



**LIVRE DES
RÈGLEMENTS
PROVINCIAUX
2023-2024**

Table des matières

Q1. Règlements des compétitions (généralités).....	4
Q2. Date d'entrée en vigueur et d'expiration des règlements des compétitions	4
Q3. Responsabilités de la commission des entraîneurs concernant la présente section des règlements.....	4
Q4. Responsabilités de la commission des officiels concernant la présente section des règlements.....	5
Q5. Modifications apportées aux règlements de compétition.....	5
Q6. Responsabilités du comité hôte d'un championnat provincial	6
Q7. Propositions	7
Q8. Invitation et formulaire d'inscription	8
Q9. Frais d'inscription	10
Q10. Frais d'épreuve.....	11
Q11. Prix ou récompenses	11
Q11.1 Meilleurs athlètes Espoir.....	12
Q11.2 Meilleurs athlètes juniors.....	13
Q11.3 Meilleurs athlètes senior	14
Q11.4 Meilleur club.....	14
Q12. Feuilles de plongeon des championnats provinciaux.....	15
Q13. Résultats.....	15
Q14. Responsabilités du juge-arbitre.....	16
Q14.1 Juge-arbitre de la rencontre :	16
Q14.2 Juge-arbitre d'épreuve.....	16
Q15. Procédure d'appel des championnats provinciaux	17
Q15.1 Procédure d'appel lors de la compétition – jury d'appel de la rencontre.....	17
Q15.2 Procédure d'appel concernant l'épreuve – jury d'appel de l'épreuve.....	18
Q16. Horaire de la compétition.....	19
Q17. Championnats provinciaux Espoir	21
Q18. Super Finale Espoir Aquam – à venir	21
Q19. Championnats provinciaux juniors	23
Q19.1 Envoi des listes de plongeon catégorie D et C.....	23



Q 19.2 Critères de participation aux finales D et C	23
Q19.2.1 Durée des pratiques réservées catégories D et C	24
Q19.3 Épreuve Haut Vol.....	24
Q20. Championnats provinciaux senior	25
Q20.1 Nombre de plongeurs aux tremplins de 1 mètre, 3 mètres et à la plateforme..	25
Q20.2 Plongeur synchronisé	25
Q20.3 Participation aux épreuves provinciales senior	25
Q21. Championnat provincial des maîtres.....	25
Q22. Formation des équipes du Québec.....	26
Q22.1 Équipe Élite et Relève du Québec.....	26
Q22.2 Sélection pour les Jeux du Canada	26
Q23. Gala annuel.....	26
Q24. Jeux du Québec	27
Q.25 Exigences techniques pour la tenue d'un Championnat provincial	27
Q25.1 Responsabilités du club hôte	27
Q25.2 Sites et équipements nécessaires.....	29
Q25.3 Responsabilités de Plongeur Québec	30
ANNEXES	33
ANNEXE 1 - TABLEAUX DE COEFFICIENTS DE DIFFICULTÉ FINA	34
TABLEAUX DE COEFFICIENTS DE DIFFICULTÉ FINA	42
HAUT VOL	42
ANNEXE 2 - Règlements Espoir pour saison 2023-2024	50



Plongeon Québec

LIVRE DES RÈGLEMENTS PROVINCIAUX 2023-2024

Une flèche en gras (➤) indique les modifications ou les ajouts qui ont été apportés au règlement.

Q1. Règlements des compétitions (généralités)

Les règlements suivants complètent ceux de la FINA et de Plongeon Canada. Lorsque Plongeon Québec ne prévoit pas de règlement, ceux de la FINA et de Plongeon Canada ont force de loi.

Les règlements de la FINA et de Plongeon Canada sur le jugement sont en vigueur, à moins des avis contraires mentionnés ci-après.

Les règlements devront être rendus publics aux membres via le site web et le livre des règlements publié en novembre de chaque année.

Q2. Date d'entrée en vigueur et d'expiration des règlements des compétitions

Les règlements de compétition de Plongeon Québec sont en vigueur pour la période allant du 1^{er} septembre au 31 août de l'année en cours.

Q3. Responsabilités de la commission des entraîneurs concernant la présente section des règlements

- a) Interpréter et s'assurer de l'application des règlements contenus dans la présente section.
- b) Chaque année, ils doivent réviser et corriger les règlements de compétition de Plongeon Québec.
- c) Les situations qui ne sont pas prévues dans ces règlements peuvent être soumises au président de la commission des entraîneurs ou à son représentant avant le 30 juin.
- d) Veiller à l'amélioration de la qualité technique de tous les championnats provinciaux sanctionnés par Plongeon Québec.
- e) Procéder à l'évaluation technique de toute proposition concernant les



championnats provinciaux du Québec et faire les recommandations qui s'imposent au comité exécutif et au futur comité hôte avant le choix définitif du lieu.

- f) S'entendre avec les comités hôtes de tous les championnats provinciaux sur l'ensemble des questions techniques avant la tenue de chacun de ces championnats.
- g) Le président de la commission des entraîneurs (ou son représentant ou le directeur technique du championnat provincial) doit superviser, sur place, l'organisation de la rencontre et doit veiller à l'application des présents règlements.
- h) Assurer la sécurité des installations et des équipements.

Q4. Responsabilités de la commission des officiels concernant la présente section des règlements

- a) Interpréter et s'assurer de l'application des règlements contenus dans la présente section;
- b) Chaque année, les membres doivent réviser et corriger les règlements de compétition de Plongeon Québec;
- c) Les situations qui ne sont pas prévues dans ces règlements peuvent être soumises au président de la commission des officiels ou à son représentant avant le 30 juin;
- d) Assurer la sécurité des installations et des équipements;

Q5. Modifications apportées aux règlements de compétition

Ces règlements peuvent être modifiés lors des réunions de la commission des entraîneurs et de la commission des officiels tout en étant accompagnés d'une justification.

En tout temps, Plongeon Québec a le pouvoir d'apporter des changements aux règlements, lorsque cela est nécessaire, selon les conditions suivantes :

- La commission des officiels devra déposer ses propositions de changements avant le 1^{er} août et la commission des entraîneurs devra déposer les siennes avant le 1^{er} septembre ;
- Ceux-ci devront être publiés auprès des membres par Plongeon Québec.



En cas d'ambiguïté, Plongeon Québec se réserve le droit d'apporter tout changement en accord avec les commissions des entraîneurs et des officiels, selon leur champ de compétences respectifs.

Q6. Responsabilités du comité hôte d'un championnat provincial

Le comité hôte d'un championnat provincial est responsable de :

- a) Gérer et organiser le championnat.
- b) Se procurer le matériel technique pour le bon déroulement de la compétition : système de son adéquat, tableau d'affichage pour les résultats, etc.
- c) Faire la réservation des ordinateurs auprès de Plongeon Québec au moins un mois avant.
- d) Assurer les services de presse en collaboration avec le coordonnateur des communications de Plongeon Québec, de publicité, de réception et les services auxiliaires qui contribuent à créer l'ambiance d'un championnat provincial.
- e) Superviser et diriger la table de pointage pour toutes les épreuves.
- f) Veiller à disposer d'un nombre suffisant de locaux pour les réunions (secrétariat, salle de réunion et salle pour les repas).
- g) Fournir boissons et nourriture pour le déjeuner et le dîner sans frais aux entraîneurs, officiels et personnel permanent de Plongeon Québec tout au long de la compétition. Si l'horaire de la journée de compétition prévoit se terminer au-delà de 19h, des collations devront être fournies, sans frais, pour ces derniers.
- h) Faire parvenir par courriel à Plongeon Québec le résumé et le détail complet des résultats, le nom des meilleurs athlètes, le nom du meilleur club de la compétition ainsi que le « *backup* » en fichier .bak dans les 24 heures qui suivent la fin du championnat.
- i) Défrayer tous les coûts d'organisation du championnat.
- j) Assumer la responsabilité de installations, des équipements, des services et des personnes-ressources requis pour la tenue du championnat.
- k) S'engager à respecter les règlements de compétition ainsi que le protocole d'entente de Plongeon Québec.
- l) S'engager à identifier une personne responsable de la gestion du plan d'urgence de la piscine.
- m) Offrir toutes les épreuves contenues dans la grille aux articles Q17, Q19 et Q20.



