

Reglement Shorttrack Swimming

Versie 4.0

van Swim the Ring, powered by ZPCH

28 mei 2015



Inhoudsopgave

1. Voorwaarden voor deelname	1
2. Teams en aanvoerder	1
3. Aanmeldingsprocedure	2
4. Wedstrijdprotocollen	3
5. Controleprotocol	3
6. Startprotocol	4
7. Finishprotocol	4
8. Arbitrage	5
9. Arbitrageprotocol	5
10. Wedstrijdformat	7
11. Wedstrijdonderdeel Sprint	7
12. Wedstrijdonderdeel Afvalrace (Elimination)	8
13. Wedstrijdonderdeel Achtervolging (Pursuit)	8
14. Wedstrijdonderdeel Estafette (Relay)	9
15. Overtredingen en sancties	9

Reglement Shorttrack Swimming

1. Voorwaarden voor deelname

1.1 Leeftijd.

Deelname aan Shorttrack Swimming is toegestaan vanaf zestien jaar.

1.2 Gezondheid

Deelnemers dienen in gezonde gezondheid te zijn en geen uiterlijke verwondingen te hebben. Lichte blessures dienen voorafgaand aan de wedstrijd te worden gemeld aan de hoofdscheidsrechter. Hij of zij bepaalt vervolgens of deelname verantwoord is. Deelnemers met (open) wonden mogen niet deelnemen aan wedstrijden of races.

1.3 Veiligheid

Met het oog op de veiligheid is het deelnemers niet toegestaan sieraden te dragen. Ook lange nagels zijn om veiligheidsredenen niet toegestaan. Tijdens de zwemonderdelen zijn de deelnemers bovendien verplicht een bitje in te hebben. Voorafgaand aan de wedstrijd controleert een scheidsrechter bij alle deelnemers de afwezigheid van sieraden, de aanwezigheid van een bitje en de lengte van de nagels. Indien aan alle voorwaarden is voldaan ontvangt de deelnemer zijn of haar wedstrijdcap.

1.4 Kleding

Het dragen van snelpakken is niet toegestaan. Vrouwelijke deelnemers dragen een badpak. Heren dragen een korte zwembroek. Het dragen van een zwembrilletje is toegestaan.

1.4.1 Cap

Wanneer bij een wedstrijd gebruik wordt gemaakt van caps zijn deelnemers verplicht deze te dragen. Alleen deelnemers met een cap mogen aan de zwemonderdelen deelnemen. Zie ook artikel 5.3.

1.5 Gedrag

Deelnemers aan Shorttrack Swimming evenementen worden zich geacht zich ten alle tijden sportief en respectvol te gedragen tegenover alle bij deze evenementen betrokken personen en organisaties.

2. Teams en aanvoerder

2.1 Teamsamenstelling

Shorttrack Swimming is een teamsport met gescheiden wedstrijden voor herenteams, damesteams en mixed teams. Teams bestaan uit 4 deelnemers. Afhankelijk van het evenement gaat het hierbij om 4 heren/jongens (herenteam), 4 dames/meisjes (damesteam) of een combinatie van 2 heren/jongens en 2 dames/ meisjes (mixed team).

2.1.1. Vaste teamsamenstelling tijdens wedstrijden

Voorafgaand aan een wedstrijd dient de aanvoerder of aanvoerster zijn of haar team aan te melden bij de wedstrijdleiding. Vanaf het moment van aanmelding kan de samenstelling van een team niet meer worden aangepast. Wanneer een deelnemer tijdens de wedstrijd een blessure oploopt waardoor hij of zij de wedstrijd niet kan voortzetten kan de hoofdscheidsrechter in het belang van de wedstrijd afwijken van deze regel en het betreffende team toestaan een invaller in te zetten (zie regel 2.2).

2.1.2 Vervanging teamleden voorafgaand aan wedstrijden

Indien voorafgaand aan een wedstrijd één of meerdere voorziene teamleden ontbreken is het team zelf verantwoordelijk voor het vinden van (een) vervanger(s). Dit kan nog tot aan het moment van aanmelding bij de wedstrijdleiding. Indien in een eerder stadium (bijv bij inschrijving voor de wedstrijd) reeds een teamsamenstelling aan de wedstrijdleiding is doorgegeven dienen eventuele afwijkingen bij de aanmelding te worden aangegeven en toegelicht. De wedstrijdleiding bespreekt eventuele afwijkingen met de hoofdscheidsrechter.

