

# Výtah z pravidel plavání ČSPS

## Start

4.4 předčasný start

## Volný způsob

5.2 závodník se nedotkl při obrátce nebo v cíli  
5.3 hlava protнула hladinu za 15 m po startu nebo obrátce  
5.3 úplné ponoření těla v průběhu závodu

## Znak

6.2 porušení znakové polohy (jindy než při obrátce)  
6.3 hlava protнула hladinu za 15 m po startu nebo obrátce  
6.3 úplné ponoření těla v průběhu závodu  
6.4 splývání před obrátkou v poloze na břiše  
6.4 obrátka není započata po dokončení záběru paží v poloze na břiše  
6.4 obrátka bez doteku na stěnu  
6.4 po obrátce odraz na břiše  
6.5 v cíli dohmat na břiše

## Prsa

7.1 více delfínových kopů před prvním prsovým kopem po startu nebo obrátce  
7.1 hlava neprotнула hladinu dříve, než se ruce stočily dovnitř v nejširší části druhého záběru paží po startu nebo obrátce  
7.2 přetočení těla z polohy prsa  
7.2 porušení rozfázování tempa – jeden záběr pažemi není následován jedním kopem nohama v tomto pořadí  
7.2 nesoučasné pohyby paží  
7.3 paže nejsou vytrčeny před současně  
7.3 lokty nad vodou  
7.3 paže překročily úroveň kyčlí  
7.4 hlava neprotнула hladinu při každém záběru  
7.4 nesoučasné pohyby nohou  
7.5 nevytočená chodidla v aktivní části kopu  
7.5 delfínový kop  
7.5 nevytočená chodila v aktivní části kopu  
7.6 nesoučasný dohmat, dohmat jednou rukou  
7.6 nesoučasný dohmat, dohmat jednou rukou, dohmat neoddělenými rukama při obrátce nebo v cíli

## Motýlek

8.1 přetočení těla z polohy na břiše  
8.2 paže nejsou přenášeny vpřed současně nad vodou  
8.2 nesoučasný záběr pažemi pod vodou  
8.3 nesoučasné pohyby nohou  
8.3 prsový kop

8.4 nesoučasný dohmat, dohmat jednou rukou, dohmat neoddělenými rukama při obrátce nebo v cíli  
8.5 více než jeden záběr pažemi pod vodou po startu nebo obrátce  
8.5 hlava protнула hladinu za 15 m po startu nebo obrátce  
8.5 úplné ponoření těla v průběhu závodu

## Polohový závod

9.1 znak, prsa nebo motýlek plavaný v části volného způsobu  
9.1 nesprávné pořadí způsobů v individuálním polohovém závodě  
9.2 v části volného způsobu se závodník nevrátil do polohy na břiše před prvním kopem nebo záběrem  
9.3 nesprávné pořadí způsobů v polohové štafetě  
9.4 nedokončení úseku v souladu s daným plaveckým způsobem

## Závod

10.2 závodník nedokončil závod  
10.4 závodník neplaval nebo nedokončil závod ve své dráze  
10.5 obrátka bez dotyku na stěnu  
10.5 kroky po dně nebo odraz ode dna  
10.6 závodník se postavil na dno (kromě volného způsobu)  
10.7 závodník se tahá za lajnu  
10.8 překážení jinému plavci v individuálním závodě  
15.3 použití nepovolených pomůcek, nepovolených plavek, vodu odpuzdujících látek nebo tejpovacích pásek  
10.9 vstup do vody v průběhu závodu  
10.11 předávka štafety není započata na startovním bloku  
10.12 předčasný odskok ve štafetě  
10.13 vstup do vody v jiném než svým úseku před dokončením závodu všech štafet  
10.14 nedodržení pořadí závodníků ve štafetě  
10.15 neopuštění bazénu v nejkratším možném čase po dokončení úseku štafety  
10.17 vedení závodníka, použití zařízení pro určování tempa

## Všeobecná pravidla

nevhodné plavky  
neschválené plavky  
reklama na těle závodníka  
DNS závodník nenastoupil na start

