

## EPREUVE DE NATATION SAUVETAGE

### ATTESTATION POUR LA FORMATION MONITEUR FEDERAL PAGAIES COULEURS

Je Soussigné (e) :.....  
Maître Nageur Sauveteur, BEESAN, BNSSA, n° de carte ou diplôme :.....  
ou Formateur Agréé par la FFCK, fonction :.....  
Adresse :.....  
.....Tél :.....  
Certifié que Melle, M .....  
Adresse : .....  
.....Tél :.....

A satisfait sous mon contrôle aux épreuves suivantes :

**1/ Un départ plongé, suivi d'une nage libre**, puis recherche d'un mannequin réglementaire de type « Pitet » agréé MSS, immergé à 25 mètres du point de départ à une profondeur de 2 mètres minimum et de 3 mètres maximum, une remontée en surface suivie d'un remorquage sur 25 mètres, prise réglementaire et sans immersion de la tête du mannequin de plus de 5 secondes.

**2/ Un parcours de 200 mètres nage libre** avec franchissement en immersion complète de huit obstacles de 2 mètres de largeur, sans limite de temps.

Obstacles :

- obstacles délimités par deux lignes flottantes, distantes de deux mètres et placées perpendiculairement aux couloirs de nage
- bassin de 25 mètres, 1 obstacle médian,
- bassin de 50 mètres, 2 obstacles situés respectivement à 12,50 mètres et 37,50 mètres du bord de départ.

**3/ Un lancer de "ballon de sauvetage" dans une aire de lancer** (cible), formant un carré de 2,50 mètres de côté.

Cette cible est délimitée sur un plan d'eau par des lignes flottantes dans un couloir de nage.

La distance entre le centre de la cible et le bord du lancer est de 12 mètres.

Le lancer s'effectue en tenue de bain ou sportive, sans course d'élan.

- le candidat prépare son "ballon" effectue lui-même le lovage du cordage, puis prend place sur le bord d'envoi, le juge donne alors le signal de début d'épreuve,
- le candidat doit réussir un lancer dans un temps limité de 40 secondes; il peut donc effectuer une ou deux tentatives dans la limite des 40 secondes,
- le lancer est déclaré valable lorsque le ballon tombe directement dans la cible ou sur les lignes flottantes matérialisant ses côtés.

Toute entrée du ballon dans la cible qui intervient après un premier impact réalisé à l'extérieur de la cible, entraîne la nullité du lancer (exemple : par glissade, rebond, ricochet...).

*N.B. Dans le cas d'une attestation délivrée par un formateur agréé par la FFCK, l'épreuve du ballon peut être remplacée par un lancer de corde de sécurité effectué dans des conditions similaires*

Fait à :..... Le : .....

Certifié exact

Signature