2.1.3. Uitsluiting (vervangende) deelnemers

De hoofdscheidsrechter kan voorafgaand aan de wedstrijd besluiten de aanmelding van een (vervangende) deelnemer niet te accepteren en uit te sluiten van deelname wanneer er sprake is/likt van:

- Het niet voldoen aan de deelname-eisen voor de betreffende wedstrijd
- Onregelmatigheden bij de aanmelding (valse naam, leeftijd, etc)

2.2 Uitvaller(s) en invallers

Wanneer tijdens de wedstrijd een deelnemer door blessure, verwonding of andere reden de wedstrijd moet staken dient dit onmiddellijk aan de hoofdscheidsrechter te worden gemeld. Deze beoordeelt direct aan de hand van de blessure, het type wedstrijd, voortgang in het programma en andere in zijn of haar ogen relevante zaken of een eventueel beschikbare vervangende deelnemer mag worden ingezet zodat het team de wedstrijd kan voltooien. Ook stelt de hoofdscheidsrechter vast of de beoogde invaller gerechtigd is om aan de wedstrijd deel te nemen. Een eventuele invaller dient zich binnen 5 minuten te melden bij de wedstrijdleiding om te worden gecontroleerd op de deelname-eisen zoals vermeld in de artikelen 1.1-1.4.

2.2.1 Uitvaller(s) tijdens een race

Wanneer een zwemmer tijdens een race een blessure of verwonding oploopt die verdere deelname aan de race onmogelijk maakt begeeft hij of zij zich direct naar de kant en meldt zich bij de wedstrijdleiding. Daar wacht hij of zij tot de race voorbij is en de hoofdscheidsrechter hem of haar te woord kan staan. In de uitslag van de race krijgt de uitvaller een DNF (Did Not Finish) achter zijn of haar naam en ontvangt hij of zij geen teampunten. Zie voor verdere procedure regel 2.2. Deelnemers die tijdens een race een bloedende verwonding oplopen dienen de race direct te verlaten en zich op de kant te laten behandelen. Daarna dienen zij zich bij de hoofdscheidsrechter te melden om vast te stellen of verdere deelname verantwoord is. In de uitslag van de race krijgt de uitvaller een DNF (Did Not Finish) achter zijn of haar naam en ontvangt hij of zij geen teampunten. Zie voor verdere procedure regel 2.2

2.3 Aanvoerder

Elk team benoemt voorafgaand aan een wedstrijd uit haar midden een aanvoerder of aanvoerster. Hij of zij is verantwoordelijk voor:

- het tijdig en juist aanmelden van het team bij aanvang van een wedstrijd.
- het gedrag van zijn of haar team tijdens de wedstrijd
- eventuele communicatie namens zijn team met scheidsrechters of wedstrijdleiding

3. Aanmeldingsprocedure

3.1 Aanmelding

Uiterlijk 15 minuten voor aanvang van het eerste wedstrijdonderdeel dient een team zich in voltallige samenstelling en in badkleding te melden bij de wedstrijdleiding. De aanvoerder of aanvoerster overhandigt dan een schriftelijke opgave van zijn of haar team. Deze opgave bestaat uit:

- De voor- en achternamen van de vier teamleden
- Hun geslacht
- Hun leeftijden
- De onderdelen waarop elk teamlid zal uitkomen ('de opstelling').

Teams die niet voldoen aan bovenstaande worden uitgesloten van deelname.

3.1.1 Opstelling

Wanneer de opstelling is aan de wedstrijdleiding is overhandigd kan deze niet meer worden aangepast. Er kan van deze regel worden afgeweken wanneer een deelnemer tijdens de wedstrijd een zodanige blessure oploopt waardoor hij of zij de wedstrijd niet kan voortzetten. De hoofdscheidsrechters kan dan – naast het toestaan van een invaller (zie regel 2.2) – wijzigingen in de opstelling toestaan wanneer deze ervoor zorgen dat het team met of zonder invaller de wedstrijd kan voltooien.