Le comité hôte d'un championnat provincial n'est pas responsable de :

- a) Organiser le transport ou le logement des participants, entraîneurs et officiels. Cependant, il doit entreprendre des démarches afin de proposer certains hôtels situés à proximité du lieu du championnat.

Q7. Propositions

- a) Toute proposition pour faire une demande de championnats provinciaux doit être endossée par la région ou l'organisme hôte et accompagnée d'une confirmation de l'administration responsable (ville ou responsable de la piscine).
- b) Une région ou un organisme hôte peut endosser et soumettre à l'étude plus d'une proposition.
- c) Les propositions seront rédigées sur le formulaire « Demande de championnats provinciaux » et soumises à Plongeon Québec.
- d) La commission des entraîneurs examinera chaque proposition en fonction des directives suivantes (non exclusives ni en ordre de priorité) :
 - i. la diversité des régions ;
 - ii. le club ayant le plus grand nombre de plongeurs membres de Plongeon Québec ;
 - iii. les besoins des clubs ;
 - iv. les retombées économiques sur les clubs ;
 - v. les expériences d'organisation antérieures des clubs ;
 - vi. la tradition ;
 - vii. les frais engendrés par Plongeon Québec ;
 - viii. la disponibilité des officiels ;
 - ix. les besoins techniques de Plongeon Québec et des clubs, etc.

S'il advient, en raison de circonstances imprévues, que le lieu choisi ne soit plus disponible, on autorisera à la région ou à l'organisme hôte de proposer à Plongeon Québec un autre lieu qui relève de sa juridiction. Si cela s'avère impossible, Plongeon Québec pourra sélectionner une autre région ou un autre club et même abolir ledit championnat à défaut de temps ou d'un manque d'application.

- e) L'année de compétition doit comprendre :



Plongeon Canada a demandé à toutes les provinces de tenir 2 compétitions qualificatives aux Championnats canadiens. Ce changement fait partir de leur programme post-Covid. Pour toute question ou demande d'information supplémentaire, veuillez contacter Plongeon Québec.

- ➔ i. **2** championnats provinciaux junior et senior qualificatifs aux Championnats canadiens. D'autres championnats de ce type pourront être tenus, mais ils seront non qualificatifs.

*Pour **2023-2024**, les Championnats provinciaux juniors et seniors sont ouverts aux athlètes ayant les listes requises.*

- a) Les championnats provinciaux junior et senior qualificatifs doivent avoir lieu dans des piscines ayant des installations de type A (voir Q25.2).
- b) Des épreuves Maîtres seront tenues au premier championnat provincial junior et senior de la saison.
- ii. 3 championnats provinciaux Espoir qualificatifs aux championnats provinciaux junior et senior. D'autres championnats de ce type pourront être tenus, mais ils seront non qualificatifs.
 - a) Les championnats provinciaux Espoir (excluant les Jeux du Québec) doivent avoir lieu dans des piscines avec installations de type C (voir Q25.2).
- iii. 1 Super Finale Espoir Aquam avec installation de type C (voir Q25.2)

Q8. Invitation et formulaire d'inscription

- a) Le club hôte doit faire parvenir l'original de l'invitation à Plongeon Québec **au moins six (6) semaines** avant la tenue de l'événement pour approbation par le président de la commission des entraîneurs. Plongeon Québec a la responsabilité de faire parvenir l'invitation à tous les clubs.
- b) À défaut de produire l'invitation de compétition en bonne et due forme dans les délais prescrits, Plongeon Québec se chargera de transmettre aux clubs une invitation et un horaire type.
- c) Les formulaires d'inscriptions individuel et synchronisé pour les championnats provinciaux de Plongeon Québec comporteront :



- Le nom du plongeur ;
 - Le lieu de résidence ;
 - L'année de naissance
 - La catégorie d'âge ;
 - Le nom du club dont il est membre ;
 - Le lieu de la réussite du passeport
 - Le courriel et numéro de téléphone du club
 - Le nom de la personne responsable des inscriptions
 - Les frais d'épreuve
 - Les frais d'inscription
 - Le nom de l'entraîneur de l'athlète
 - Le nom du partenaire pour l'épreuve synchronisée
- d) Le formulaire d'inscription et l'invitation doivent être envoyés aux clubs par Plongeon Québec, **au moins trente (30) jours** avant le début de la première journée de compétition.
- e) Les formulaires d'inscription doivent être retournés à Plongeon Québec, **au moins deux (2) semaines** avant le début de la première journée de compétition. Si un championnat provincial Espoir se déroule moins de deux semaines avant un championnat provincial junior et senior, le formulaire d'inscription pourra être retourné à Plongeon Québec le lundi suivant le championnat provincial Espoir.
- f) Vérification des passeports :

Lors de l'inscription à la compétition, il est nécessaire d'indiquer ce qui autorise l'athlète à participer à un championnat provincial junior :

- i. Standard canadien (obtenu à quel championnat provincial junior).
- ii. Passeport (obtenu à quel championnat provincial espoir)

À noter que, si le formulaire n'est pas dûment rempli, il ne sera pas accepté. Si, suite à la correction, il devait être soumis après la date limite, il sera sujet aux frais de retard (voir Q.9g)



- g) Si la date de courriel indique qu'un formulaire d'inscription a été envoyé en retard, celui-ci est accepté sur réception d'une amende de 15 \$ par jour ouvrable de retard jusqu'à concurrence de 150 \$. Plongeon Québec remettra le montant total des amendes perçues pour les inscriptions tardives au comité hôte. Si le club ne peut prouver que le formulaire d'inscription a été envoyée avant la date limite, le club concerné sera assujetti à l'amende.
- h) L'athlète participant à un championnat provincial doit être affilié **au moins sept (7) jours** avant le premier jour de la compétition.
- i) L'athlète participe dans la catégorie d'âge qu'il atteindra entre le 1^{er} janvier et le 31 décembre de l'année en cours.

➔ Q9. Frais d'inscription

Espoir :	60 \$ taxes incluses
Junior :	60 \$ taxes incluses
Senior :	60 \$ taxes incluses
Maîtres :	60 \$ taxes incluses

- a) Les frais d'inscription et d'épreuves doivent être payés en argent comptant, par chèque (à l'ordre de Plongeon Québec), ou par virement bancaire, avant la fin de la compétition. Dans le cas d'un paiement par virement bancaire, le paiement sera accepté jusqu'à un maximum de trois (3) jours après la compétition. Le club hôte est responsable de récupérer les chèques avec le support du représentant de Plongeon Québec sur place. En cas de non-paiement dans les délais prescrits, une amende de 25 \$ par club sera facturée au profit de Plongeon Québec.
- b) Les frais d'inscription peuvent être transférables d'un athlète à l'autre pour un même club lors du même championnat provincial. Les frais d'inscription ne sont pas remboursables (une fois le formulaire envoyé à Plongeon Québec) à moins de faire parvenir un papier du médecin à Plongeon Québec **avant le début de la compétition**. Toutefois, si un athlète doit être ajouté à la liste après la date, l'ajout pourra se faire moyennant une pénalité de 5 \$ par athlète.
- c) Une grande partie des frais d'inscription est utilisée pour le dédommagement des officiels aux différents championnats (hébergement, transport, repas).



