

Instruktion för genomförande av täflingsgrenen

75 m MEDLEY

Täflingen inledes med att den täflande nedsänker sin lekamen i 25 m-bassängens vatten och intar flytande ställning i ryggläge med de näpna fötterna vilande mot den vertikala kakelbeklädningen. Tidtagningen påbörjas då den täflande tar avstamp från en av bassängens kortsidor. De första 25 meterna sker förflyttning medelst flytning, d v s endast armar, ögon och ögon får röras. Vid vändning efter 25 m skall ovillkorligen kaklet vidröras, varefter omedelbart täflingens andra etapp påbörjas. Förflyttning under andra etappen sker medelst ryggsim. Vid vändning efter totalt tillryggalagda 50 m måste någon kroppsdel vidröra kaklet varefter 25 m befriande frisimsrusning vidtar mot det hägrande målet, där täflingen avslutas med traditionell handpåläggning.

1987-10-29