4. Wedstrijdprotocollen

4.1 Volgen protocollen

Shorttrack Swimming is een compact concept, zowel in ruimtelijke zin als in de benodigde tijd. Dit betekent dat de evenementen een strakke regie kennen, zowel in tijdschema als in logistiek. Deze regie is vastgelegd in meerdere protocollen (draaiboeken) die de gang van zaken voor een deel van het evenement beschrijven. Deelnemers worden geacht zich aan deze protocollen te houden. Scheidsrechters en wedstrijdleiding mogen wanneer daar reden voor is van de protocollen afwijken.

5. Controleprotocol

- 5.1 Nadat een team is aangemeld, worden de deelnemers geacht naar de voor hen gereserveerde deelnemerszone te gaan. Deze zone is tijdens de wedstrijd hun uitvalsbasis. Zie artikel 9.2 voor een plattegrond van het badgebied..
- 5.2 In de deelnemers worden de teams bezocht door één van de scheidsrechters. Deze controleert of alle vier de deelnemers op:
 - Afwezigheid van sieraden
 - Korte nagels
 - Aanwezigheid van bitje
 - Juiste zwemkleding
- 5.3 Wanneer een deelnemer aan bovengenoemde eisen voldoet ontvangt hij of zij een cap. Deze cap heeft een kleur en een nummer. Teamgenoten ontvangen caps met een gelijke, herkenbare kleur waarmee zij zich onderscheiden van de andere teams. De vier teamgenoten hebben echter wel afwijkende nummers, waardoor elke deelnemer herkenbaar is aan een unieke kleur-nummer combinatie. De wedstrijdleiding noteert welke naam bij elke kleur-nummer combinatie hoort. De caps zijn dus persoonlijk en mogen gedurende de wedstrijd niet worden afgestaan. Uitzondering op deze regel betref het afstaan van de cap aan een invaller wanneer blijkt dat een deelnemer de wedstrijd tussentijds moet verlaten en de hoofdscheidsrechter een invaller toestaat.

- 5.4 Na de controle verblijven alle deelnemers gedurende de wedstrijd in de deelnemerszone. Zij verlaten deze alleen wanneer zij moeten deelnemen aan een zwemonderdeel.

6. Startprococol

- 6.1 Een *wedstrijd* bestaat uit meerdere *onderdelen* (sprint, afvalrace (elimination), achtervolging (pursuit), estafette (relay)). Binnen de meeste onderdelen worden meerdere *races* gezwommen (voorronde, halve finales, finale).
- 6.2 De wedstrijdleiding (speaker) kondigt voor de deelnemers en het publiek de opeenvolgende onderdelen en races aan.
- 6.3 De deelnemers zijn echter ten alle tijden zelf verantwoordelijk voor het tijdig aanwezig zijn bij de door hen te zwemmen races.
- 6.4 Voor de eerste race van de wedstrijd dienen de deelnemende zwemmers zich vijf minuten voor aanvang te melden in de voorstartruimte. Daar vindt door de wedstrijdleiding een laatste controle plaats op het dragen van de cap en de aanwezigheid van het bitje. Eenmaal in de voorstartruimte mogen de deelnemers deze niet meer verlaten.
- 6.5 Voor alle volgende races geldt dat zodra de deelnemers aan race x de voorstartzone verlaten en te water gaan, de deelnemers aan race x+1 zich in een gestaag tempo vanuit de deelnemerszone naar de voorstart dienen te begeven.
- 6.6 Wanneer een deelnemer zich bij de start van de race voorafgaand aan zijn of haar eigen race nog niet in de voorstartruimte heeft gemeld mag hij of zij niet meer aan het betreffende onderdeel deelnemen.
- 6.7 De deelnemers in de voorstartruimte dienen – nadat de laatste deelnemer aan de voorgaande race is gefinisht – op een teken van de scheidsrechter de voorstartruimte te verlaten en zich in het water en naar de start te begeven. Het betreffende teken van de scheidsrechter is een handgebaar waarbij de hij of zij de arm van de kant naar het water naar het midden van het bad beweegt. Dit signaal wordt ondersteund door een lange fluitsignaal.
- 6.8 De start-scheidsrechter wacht vervolgens tot de zwemmers van de voorgaande race uit het water zijn en de deelnemers aan de volgende race zijn aangekomen in de voorstartruimte. Wanneer dit het geval is begint hij of zij met de startprocedure.
- 6.9 De start-scheidsrechter begint de startprocedure met het signaal 'Op uw plaatsen'. Bij dit signaal nemen de zwemmers bij de start de juiste starthouding aan. Wanneer alle zwemmers hun starthouding hebben ingenomen volgt het met signaal 'Ready', waarna het startsignaal volgt in de vorm van een kort fluitsignaal.