➔ Q10. Frais d'épreuve

Espoir :	60 \$ taxes incluses /épreuve
Senior et junior :	60 \$ taxes incluses /épreuve
Épreuve synchronisée :	60 \$ taxes incluses /épreuve par équipe
Maîtres :	60 \$ taxes incluses /épreuve

Il est possible de retirer un athlète d'une épreuve jusqu'à 1 heure avant, soit le début de son épreuve ou l'heure prévue/annoncée pour le début de son épreuve selon la première de ses éventualités. Passé ce délai, les frais de l'épreuve seront facturés.

Plongeon Québec récupérera les paiements de la compétition et retournera 75% des frais d'épreuves avant taxes au club hôte.

Q11. Prix ou récompenses

Lors des championnats provinciaux « Espoir, junior, senior et maîtres », le club hôte devra prendre en considération les éléments suivants dans la distribution des récompenses :

- a) Médailles (choix du club) aux trois premiers ;
- b) Ruban aux 4^e, 5^e, 6^e;
- c) Plaque ou trophée au meilleur athlète masculin et à la meilleure athlète féminine Espoir, junior et senior ;
- d) Plaque ou trophée de la meilleure équipe du championnat ;
- e) Le classement final de toutes les équipes doit être annoncé et publié après chaque championnat.

Il est fortement recommandé d'effectuer la remise des médailles sur un podium dans un délai de 45 minutes suivant la fin de l'épreuve.



Q11.1 Meilleurs athlètes Espoir

Au championnat provincial Espoir, la somme des deux meilleurs pourcentages des résultats du plongeur **québécois**¹ par rapport aux points Aquam* sera calculé pour les athlètes ayant remporté deux (2) médailles d'or afin de déterminer le meilleur athlète masculin et la meilleure athlète féminine de la rencontre. Si toutefois aucun athlète remporte deux (2) médailles d'or, les pourcentages par rapport aux points Aquam des médailles d'argent seront considérés et ainsi de suite au besoin.

*Pour la catégorie E, ce sont les résultats en comparaison avec 105% des points Aquam qui seront calculés.

Exemple : Les plongeurs ont tous les deux remportés 2 médailles d'or

Plongeur 1 :	1 mètre	3 mètres	Tour
Catégorie D	196.30	210.40	0
Points Aquam	130	130	130
Résultat %	151 %	161,84 %	0

Total : 151 % + 161,84 % = 312.84 %

Plongeur 2 :	1 mètre	3 mètres	Tour
Catégorie E	150.40	146.40	0
Points Aquam (105%)	110.25	110.25	110.25
Résultat %	136.41 %	132.79 %	0

Total : 136.41 % + 132.79 % = 269.20 %

Ainsi, le plongeur 1 est le gagnant.

¹ Un plongeur québécois est un plongeur qui est affilié à un club québécois, qui peut représenter ce club lors des championnats canadiens et qui s'entraîne au Québec pour un minimum de 50 % du temps d'entraînement.



Q11.2 Meilleurs athlètes juniors

Au championnat provincial junior, la somme des deux meilleurs pourcentages des résultats du plongeur **québécois**² par rapport à son standard canadien sera calculée pour les athlètes ayant remporté deux (2) médailles d'or afin de déterminer le meilleur athlète masculin et la meilleure athlète féminine de la rencontre. Si toutefois aucun athlète remporte deux (2) médailles d'or, les pourcentages par rapport au standard canadien des médailles d'argent seront considérés et ainsi de suite au besoin. Les épreuves de plongeon synchronisé sont **exclues** de ce calcul.

Pour les catégories D et C, nous prenons le classement des épreuves finales mais le calcul se fait à partir des pointages des épreuves préliminaires.

Exemple : Les plongeurs ont tous les deux remportés 2 médailles d'or

Plongeur 1 :	1 mètre	3 mètres	Tour
Catégorie D	205	212	176
Standard	190	200	175
Résultat %	107,89 %	106 %	100,57
Total :	107,89 % + 106 % = 213,89 %		

Plongeur 2 :	1 mètre	3 mètres	Tour
Catégorie C	282	282	268
Standard	245	255	225
Résultat %	115,1 %	110,59 %	119,11
Total :	115,1 % + 119,11 % = 234,21%		

Ainsi, le plongeur 2 est le gagnant.

² Un plongeur québécois est un plongeur qui est affilié à un club québécois, qui peut représenter ce club lors des championnats canadiens et qui s'entraîne au Québec pour un minimum de 50 % du temps d'entraînement.



Q11.3 Meilleurs athlètes senior

Au championnat provincial senior, des plaques ou trophées seront remis au meilleur athlète **québécois**³ senior et à la meilleure athlète **québécoise** senior qui auront obtenu le plus grand nombre de points selon leurs deux (2) meilleures positions (les épreuves au 1m ainsi que les épreuves de plongeon synchronisé sont exclues) et selon la charte suivante :

1 ^{re} position	7 points
2 ^e position	4 points
3 ^e position	1 point

En cas d'égalité chez les seniors, appliquer la formule de calcul des championnats provinciaux juniors (voir Q11.2 en utilisant les pourcentages des résultats par rapport au standard canadien **senior**).

Aucune plaque ou trophée ne sera remis au meilleur et à la meilleure athlète maître.

Q11.4 Meilleur club

Au cours de chaque championnat provincial, une plaque ou un trophée sera remis par le comité hôte **au club** qui aura accumulé le plus de points selon le classement des douze (12) premiers athlètes de chacune des épreuves à l'exception des épreuves Maîtres qui sont exclues du calcul. Ces plongeurs se verront attribuer les pointages suivants : **12 premiers > 16 - 14 - 12 - 10 - 8 - 7 - 6 - 5 - 4 - 3 - 2 - 1**

À noter que ce calcul inclut :

- les épreuves de tour pour tous les championnats provinciaux Espoir ;
- les épreuves de plongeon synchronisé où chaque athlète d'une équipe accumule la moitié des points de la position obtenue.

³ Un plongeur québécois est un plongeur qui est affilié à un club québécois, qui peut représenter ce club lors des championnats canadiens et qui s'entraîne au Québec pour un minimum de 50 % du temps d'entraînement.



Q12. Feuilles de plongeon des championnats provinciaux

Les feuilles de plongeurs du club doivent être remplies électroniquement et transmises via le programme de générateur de feuilles RezMan au plus tard le **lundi** précédent le premier jour de la compétition. Les feuilles qui ne seront pas remises au plus tard le **lundi**, pourront être remises jusqu'à **24 heures avant le début de la compétition moyennant une** amende de 25 \$, payable au club hôte. Au-delà de ce délai, les feuilles de plongeon ne seront pas acceptées.

Une fois arrivé sur le lieu de compétition, chaque club doit avoir en sa possession la feuille de « résumé » ou sa version électronique de toutes les entrées effectuées sur RezMan. Celle-ci servira de vérification en cas d'erreur.

Lors de championnats provinciaux comprenant des épreuves finales pour les C et les D, les listes de plongeurs doivent être également acheminées au même moment que les listes des épreuves préliminaires.

