattenfyllda livräddningsdockan, till bassängens norra kortsida, varefter han avslutar sitt täflingsdeltagande genom vidröring av kaklet med någon kroppsdel.