7. Finishprococol

- 7.1 Winnaar van een race is de zwemmer of zwemster die naar het oordeel van de finish-scheidsrechter(s) als eerste de finishmuur aantikt (sprint, afvalrace en estafette) of als eerste over de denkbeeldige finishlijn zwemt (achtervolging).
- 7.2 De finish-scheidsrechter stelt ook de finish-volgorde van de andere zwemmers vast.
- 7.3 Het oordeel van de finish-scheidsrechter is niet aanvechtbaar.
- 7.4 Wanneer naar het oordeel van de finish-scheidsrechter twee of meer zwemmers tegelijk aantikken kan hij of zij overleggen met de twee meest nabij de finish

gepositioneerde collega-scheidsrechters. Indien beide geraadpleegde collega's een gelijkkluidend oordeel hebben over de plaatsing van één of meerdere teams wordt dit oordeel overgenomen. Wanneer voor twee of meer plaatsen een gelijkkluidend oordeel ontbreekt worden de zwemmers ex aequo geplaatst.

7.5 Deelnemers mogen op elke gewenste wijze aantikken. Het eerste contact van enig lichaamsdeel met de finishmuur telt als het aantikmoment.

7.6 Na het finishen dienen de zwemmers zo snel mogelijk het water te verlaten en weer plaats te nemen in de deelnemerszone.

8. Arbitrage

8.1 Scheidsrechters

Shorttrack Swimming in een snelle, spectaculaire en fysieke sport, waarbij de deelnemers dicht op elkaar zwemmen en gedurende de race regelmatig lichamelijk contact hebben. Om de veiligheid van de deelnemers en een sportief verloop van de races te bewaken staan wedstrijden onder leiding van vijf scheidsrechters.

8.2 Rol- en taakverdeling scheidsrechters

Binnen het arbitrale team zijn de volgende rollen te identificeren:

- 1 Hoofdscheidsrechter met als belangrijkste taken/verantwoordelijkheden:
 - o Algemene wedstrijdleiding
 - o Communicatie met deelnemers en wedstrijdleiding/organisatie
 - o Het officieel vaststellen van de uitslag van races en de wedstrijd
 - o Het opleggen van sancties
 - o Optreden als starter bij de races
- 1 Ondersteunende scheidsrechter met als belangrijkste taken/verantwoordelijkheden:
 - o Controle van de deelnemers (nagels, bitje, kleding) bij aanvang wedstrijd
 - o Laatste controle (samen met wedstrijdleiding) van deelnemers (aanwezigheid, bitje) in de voorstartruimte
 - o Verzorgen van of leiding geven aan wedstrijdleiding
 - o Administratie van deelnemers en race- en wedstrijdverloop (startlijst, invallers, uitslagen, sancties, tussenstand)
 - o Ondersteunen hoofdscheidsrechter
- 3 waarnemende scheidsrechters met als belangrijkste taken/verantwoordelijkheden
 - o Toezicht op verloop races
 - o Vaststellen en registreren overtredingen en uitslagen (finishvolgorde)
 - o Ondersteunen hoofdscheidsrechter

8.2.1 Roulatie rollen arbitrage

Met uitzondering van de rol van hoofdscheidsrechter kunnen scheidsrechters de overige rollen gedurende de wedstrijd rouleren.

9. Arbitrageprotocol

Het Shorttrack Swimming kent rond wedstrijden ook een protocol voor de organisatie en logistiek van de arbitrage.