Le comité hôte a la responsabilité d'afficher, avant la première épreuve de la journée, les listes de chacune des épreuves de la journée de compétition. Les plongeurs doivent ensuite initialer leur liste si tout est conforme. Si toutefois une erreur se trouve dans une liste, le plongeur **ou son entraîneur** doit aller faire les changements au secrétariat et ce, dans les délais prescrits.

Le plongeur **ou son entraîneur** est autorisé à apporter une ou plusieurs modifications à sa feuille de plongeon **jusqu'à 1 heure** avant soit le début de son épreuve ou l'heure prévue/annoncée pour le début de son épreuve, selon la première de ses éventualités. Si l'athlète désire se retirer de l'épreuve, voir le règlement Q10.

Dans le cas des finales aux championnats provinciaux (incluant la SFEA), les changements aux feuilles de plongeon seront acceptés jusqu'à un maximum de **30 minutes** après la fin de l'épreuve préliminaire ou des épreuves préliminaires complètes (c.-à-d., dans le cas d'un championnat provincial junior avec finales, la règle du 30 minutes commence à s'appliquer à la fin de l'épreuve préliminaire D2 ou C2 selon le cas).

Q13. Résultats

- a) Les résultats des six (6) premiers sont annoncés lors de la remise des médailles, incluant les athlètes hors-concours;
- b) En cours d'épreuve, le directeur de la rencontre peut faire paraître les résultats **non officiels** des concurrents sur un tableau de pointage manuel ou



électronique. Les plongeurs hors-concours doivent également y apparaître ;

- c) Les résultats **officiels** de chacune des épreuves seront affichés ou mis à la disposition des intéressés, suite à l'approbation du juge-arbitre de l'épreuve, à la fin de chaque épreuve. Ils révèlent le classement de chaque plongeur, le nom de son club et le nombre de points qu'il a obtenus ;

Q14. Responsabilités du juge-arbitre

Q14.1 Juge-arbitre de la rencontre :

- a) Le juge-arbitre de la rencontre est responsable d'établir les panels de juges.
- b) Le juge-arbitre de la rencontre (ou son représentant) doit superviser, sur place, l'organisation de la rencontre et doit veiller à l'application des présents règlements.
- c) Le juge-arbitre de la rencontre est responsable de faire parvenir son rapport, les panels de juges, le formulaire de protêt et les formulaires de demande de remboursement à Plongeon Québec dans les dix (10) jours ouvrables suivants.
- d) Le juge-arbitre de la rencontre doit s'assurer que le suivi est fait par les juges-arbitres d'épreuve après chacune des épreuves.
- e) Le juge-arbitre de la rencontre en collaboration avec le personnel de Plongeon Québec doit exclure un plongeur ou un entraîneur de la compétition s'il n'est pas affilié avec Plongeon Québec ou toute autre fédération reconnue par la FINA ou par Diving Plongeon Canada. Le personnel de Plongeon Québec aura fait préalablement les vérifications nécessaires et transmettra la liste des membres en défaut au juge-arbitre de la rencontre au tout début de la première journée de compétition.
- f) Selon le règlement de sécurité en plongeon disponible à Plongeon Québec, le juge-arbitre peut suspendre le déroulement d'une compétition s'il y a manquement aux règlements ou s'il y a danger pour la sécurité des participants.

Q14.2 Juge-arbitre d'épreuve

- a) Le juge-arbitre de l'épreuve doit vérifier les listes de plongeurs de son épreuve et s'il trouve une erreur, il avisera l'athlète et/ou son entraîneur. L'exactitude de la liste de plongeurs demeure la responsabilité de l'athlète.
- b) Le juge-arbitre de l'épreuve doit s'assurer que les officiels sont à leur poste à l'heure



requis.

- c) Le juge-arbitre de l'épreuve doit signer la feuille de résultats de l'épreuve qu'il vient d'arbitrer afin de l'officialiser.

Q15. Procédure d'appel des championnats provinciaux

Q15.1 Procédure d'appel lors de la compétition – jury d'appel de la rencontre

Sauf en ce qui concerne la sélection des juges, tout protêt ou appel associé à l'organisation et à la tenue d'une épreuve lors d'une compétition sanctionnée par Plongeon Québec, qui est initié plus d'une (1) heure avant le début de l'épreuve en question, sera référé au jury d'appel de la rencontre. Tous les protêts et les appels doivent être soumis par écrit et doivent préciser l'article, la règle ou la section du règlement qui est en discussion afin que les membres du jury puissent l'examiner.

- a) Le protêt sera transmis au directeur de la rencontre ou, si celui-ci n'est pas disponible, à la personne désignée comme représentant de la commission des entraîneurs, qui agira à titre de président du jury d'appel de la rencontre.
- b) Le directeur de la rencontre réunira immédiatement le représentant de Plongeon Québec, le juge-arbitre de la rencontre et tous les membres de la commission des entraîneurs et de la commission des officiels présents à la compétition et, tant qu'il y aura au moins 3 membres de ces commissions ou plus, ceux-ci formeront alors le jury d'appel de la rencontre.
- c) Le directeur de la rencontre, avec le représentant de Plongeon Québec, présente et interprète les règlements en vigueur relatifs au protêt ou à l'appel en cause. Tous les partis sont alors invités à prendre la parole et ensuite à quitter.
- d) À la suite des déclarations pertinentes, une discussion à huis clos des membres du jury est suivie par un vote des membres du jury qui a été réclamé par le président du jury d'appel de la rencontre. Le vote majoritaire détermine l'issue du débat. Le président ne peut pas voter.
- e) Aucune abstention ne sera autorisée lors de tout vote des membres du jury d'appel de la rencontre.
- f) En cas de vote non concluant des membres du jury d'appel de la rencontre au cours de la première rencontre, l'assemblée est ajournée et convoquée de nouveau dès qu'on a réuni davantage de renseignements pertinents pour



parvenir à une décision. Le président ne peut pas voter.

- g) En cas de vote non concluant des membres du jury d'appel de la rencontre au cours de l'assemblée subséquente, le président est chargé de trancher la question (voir le point a ci-dessus).

Le président du jury d'appel de la rencontre, qui convoque et préside les assemblées du jury d'appel de la rencontre, doit envoyer un rapport écrit à Plongeon Québec et au président de la commission des entraîneurs dans les 10 jours qui suivent la conclusion du championnat en indiquant toutes les questions pertinentes, les déclarations et le vote final.

- h) La décision du jury d'appel de la rencontre aura force exécutoire.

Q15.2 Procédure d'appel concernant l'épreuve – jury d'appel de l'épreuve

Tout protêt associé à l'organisation et à la tenue d'une épreuve lors d'une compétition sanctionnée par Plongeon Québec et initié durant l'heure qui précède le début de l'épreuve, durant l'épreuve elle-même ou dans les 15 minutes après la fin de l'épreuve, sera transmis pour décision au jury d'appel de l'épreuve. Tout protêt ou appel doit être soumis par écrit et doit préciser l'article, la règle ou la section du règlement qui est en discussion afin que le jury puisse le prendre en considération.