# Výtah z pravidel plavání ČSPS

## Start

4.4 předčasný start

## Volný způsob

5.2 závodník se nedotkl při obrátce nebo v cíli  
5.3 hlava protнула hladinu za 15 m po startu nebo obrátce  
5.3 úplné ponoření těla v průběhu závodu

## Znak

6.2 porušení znakové polohy (jindy než při obrátce)  
6.3 hlava protнула hladinu za 15 m po startu nebo obrátce  
6.3 úplné ponoření těla v průběhu závodu  
6.4 splývání před obrátkou v poloze na břiše  
6.4 obrátka není započata po dokončení záběru paží v poloze na břiše  
6.4 obrátka bez doteku na stěnu  
6.4 po obrátce odraz na břiše  
6.5 v cíli dohmat na břiše

## Prsa

7.1 více delfínových kopů před prvním prsovým kopem po startu nebo obrátce  
7.1 hlava neprotнула hladinu dříve, než se ruce stočily dovnitř v nejširší části druhého záběru paží po startu nebo obrátce  
7.2 přetočení těla z polohy prsa  
7.2 porušení rozfázování tempa – jeden záběr pažemi není následován jedním kopem nohama v tomto pořadí  
7.2 nesoučasné pohyby paží  
7.3 paže nejsou vytrčeny před současně  
7.3 lokty nad vodou  
7.3 paže překročily úroveň kyčlí  
7.4 hlava neprotнула hladinu při každém záběru  
7.4 nesoučasné pohyby nohou  
7.5 nevytočená chodidla v aktivní části kopu  
7.5 delfínový kop  
7.5 nevytočená chodila v aktivní části kopu  
7.6 nesoučasný dohmat, dohmat jednou rukou  
7.6 nesoučasný dohmat, dohmat jednou rukou, dohmat neoddělenými rukama při obrátce nebo v cíli

## Motýlek

8.1 přetočení těla z polohy na břiše  
8.2 paže nejsou přenášeny vpřed současně nad vodou  
8.2 nesoučasný záběr pažemi pod vodou  
8.3 nesoučasné pohyby nohou  
8.3 prsový kop

8.4 nesoučasný dohmat, dohmat jednou rukou, dohmat neoddělenými rukama při obrátce nebo v cíli  
8.5 více než jeden záběr pažemi pod vodou po startu nebo obrátce  
8.5 hlava protнула hladinu za 15 m po startu nebo obrátce  
8.5 úplné ponoření těla v průběhu závodu

## Polohový závod

9.1 znak, prsa nebo motýlek plavaný v části volného způsobu  
9.1 nesprávné pořadí způsobů v individuálním polohovém závodě  
9.2 v části volného způsobu se závodník nevrátil do polohy na břiše před prvním kopem nebo záběrem  
9.3 nesprávné pořadí způsobů v polohové štafetě  
9.4 nedokončení úseku v souladu s daným plaveckým způsobem

## Závod

10.2 závodník nedokončil závod  
10.4 závodník neplaval nebo nedokončil závod ve své dráze  
10.5 obrátka bez dotyku na stěnu  
10.5 kroky po dně nebo odraz ode dna  
10.6 závodník se postavil na dno (kromě volného způsobu)  
10.7 závodník se tahá za lajnu  
10.8 překážení jinému plavci v individuálním závodě  
15.3 použití nepovolených pomůcek, nepovolených plavek, vodu odpuzdujících látek nebo tejpovacích pásek  
10.9 vstup do vody v průběhu závodu  
10.11 předávka štafety není započata na startovním bloku  
10.12 předčasný odskok ve štafetě  
10.13 vstup do vody v jiném než svým úseku před dokončením závodu všech štafet  
10.14 nedodržení pořadí závodníků ve štafetě  
10.15 neopuštění bazénu v nejkratším možném čase po dokončení úseku štafety  
10.17 vedení závodníka, použití zařízení pro určování tempa

## Všeobecná pravidla

nevhodné plavky  
neschválené plavky  
reklama na těle závodníka  
DNS závodník nenastoupil na start