9.1 Voorstellen scheidsrechters

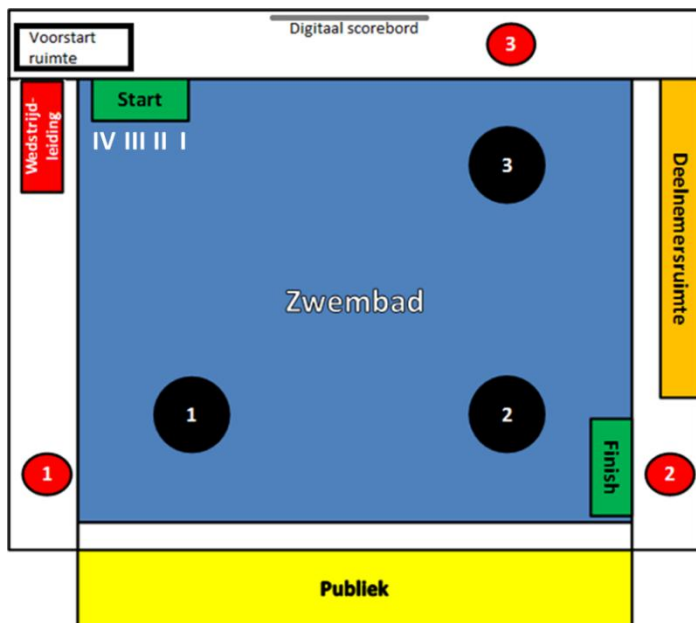
Bij aanvang van de wedstrijd, dus voor de eerste race, dienen de scheidsrechters door de wedstrijdleiding of speaker te worden voorgesteld aan deelnemers, coaches, publiek en andere aanwezigen. Hierbij wordt uitsluitend de achternaam vermeld (de heer Jansen/mevrouw Jansen). Ook wordt aangegeven wie als hoofdscheidsrechter de eindverantwoordelijkheid heeft voor het verloop en de uitkomst van de wedstrijd.

9.2 Positionering

Tijdens de races zijn de vijf scheidsrechters als volgt gepositioneerd:

- De hoofdscheidsrechter vervult de rol van starter en is als zodanig opgesteld bij de startzone, waar hij of zij goed zicht heeft op het verloop van de start (i.v.m. evt valse starts);
- De ondersteunende scheidsrechter bevindt zich ook in deze hoek van het bad, waar hij of zij zowel de wedstrijdleiding kan doen/aansturen als de laatste deelnemerscontroles in de voorstartruimte kan uitvoeren en de hoofdscheidsrechter kan ondersteunen
- De drie waarnemende scheidsrechters stellen zich op rond het af te leggen parcours (zie onderstaande illustratie). Zij nemen elk een positie in bij één van de drie boeien, van waar zij zicht hebben op:
 - o Het aanzwemmen van boei vanaf de vorige boei
 - o Het rondnemen van de boei
 - o Het wegzwemmen van de boei op weg naar de volgende boei.
- De scheidsrechter bij boei 2 is tevens finish scheidsrechter en als zodanig verantwoordelijk voor het observeren en registreren van de finishvolgorde.
- Indien het raceverloop dit mogelijk maakt kijken ook de twee overige waarnemende scheidsrechters naar de finish en registreren ook zij de finishvolgorde.
- De waarneembare scheidsrechters wisselen na afloop van elk onderdeel van positie. Er wordt met de zwemrichting mee gedraaid, dit houdt in dat er tegen de klok in wordt gewisseld.

Plattegrond van opbouw Shorttrack Swimming



- | | | | |
|----------|--------------------------------------|----------|--------|
| 1 | Waarnemende
scheidsrechter boei 1 | 1 | Boei 1 |
| 2 | Waarnemende
scheidsrechter boei 2 | 2 | Boei 2 |
| 3 | Waarnemende
scheidsrechter boei 3 | 3 | Boei 3 |

9.3 Bedanken scheidsrechters

Aan het eind van de wedstrijddag worden de scheidsrechters (publiekelijk) bedankt worden voor hun aanwezigheid en inzet.

10. Wedstrijdformat

10.1 Wedstrijd – onderdelen – races

Wedstrijden in het Shorttrack Swimming bestaan uit vier onderdelen: sprint, afvalrace (elimination), achtervolging (pursuit) en estafette (relay). Binnen elk onderdeel word(t)en één of meer races gezwommen.

10.2 Teamcompetitie

Shorttrack Swimming is een teamcompetitie. Bij elk van de vier onderdelen kunnen de deelnemende zwemmers voor hun teams punten verzamelen. Deze teampunten vormen de basis voor het eindklassement van de wedstrijd. Gedurende de wedstrijd wordt periodiek de tussenstand gecommuniceerd. Dit gebeurt in ieder geval na afloop van elk onderdeel.