Le jury d'appel de l'épreuve désigné avant chaque épreuve de tout championnat provincial de Plongeon Québec et affiché au secrétariat de la compétition, comprendra les membres suivants :

- i. le juge-arbitre de l'épreuve (le président);
 - ii. tous les juges du panel de l'épreuve;
 - iii. le représentant de la commission des entraîneurs;
 - iv. le juge-arbitre de la rencontre
- a) Le protêt ou l'appel doit être rédigé et présenté au juge-arbitre immédiatement après l'incident. Pour ce faire, l'entraîneur informera verbalement le juge-arbitre de son intention de déposer un protêt et ce dernier remettra immédiatement à l'entraîneur un formulaire à remplir à cet effet, sur lequel, il indiquera l'heure de l'avis verbal qu'il a reçu. Le juge-arbitre inscrit l'heure de la conclusion de chaque épreuve (ou session).
 - b) En cas de protêt durant l'épreuve (ou la session), le juge-arbitre interrompt la



compétition à la fin du tour de plongeurs en cours. Le président du jury d'appel de l'épreuve convoque une réunion du jury d'appel de l'épreuve pour les informer du protêt et/ou de l'appel. Seules les personnes nommées précédemment et la personne déposant le protêt sont présentes. Le juge-arbitre de l'épreuve aura le pouvoir de reporter le jury jusqu'à la fin de l'épreuve.

- c) Lorsque la personne déposant le protêt a fait sa déclaration, il quitte la salle. Le représentant de la CEN s'assure que le règlement est bien compris. Le juge-arbitre de l'épreuve expose son opinion.
- d) À la suite de déclarations pertinentes, il y aura discussion à huis clos des membres du jury, suivi d'un vote à la demande du président. Un vote majoritaire détermine la décision. Le président ne peut pas voter.
- e) En cas de vote non concluant, le juge-arbitre de l'épreuve (le président) doit trancher la question.
- f) Aucune abstention n'est autorisée lors de tout vote pris par les membres du jury d'appel de l'épreuve.
- g) La décision des membres du jury d'appel de l'épreuve est irrévocable.

Le juge arbitre de la rencontre préparera et soumettra à Plongeon Québec un rapport complet sur toute rencontre du jury d'appel de l'épreuve dans les dix (10) jours ouvrables suivant la conclusion de la compétition.

Q16. Horaire de la compétition

- a) Les épreuves d'une compétition sont déterminées pour chaque journée de compétition et soumis dans l'invitation, mais l'ordre de ces épreuves sera déterminé en fonction des inscriptions reçues.
- b) le comité hôte d'une compétition doit remettre, au plus tard le **mercredi** suivant la fin des inscriptions, une ébauche de l'horaire à la fédération pour remaniement de l'ordre des épreuves si nécessaire. Cet horaire doit inclure le nombre de participants inscrits dans chaque catégorie et chaque épreuve ainsi que le temps prévu.
- c) Une fois l'horaire des épreuves de la compétition publié, il ne pourra pas être modifié sans l'accord unanime de tous les entraîneurs lors de la réunion technique.
- d) Un horaire officiel sera présenté par le comité hôte et transmis par Plongeon



Québec aux clubs participants au plus tard le **mardi** précédent le début de la compétition.

- e) L'horaire peut être bâti selon le principe de 30 à 40 secondes/plongeon.
- f) Une période d'au moins une heure de pratique sera réservée au début de la journée à tous les participants. À la mi-journée, une pratique générale d'au moins 15 minutes sera réservée à tous les participants.
- g) Une période d'au moins 20 minutes sera réservée aux participants avant chacune des épreuves. Dans le cas d'une épreuve mixte (garçons et filles) ou combinant deux groupes d'âges, la période réservée sera d'au moins 30 minutes.
- h) Lorsqu'il y a des épreuves en simultanée, chacune des épreuves peut se dérouler indépendamment l'une de l'autre.
- i) Une épreuve ne pourra être tenue plus d'une heure avant l'horaire prévu. Aucune épreuve ne débutera après 21 h 30 et aucun plongeon ne s'effectuera après 22h30.
- j) Les tremplins doivent être fermés pendant la période de la rencontre des entraîneurs et des officiels.
- k) L'utilisation de la machine à bulle est interdite pendant les entraînements et épreuves en compétition. Advenant une situation spéciale avec un athlète, l'entraîneur de l'athlète peut demander au représentant de la commission des entraîneurs une permission spéciale pour utiliser les bulles. Les bulles peuvent uniquement être utilisées lorsque la pratique pour tous ou réservée est terminée pour des questions de sécurité et il ne doit pas y avoir personne dans la piscine ou bassin de plongeon pendant l'utilisation exceptionnelle de la machine à bulle.
- l) Jumelage d'épreuves : les épreuves seniors ne peuvent en aucun cas être jumelées à des épreuves juniors.
- m) Lors d'un championnat provincial Espoir, s'il y a très peu d'athlètes inscrits dans les groupes d'âge E et D, la formule suivante est proposée :

Les athlètes des deux catégories pratiquent en même temps. Une période de cinq (5) minutes est ajoutée à la pratique réservée. Les athlètes du groupe E exécutent tous leurs plongeurs suivis de ceux de la catégorie D. Les juges seront les mêmes pour les deux épreuves.



➔ Q17. Championnats provinciaux Espoir

Veillez-vous fiez à l'Annexe 2 pour la modification de ce règlement pour la saison 2023-2024.

Q18. Super Finale Espoir Aquam – à venir

Q18.1 Objectif

- a) Permettre de prolonger la saison de compétitions pour les athlètes qui ne participeront pas aux Championnats nationaux.
- b) Donner aux jeunes du circuit de compétition espoir du Québec une occasion de démontrer leur talent.
- c) Préparer un bassin d'athlète pour la participation à d'éventuelles compétitions nationales.
- d) Encourager les nouveaux plongeurs en leur permettant d'obtenir de bons résultats malgré leur expérience limitée.
- e) Favoriser l'échange entre les intervenants.

Q18.2 Critères d'admissibilité

- a) Être membre en règle de Plongeon Québec ;
- b) Être âgé de 18 ans et moins au 31 décembre de l'année en cours
- ➔ c) Doit avoir à deux reprises, atteint le minimum de points Aquam requis, et ce, lors de deux championnats provinciaux Espoir différents. Les points Aquam requis peuvent être faits lors d'épreuves différentes ou non, qualifiant ainsi l'athlète pour les trois épreuves à la Super Finale Espoir Aquam.

OU

Doit avoir été médaillé une fois à un championnat provincial Espoir, en plus d'avoir atteint le minimum de points Aquam requis lors de la même épreuve.





Tableau 8 : Tableau des points Aquam selon la catégorie exigée afin d'être éligible à la Super Finale Espoir Aquam

Catégorie	Sexe	1m	3m	Tour	Tour (avec 3m seulement)
E	Filles et Garçons	105 pts	105 pts	105 pts	s/o
D	Filles et Garçons	120 pts	120 pts	120 pts	s/o
C	Filles et Garçons	165 pts	165 pts	165 pts	s/o
B	Filles et Garçons	200 pts	200 pts	200 pts	175 pts
A	Filles et Garçons	225 pts	225 pts	225 pts	200 pts

N.-B. : Toute situation particulière d'admissibilité devra être soumise à la Commission des entraîneurs par écrit et sera analysée par cette dernière. Une décision sera rendue dans les 2 semaines suivant la réception de la demande.

- d) Doit concourir dans sa catégorie (Aucun surclassement n'est autorisé.)
- e) Doit être qualifié pour la catégorie dans laquelle il va concourir.
- f) Ne doit pas être inscrit comme participant aux championnats nationaux junior ou au Festival national junior de l'année en cours
- g) Chaque club peut inscrire **un minimum de quatre (4) participants**. Par exemple, si un club n'a aucun athlète qualifié, il peut inscrire un maximum de quatre (4) athlètes qui peuvent participer aux épreuves de 1m, 3m et tour. Si un club a un (1) athlète qualifié, il peut en inviter un maximum de trois (3) autres, et ainsi de suite.
- h) Toute situation particulière devra être soumise par écrit à la commission des entraîneurs et sera analysée par cette dernière. Une décision sera rendue dans les **2 semaines suivant la réception de la demande**.