10.3 Puntentelling en puntplaatsen

In een wedstrijd met vier deelnemend teams zijn in totaal 200 punten te verdelen. Dit is exclusief de 6 bonuspunten die in de estafette zijn te verdienen wanneer een team erin slaagt met een ronde voorsprong te finishen. De 200 punten zijn als volgt verdeeld over de vier onderdelen:

- Sprint: 72 teampunten
- Afvalrace: 48 teampunten
- Achtervolging: 36 teampunten
- Estafette: 44 teampunten

In het eindstand van het sprintonderdeel zijn er acht zogenaamde puntplaatsen, plaatsen die recht geven op teampunten. De afvalrace kent zes puntplaatsen, de achtervolging en de estafette elk vier. In totaal zijn er 24 puntplaatsen. De puntplaatsen in de sprint leveren gemiddeld 9 (72/8) teampunten op. Het gemiddeld aantal teampunten per puntplaats voor de afvalrace, de achtervolging en de estafette zijn respectievelijk 8, 9 en 11. De oplopende waardering van de puntplaatsen draagt bij aan aanhoudende spanning in de wedstrijd.

11. Wedstrijdonderdeel Sprint

- 11.1 Bij het onderdeel sprint zwemmen vier deelnemers vanaf de start drie ronden van ca 50 meter om vervolgens aan te tikken bij de finish.
- 11.2 Elk team vaardigt voor de sprint 2 deelnemers af.
- 11.3 Het sprint-onderdeel begint met twee kwalificatieraces met in elke race maximaal één afgevaardigde per team. Bij vier teams gaat het dus om twee races met de bezetting ABCD.
- 11.4 De beste twee van elke race plaatsen zich voor de finale (strijd om de plaatsen 1-4). De zwimmers die als derde en vierde aantikken gaan naar de troostfinale (plaatsen 5-8).
- 11.5 Bij de kwalificatieraces worden de startplekken I, II, III en IV (van binnen naar buiten, zie plattegrond bij artikel 9.2) toegewezen op basis van loting. In de finale en de troostfinale wordt de verdeling bepaald aan de hand van de finishvolgorde in de kwalificaties. De twee winnaars van de kwalificatieraces starten vanaf de plekken I en II (toewijzing via loting), de twee nummers 2 loten om de startplekken III en IV. Voor de troostfinale geldt dezelfde indeling.
- 11.6 In de finale en de troostfinale verdienen de teams punten op basis van de finishvolgorde. In de finale ontvangen de nrs 1 t/m 4 respectievelijk 16, 14, 12 en 10 punten. In de troostfinale gaat het om 8, 6, 4 en 2 punten.
- 11.7 Bij een mixed competitie vaardigen alle teams 1 dame/meisje en 1 heer/jongen af. Deze deelnemers zwemmen direct een heren- en een damesfinale. In beide races zijn 8, 6, 4, en 2 punten te verdienen.

12. Wedstrijdonderdeel: Afvalrace (Elimination)

- 12.1 Bij het onderdeel afvalrace zwemmen acht deelnemers vanaf de start zeven ronden van ca 50 meter. Aan het eind van de ronden 2, 3, 4, 5 en 6 valt steeds 1 zwemmer af. In ronde 7 sprinten de drie overgebleven zwimmers voor de winst en hun plaatsing.
- 12.2 Elk team vaardigt voor de afvalrace 2 deelnemers af.
- 12.3 Dit onderdeel kent geen kwalificatieraces. Er is slechts één (finale)race.
- 12.4 De startplekken I, II, III en IV worden toegekend op basis van de tussenstand in de teamcompetitie, waarbij het laagst geklasseerde team de binnenste startplek (I) bezet. Bij gelijke stand van één of meerdere teams wordt geloot.
- 12.5 Voor het bepalen van de afvallers wordt een virtuele doorkomstlijn gehanteerd die is gesitueerd aan de achterkant van boei 1. De zwimmers die in de ronden 2 t/m 6 als laatste bij deze virtuele lijn zijn dienen de race te verlaten. Zijn of haar capnummer wordt omgeroepen en aangegeven door de scheidsrechters.
- 12.5 Aan het einde van ronde zes is er voor het laatst sprake van een afvaller. Er zijn dan nog drie zwimmers over die in de laatste ronde strijden voor de plaatsen 1-3. Het

ingaan van deze laatste ronde wordt door de scheidsrechter aangegeven met een langgerekt fluitsignaal.

- 12.6 Aan het eind van de zevende ronde is de volgorde van aantikken bij de finish bepalend voor de toekenning van de teampunten. De nrs 1-3 ontvangen respectievelijk 16, 12 en 8 punten. De laatste drie afvallers (in de rondes 4, 5 en 6) ontvangen respectievelijk 2, 4 en 6 punten.
- 12.7 Bij een mixed competitie is de afvalrace een herenwedstrijd

13. Wedstrijdonderdeel Achtervolging (Pursuit)

- 13.1 Bij het onderdeel achtervolging zwemmen twee deelnemers over een afstand van drie rondes van ca 50 meter een één-tegen-één race. Zij beginnen gelijktijdig elk aan één zijde van het parcours en trachten het gat met hun tegenstander zo klein mogelijk te maken.
- 13.2 Elk team vaardigt voor de achtervolging een ploeg van twee deelnemers af.
- 13.3 Dit onderdeel begint met twee kwalificatieraces. De winnaars van deze races strijden tegen elkaar in de finale. De verliezers treffen elkaar in de troostfinale.
- 13.3 Teams bepalen zelf hoe zij de twee afgevaardigden van hun ploeg inzetten in de zwemmen races. Voorwaarde is dat beide zwemmers minimaal 1 keer in actie komen.
- 13.4 Zwemmer A heeft de startzone als start- en finishpunt van zijn of haar race. Voor zwemmer B begint en eindigt zijn of haar race in de tegenoverliggende finishzone. Welk team waar start wordt bepaald op basis van loting. Beide zwemmers starten tegelijk met hun race. Winnaar is degene die na het afleggen van drie rondes volgens de twee scheidsrechters (één bij de start- en één bij de finishzone) het eerste aantikt bij zijn of haar finishpunt.
- 13.5 Wanneer de zwemmers naar het oordeel van de scheidsrechters gelijk aantikken volgt een herstart met twee andere zwemmers uit de beide teams.
- 13.6 In de achtervolging ontvangen de nummers 1 t/m 4 respectievelijk 16, 10, 6 en 4 punten.
- 13.7 Teams kunnen een bonuspunt verdienen wanneer zij bij aan de finish een ronde voorsprong hebben.
- 13.8 Bij een mixed competitie is de achtervolging een dameswedstrijd.

14. Wedstrijdonderdeel Estafette (Relay)

- 14.1 Bij het onderdeel estafette strijden de vier de teams tegelijkertijd tegen elkaar in een aflossingswedstrijd over 12 rondes van ca 50 meter
- 14.2 Elk team vaardigt voor de estafette een ploeg van drie zwemmers af.
- 14.3 Dit onderdeel kent geen kwalificatieraces. Er is slechts één (finale)race.
- 14.4 De startzwemmer van elk team ligt bij aanvang van de race in de startzone. Zijn of haar teamgenoten bevinden zich in het middenwater tussen de boeien. De startplekken I, II, III en IV worden toegekend op basis van de tussenstand in de teamcompetitie, waarbij het laagst geklasseerde team de binnenste startplek (I) bezet. Bij gelijke stand van één of meerdere teams wordt geloot.
- 14.5 Gedurende de race mogen de teamgenoten elkaar naar eigen inzicht aflossen. Alle zwemmers moeten wel minimaal één volle ronde zwemmen.
- 14.6 Aflossen/overnemen gebeurt door het aantikken of aanduwen van de volgende zwemmer.
- 14.7 Aflossingen dienen plaats te vinden in de wisselzone tussen boei 3 en boei 1.

- 14.8 Na ronde negen, dus met nog drie ronden te gaan tot de finish, mag er niet meer worden gewisseld. De zwemmer die aan ronde 10 begint dient de race namens zijn of haar ploeg uit te zwemmen.
- 14.9 In de estafette zijn op basis van de finishvolgorde respectievelijk 24, 12, 6 en 2 punten te verdienen. Daarnaast is er een bonus van 6 punten te verdienen voor het eerste team dat aan de finish komt met een ronde voorsprong op twee van de drie overige teams. Bij twee koplopers met een ronde voorsprong ontvangt de uiteindelijke winnaar dus de bonus. De medekoploper die tweede wordt ontvangt alleen de reguliere beloning voor de tweede plek.
- 14.10 Bij een mixed competitie bestaat elke ploeg uit één dame/meisje en twee heren/jongens.
- 14.11 Bij een mixed competitie geldt met het oog op de veiligheid een voorgeschreven wisselregime. Deelnemende ploegen zijn verplicht dit regime te volgen. Het wisselregime is als volgt:
- De dame neemt de start voor haar rekening...
 - ...en geeft na 2 volle ronden over aan een heer.
 - De twee heren zwemmen de ronden 3 t/m 10. Zij mogen elkaar naar eigen inzicht onderling aflossen
 - Na ronde 10 geven zij weer over aan de dame...
 - ...die de laatste 2 ronden naar de finish zwemt.