Q18.3 Programme



Cette section est présentement en révision.

Q19. Championnats provinciaux juniors

Voir le règlement de Plongeon Canada (Chapitre R-4)

Q19.1 Envoi des listes de plongeon catégorie D et C

Conformément aux règlements de Diving Plongeon Canada (R1, 5.3), les listes de plongeurs pour les préliminaires, demi-finales et finales doivent être envoyées au minimum 24 heures avant le début de l'épreuve.

Pour les catégories D et C :

- Les listes préliminaires doivent être envoyées via « Dive sheet Generator » en choisissant les catégories D1, D2, C1 ou C2 appropriées selon l'âge de l'athlète.
- Les listes des finales doivent être envoyées en même temps que les listes préliminaires via « Dive sheet Generator » en choisissant la catégorie D ou C appropriée.

Q 19.2 Critères de participation aux finales D et C

Afin d'offrir la possibilité aux athlètes de faire leurs plongeurs de finale en compétition, les règles pour participer aux finales lors des provinciaux sont différentes des règles établies par DPC lors des nationaux et s'appliquent comme suit :

Dans la catégorie D, les deux (2) meilleurs athlètes D1 ainsi que les quatre (4) meilleurs athlètes D2 auront accès à la finale de cette même épreuve et ce, même s'ils n'ont pas atteint leur standard. De plus, si lors de l'épreuve, d'autres athlètes atteignent leurs standards ceux-ci pourront aussi accéder à la finale de cette même épreuve. Si toutefois ces critères ne permettent pas d'atteindre le nombre de six (6) participants dans l'épreuve finale, on complète la liste de participants avec les prochains sur la liste des résultats (par exemple : s'il reste de la place dans le D1, on complète avec le prochain D1 et ainsi de suite. S'il n'y a plus de D1, on complète avec un D2).

Dans la catégorie C, les trois (3) meilleurs athlètes C1 ainsi que les cinq (5) meilleurs athlètes C2 auront accès à la finale de cette même épreuve et ce, même s'ils n'ont pas atteint leur standard. De plus, si lors de l'épreuve d'autres athlètes atteignent leur standard ceux-ci pourront aussi accéder à la finale de cette même épreuve. Si toutefois ces critères ne permettent pas d'atteindre le nombre de huit (8) participants dans



l'épreuve finale, on complète la liste de participants avec les prochains sur la liste des résultats (par exemple : s'il reste de la place dans le C1, on complète avec le prochain C1 et ainsi de suite. S'il n'y a plus de C1, on complète avec un C2).

Les épreuves finales des catégories garçons et filles doivent obligatoirement être séparées pour les catégories D et C. Toutefois, il est possible de jumeler les garçons et les filles lors des épreuves préliminaires.

Des remises de médaille seront faites après les finales seulement. Suite aux préliminaires, les points seront remis à zéro. Une seule remise de médaille par épreuve par sexe sera faite pour les D suite aux finales, idem pour la catégorie C.

Q19.2.1 Durée des pratiques réservées catégories D et C

Lors des épreuves unisexes, les pratiques réservées sont d'une durée de 20 minutes. Les D1 et D2 (catégorie D), tout comme les C1 et C2 (catégorie C) sont considérés comme une seule et même catégorie lors des épreuves préliminaires. Il est possible de jumeler les garçons et les filles lors des épreuves préliminaires. Dans ce cas et conformément au règlement en vigueur, lors d'une épreuve jumelée garçons et filles, la pratique réservée de l'épreuve préliminaire est d'une durée de 30 minutes.

Q19.3 Épreuve Haut Vol

L'épreuve se déroule à la tour de 10 mètres avec ou sans l'utilisation d'un trampoline.

Les règlements et CD de la FINA chez les femmes au 20 mètres s'appliquent pour cette épreuve (voir annexe 5).

L'épreuve s'adresse aux athlètes de 14 ans et plus.

Tableau 10 : Nombre de plongeurs et coefficients de difficultés (CD) de la catégorie haut vol.

Haut vol (Projet pilote)	Utiliser les coefficients de difficulté de la FINA. Une famille est à couvrir pour cette épreuve	
Tour 10 m avec trampoline	Bases (2) (avec CD fixe à 2,6)	Optionnels (2) (sans limite de CD)



Q20. Championnats provinciaux senior

Voir le règlement de Plongeon Canada (Chapitre R-4)

Q20.1 Nombre de plongeurs aux tremplins de 1 mètre, 3 mètres et à la plateforme

Hommes : 6 plongeurs

Femmes : 5 plongeurs

Q20.2 Plongeon synchronisé

Voir le règlement de Plongeon Canada (Chapitre R-4)

Q20.3 Participation aux épreuves provinciales senior

Aucun passeport n'est exigé pour participer aux championnats provinciaux seniors.

Q21. Championnat provincial des maîtres

Affiliation : Tous les concurrents doivent être affiliés à Plongeon Québec en tant de plongeur maîtres compétitif **au moins sept (7) jours** avant le premier jour de la compétition.

➔ Frais d'inscription : 60 \$ taxes incluses

➔ Frais d'épreuve : 60 \$ par épreuve taxes incluses

Des épreuves Maîtres sont offertes au premier championnat provincial de la saison de compétition de Plongeon Québec. Seulement deux catégories d'âge et des épreuves 1m et 3m seront à l'horaire pour l'événement. Ces épreuves devront obligatoirement avoir lieu à la fin des épreuves junior et senior le samedi et le dimanche.

Tableau 11 : Exigences des catégories Maîtres

	Tremplins 1m et 3m	
GROUPE 45 ANS ET	Hommes	Femmes



MOINS	6 plongeurs	5 plongeurs
	Le plongeur peut choisir les plongeurs de la liste du manuel FINA à condition que chaque plongeur exécuté ait un numéro différent.	
GROUPE 46 ANS ET PLUS	Hommes	Femmes
	6 plongeurs	5 plongeurs
	Le plongeur peut choisir les plongeurs de la liste du manuel FINA avec les exigences suivantes :	
	<ul style="list-style-type: none"> • Pour le plongeur âgé entre 46 à 69 ans inclusivement, chaque plongeur exécuté doit être de numéro différent ; • Pour le plongeur âgé de 70 ans et plus, des plongeurs avec le même numéro peuvent être exécutés dans des positions différentes (A, B, C ou D). 	
Les sauts et les chutes ne sont pas autorisés ;		
Le plongeur participe dans la catégorie d'âge qu'il atteindra entre le 1 ^{er} janvier et le 31 décembre de l'année en cours, conformément au règlement Q8 i). Cette même règle s'applique pour déterminer si le plongeur peut bénéficier du privilège accordé aux 70 ans et plus.		

Q22. Formation des équipes du Québec

Q22.1 Équipe Élite et Relève du Québec

Les documents et les critères de sélection sont disponibles sur le site Internet de Plongeon Québec.

Q22.2 Sélection pour les Jeux du Canada

Les documents et les critères de sélection sont disponibles sur le site Internet de Plongeon Québec environ **deux (2) ans avant la date des Jeux du Canada**.

NOTE : La planification de l'équipe est élaborée à chaque cycle de 4 ans par la commission des entraîneurs.

Q23. Gala annuel

Les documents et les critères de sélection sont disponibles sur le site Internet de Plongeon Québec.



Q24. Jeux du Québec

Les procédures et la représentation pour la participation aux Jeux du Québec sont élaborées dans le document RH-14 du *Guide d'opération des Jeux du Québec*. Dans l'absence de réglementation, ceux de Plongeon Québec, de Plongeon Canada et de la FINA complètent ceux-ci.

Plongeon Québec sanctionne les épreuves au programme des Jeux du Québec et les règlements spécifiques de Plongeon Québec sont en vigueur aux Jeux du Québec.

Veillez consulter le devis technique 2023-2024 pour tous les détails spécifiques.

Q.25 Exigences techniques pour la tenue d'un Championnat provincial

Q25.1 Responsabilités du club hôte

SANCTION

Pour obtenir une sanction de Plongeon Québec pour la tenue d'un championnat provincial, l'organisme requérant doit en faire la demande par écrit à Plongeon Québec selon les exigences du présent cahier de procédures (voir Q.7) et en respectant les règlements de compétition de Plongeon Québec (référence : Formulaire de demande des championnats provinciaux).

ORGANISMES REQUÉRANTS

La proposition pour la tenue d'un championnat provincial peut être effectuée par un club de plongeon, une association régionale, une municipalité, une institution scolaire, etc. Indépendamment de la nature de l'organisme requérant, les exigences et les obligations de Plongeon Québec demeurent les mêmes.

COMITÉ ORGANISATEUR

Une fois qu'un Championnat lui est attribué, l'organisme requérant doit former un comité organisateur dans les plus brefs délais. Ce comité est formé des personnes suivantes:

- un directeur de compétition;
- un directeur technique;
- un responsable du secrétariat;



- un responsable de la trésorerie;
- un représentant de Plongeon Québec.

Le comité organisateur peut également s'adjoindre toutes les personnes-ressources requises pour le bon fonctionnement du comité.

COMITÉS ET SOUS-COMITÉS

Le comité organisateur voit à former les comités et les sous-comités requis pour la préparation et la réalisation du championnat. Ces comités sont :

- le comité des finances :

Sous la responsabilité du trésorier, il voit principalement à :

- administrer le budget du championnat;
- percevoir les inscriptions au championnat;
- payer les comptes inhérents au championnat;
- préparer le rapport financier du championnat;
- faire parvenir une copie de ce rapport à Plongeon Québec.

- le comité du secrétariat :

Sous la responsabilité du secrétaire, il voit à :

- préparer l'avis de compétition et en assumer la diffusion avec Plongeon Québec;
- percevoir et compiler les formules d'inscription;
- assumer la compilation des résultats de compétition.

- le comité technique :

Sous la responsabilité du directeur de la rencontre, il voit à :

- informer les clubs des modalités d'hébergement et de transport, avec la collaboration de Plongeon Québec;
- aviser les médias de la tenue du championnat;
- préparer, s'il y a lieu, une conférence de presse concernant le championnat;
- assister les représentants des médias d'information présents dans leur



travail.

Selon l'ampleur de la réalisation, le comité organisateur peut ajouter d'autres comités et sous-comités.

Exemples :

- comité d'accueil;
- comité du protocole;
- comité du transport;
- comité de promotion.

Q25.2 Sites et équipements nécessaires

SITES ET ÉQUIPEMENTS

Les sites comprennent au minimum:

Type A : Championnats provinciaux junior et senior qualificatifs : les points 1 à 9 énumérés ci-après

Type B : Championnats provinciaux junior et senior non- qualificatifs : les points 1 à 4 et 6 à 9 énumérés ci-après

Type C : Championnats provinciaux Espoir et Super Finale Espoir : points 1 à 3 et 8 à 9 énumérés ci-après

1. Un bassin de plongeon de profondeur adéquate (3,4 mètres pour les tremplins et de 4,5 mètres pour les plateformes);
2. Un tremplin de 1 mètre Maxiflex (type A ou B);
3. Un tremplin de 3 mètres Maxiflex (type A ou B);
4. Une plateforme de 5 mètres;
5. Une plateforme de 7,5 mètres;
6. Une plateforme de 10 mètres;
7. Les plateformes doivent être recouvertes d'une surface antidérapante selon les normes de sécurité de la Régie de la sécurité dans les sports du Québec;
8. Un système pour brouiller la surface de l'eau (ou un boyau d'eau).
9. Les locaux suivants :



- aire d'échauffement;
- salle de réunion;
- salle de premiers soins;
- vestiaire pour les garçons;
- vestiaire pour les filles;
- salle de secrétariat.

10. Le matériel divers suivant :

- un système de son avec microphone par épreuve
- un panneau d'affichage pour les résultats par épreuve
- 4 tables pour les officiels mineurs
- 2 tables pour la salle de secrétariat
- 1 table pour la salle de premiers soins
- 1 table pour la salle de réunion
- 6 chaises (confortables) pour les juges par épreuve
- 20 chaises pour les entraîneurs
- 10 chaises (confortables) pour les officiels mineurs
- 2 chaises (confortables) pour la salle de secrétariat
- une trousse de premiers soins
- un téléphone
- suffisamment de bancs ou d'estrades pour 50 athlètes
- une cafétéria avec repas ou une cantine
- des poubelles en nombre suffisant.

Q25.3 Responsabilités de Plongeon Québec

Dans le cadre de l'organisation d'un championnat provincial, Plongeon Québec assume les responsabilités suivantes :



- a) Après étude de la demande, elle émet la sanction si cette demande est conforme aux exigences fixées dans le cahier de procédures.
- b) Elle assure la présence d'un juge-arbitre de rencontre lors du championnat.
- c) Elle assume le recrutement et la supervision du travail des officiels majeurs.
- d) Elle offre, par le biais de son représentant au sein du comité hôte, une assistance technique dans la préparation du championnat.
- e) Elle peut offrir, aux frais de l'organisation, certains services au comité hôte.

Exemples :

- diffusion de l'information;
 - fabrication des médailles (sur demande);
 - prêt d'équipement et de matériel.
- f) Toute entente de services entre le comité hôte et Plongeon Québec doit être effectuée un (1) mois avant la date du championnat.
 - g) Elle fixe les frais d'inscription aux championnats provinciaux et les frais d'épreuve.
 - h) Elle offre une indemnité pour les officiels qui participent à un championnat provincial.
 - i) Elle paie les indemnités aux officiels de la façon suivante :

ADMISSIBILITÉ :

- Être membre en règle de Plongeon Québec;
- Offrir sa disponibilité à Plongeon Québec comme officiel pour les championnats inscrits aux calendriers;
- Plongeon Québec fera le choix pour obtenir 4 ou 8 officiels et 1 juge-arbitre, quand applicable. Quand des budgets spéciaux sont disponibles (ex. PSAF pour le mentorat), plus d'officiels pourront être invités.
- Remplir et donner sa demande de remboursement dans les 30 jours suivants la compétition.

INDEMNITÉS LOCALES :

Les officiels choisis seront indemnisés de la façon suivante :



- 25 \$ / jour : minimum de 2 épreuves le matin et de 2 épreuves l'après-midi;
- 10 \$ / demi-journée : minimum de 2 épreuves.

INDEMNITÉ À L'EXTÉRIEUR :

Les dépenses des officiels choisis seront remboursées de la façon suivante :

- **Frais de déplacement**

Selon la politique financière de Plongeon Québec (4.6) pour les compétitions ayant lieu à plus de 100 km du lieu de résidence si l'officiel voyage seul. Pour les compétitions ayant lieu à plus de 50 km du lieu de résidence si deux officiels ou plus font du covoiturage.

- **Frais d'hébergement**

Selon la politique financière de Plongeon Québec (4.7) pour les compétitions ayant lieu à plus de 100 km du lieu de résidence.