15. Overtredingen en sancties

15.1 Overtredingen

De volgende handelingen kwalificeren als een overtreding:

- a) Het afsnijden van (een gedeelte van) het te zwemmen parcours, waardoor de te zwemmen afstand wordt verkort. (Off track)
- b) Het haken of onder water duwen van een andere deelnemer.
- c) Het verstoren van een zwemlijn van een andere deelnemer met ongepast gedrag. (fysiek contact)
- d) Het opzettelijk met het lichaam blokkeren of hinderen van andere deelnemers om zo te bewerkstelligen dat deze niet kunnen passeren of gedwongen zijn hun snelheid te verlagen. (Impeding)
- e) Het afwijken van de lijn die men volgt om zo de zwemlijn van een andere deelnemer te kruisen waardoor deze zijn snelheid moet verlagen (Crosstrack)
- f) Assistance: het op een zodanige manier geven of ontvangen van hulp tijdens de race, zodat zwemmers daar voordeel van ondervinden. (geldt niet bij aflossingsraces)
- g) Het simuleren slachtoffer te zijn van een overtreding door een andere deelnemer. Dit valt onder onsportief gedrag en wordt als zodanig gezien als een overtreding.

15.2 Constatering van overtredingen

Wanneer een scheidsrechter tijdens een race ergens op het parcours een overtreding constateert noteert hij of zij op zijn of haar wedstrijdformulier de volgende aspecten:

- Capkleur en –nummer van de betreffende overtreder
- Type overtreding
- Plek van de overtreding

15.2.1 Race wordt niet onderbroken

Het constateren van een overtreding leidt niet tot het onderbreken van de race. Met het oog hierop vindt ook geen nadere signalering van de overtreding plaats. Deelnemers dienen dus – ook wanneer zij het slachtoffer worden van een overtreding – ten alle tijden hun race voort

te zetten.

15.2.2 Beoordeling overtredingen

Direct na de race komen de scheidsrechters bijeen om de geconstateerde overtredingen te bespreken. Aan de hand van de ernst van de begane overtreding(en) stelt de hoofdscheidsrechter voor alle overtredders een passende sanctie (penalty) vast.

15.2.3

Beslissingen van de scheidrechters kunnen niet ter discussie worden gesteld door deelnemers, coaches of anderen.

15.3 Sancties

De op te leggen sanctie omvat in ieder geval:

- Het terugzetten van de overtredder naar de laatste plaats in de race
- Het niet toekennen van eventueel door de overtredder met zijn classificering in de race verdiende teampunten. Eventuele door teamgenoten in dezelfde race verzamelde teampunten worden ongewijzigd toegekend.

15.3.1 Aanvullende sancties

Afhankelijk van de ernst van de overtreding en eventuele eerdere overtredingen van leden van het betreffend team in voorgaande races kan de hoofdscheidsrechter besluiten tot aanvullend sancties. Deze kunnen inhouden:

- Een toekenning van een teamscore van -3 punten aan de betreffende overtredder en zijn of haar team
- Een toekenning van een teamscore van -6 punten aan de betreffende overtredder en zijn of haar team

15.4 Uitsluitingen

Bij vergaand onsportief gedrag kan de hoofdscheidsrechter bovendien besluiten een deelnemer uit te sluiten van verdere deelname aan de wedstrijd. Ook eventuele ondermijning van het gezag van de arbitrale leiding kan leiden tot uitsluiting van deelname.

15.4.1 Bij uitsluiting geen vervanging

En uitgesloten deelnemer mag niet worden vervangen. Wel mag de aanvoerder bij de hoofdscheidsrechter een verzoek indienen om de opstelling van zijn team in de nog te zwemmen races aan te passen. Een uitsluiting gaat gepaard met het toekennen van een teamscore van -6.