- **Per diem**

Selon la politique financière de Plongeon Québec (4.8) pour les compétitions ayant lieu à plus de 100 km du lieu de résidence.



ANNEXES



ANNEXE 1 - TABLEAUX DE COEFFICIENTS DE DIFFICULTÉ FINA

Note: Degree of Difficulty (DD) is calculated by adding: A + B + C + D + E = DD

A. Somersaults

Level / Somersault	0	½	1	1½	2	2½	3	3½	4	4½
1m	0.9	1.1	1.2	1.6	2.0	2.4	2.7	3.0	3.3	3.8
3m	1.0	1.3	1.3	1.5	1.8	2.2	2.3	2.8	2.9	3.5

B. Flight Position

For flying dives add fly position (E) to either (B) or (C) Position

	0 - 1 Somersault				1½ - 2 Somersaults				2½ Somersaults				3 - 3½ Somersaults				4 - 4½ Somersaults			
	Fwd	Back	Rev	Inw	Fwd	Back	Rev	Inw	Fwd	Back	Rev	Inw	Fwd	Back	Rev	Inw	Fwd	Back	Rev	Inw
C = Tuck	0.1	0.1	0.1	-0.3	0	0	0	0.1	0	0.1	0	0.2	0	0	0	0.3	0	0.1	0.2	0.4
B = Pike	0.2	0.2	0.2	-0.2	0.1	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.5	0.3	0.3	0.3	0.6	0.4	0.4	0.5	0.8
A = Str	0.3	0.3	0.3	0.1	0.4	0.5	0.6	0.8	0.6	0.7	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-
D = Free	0.1	0.1	0.1	-0.1	0	-0.1	-0.1	0.2	0	-0.1	-0.2	0.4	0	0	0	-	-	-	-	-
E = Fly	0.2	0.1	0.1	0.4	0.2	0.2	0.2	0.5	0.3	0.3	0.3	0.7	0.4	-	-	-	-	-	-	-

Seven of the above components have negative values. Dashes indicate dives that currently are not possible.

C. Twists

Group	½ Twist ½ - 1 Som.	½ Twist 1½ - 2 Som.	½ Twist 2½ Som.	½ Twist 3 - 3½ Som.	1 Twist	1½ Twists ½ - 2 Som.	1½ Twists 2½-3½ Som.	2 Twists	2½ Twist ½ - 2 Som.	2½ Twists 2½-3½ Som.	3 Twists	3½ Twists	4 Twists	4½ Twists
Fwd.	0.4	0.4	0.4	0.4	0.6	0.8	0.8	1.0	1.2	1.2	1.5	1.6	1.9	2.0
Back	0.2	0.4	0	0	0.4	0.8	0.7	0.8	1.2	1.1	1.4	1.7	1.8	2.1
Rev.	0.2	0.4	0	0	0.4	0.8	0.6	0.8	1.2	1.0	1.4	1.8	1.8	2.1
Inw.	0.2	0.4	0.2	0.4	0.4	0.8	0.8	0.8	1.2	1.2	1.5	1.6	1.9	2.0

- (1) Dives with ½ somersault and twists can only be executed in positions A, B, or C,
- (2) Dives with 1 or 1½ somersaults and twists can only be executed in position D,
- (3) Dives with 2 or more somersaults and twists can only be executed in positions B or C

D. Approach

Level	Forward ½ - 3½ Som.	Forward 4 - 4½ Som.	Back ½ - 3 Som.	Back 3½ - 4½ Som.	Reverse ½ - 3 Som.	Reverse 3½ - 4½ Som.	Inward ½ - 1 Som.	Inward 1½ - 4½ Som.
1m	0	0.5	0.2	0.6	0.3	0.5	0.6	0.5
3m	0	0.3	0.2	0.4	0.3	0.3	0.3	0.3

E. Unnatural Entry

(does not apply to twisting dives)

Group	½ Som.	1 Som.	1½ Som.	2 Som.	2½ Som.	3 Som.	3½ Som.	4 Som.	4½ Som.
Forward / Inward	-	0.1	-	0.2	-	0.2	-	0.2	-
Back / Reverse	0.1	-	0.2	-	0.3	-	0.4	-	0.4

A value indicates the diver does not see the water before the entry. The component is the same at all levels.

(-) indicates the diver does see the water before the entry. The component is the same at all levels.

Examples

Dive	Pos	Height	A	B	C	D	E	DD
207	B	3	2.8	0.3	0.0	0.4	0.4	3.9
207	C	3	2.8	0.0	0.0	0.4	0.4	3.6
5253	B	3	2.2	0.3	0.7	0.2	0	3.4
5355	B	3	2.2	0.2	1.0	0.3	0	3.7

Dive	Pos	Height	A	B	C	D	E	DD
309	B	3	3.5	0.5	0.0	0.3	0.4	4.7
309	C	3	3.5	0.2	0.0	0.3	0.4	4.4
5255	B	3	2.2	0.3	1.1	0.2	0	3.8
313	C	3	1.5	0.2	0	0.3	0.2	2.2



Dans le tableau suivant les plongeurs (-) ne sont pas possibles et les espaces libres n'ont pas été calculés.

In the following table, a dive with (-) is not possible and dives with empty spaces have not been calculated

SPRINGBOARD		1 METER				3 METER			
		STR	PIKE	TUCK	FREE	STR	PIKE	TUCK	FREE
Forward Group		A	B	C	D	A	B	C	D
101	Forward Dive	1.4	1.3	1.2	-	1.6	1.5	1.4	-
102	Forward Somersault	1.6	1.5	1.4	-	1.7	1.6	1.5	-
103	Forward 1½ Somersaults	2.0	1.7	1.6	-	1.9	1.6	1.5	-
104	Forward 2 Somersaults	2.6	2.3	2.2	-	2.4	2.1	2.0	-
105	Forward 2½ Somersaults		2.6	2.4	-	2.8	2.4	2.2	-
106	Forward 3 Somersaults		3.2	2.9	-		2.8	2.5	-
107	Forward 3½ Somersaults		3.3	3.0	-		3.1	2.8	-
108	Forward 4 Somersaults			4.0	-		3.8	3.4	-
109	Forward 4½ Somersaults			4.3	-		4.2	3.8	-
112	Forward Flying Somersault	-	1.7	1.6	-	-	1.8	1.7	-
113	Forward Flying 1½ Somersaults	-	1.9	1.8	-	-	1.8	1.7	-
115	Forward Flying 2½ Somersaults	-			-	-	2.7	2.5	-
Back Group		A	B	C	D	A	B	C	D
201	Back Dive	1.7	1.6	1.5	-	1.9	1.8	1.7	-
202	Back Somersault	1.7	1.6	1.5	-	1.8	1.7	1.6	-
203	Back 1½ Somersaults	2.5	2.3	2.0	-	2.4	2.2	1.9	-
204	Back 2 Somersaults		2.5	2.2	-	2.5	2.3	2.0	-
205	Back 2½ Somersaults		3.2	3.0	-		3.0	2.8	-
206	Back 3 Somersaults		3.2	2.9	-		2.8	2.5	-
207	Back 3½ Somersaults				-		3.9	3.6	-
208	Back 4 Somersaults				-		3.7	3.4	-
209	Back 4½ Somersaults				-		4.7	4.4	-
212	Back Flying Somersault	-	1.7	1.6	-	-	1.8	1.7	-
213	Back Flying 1½ Somersaults	-			-	-	2.4	2.1	-
215	Back Flying 2½ Somersaults	-			-	-	3.3	3.1	-
Reverse Group		A	B	C	D	A	B	C	D
301	Reverse Dive	1.8	1.7	1.6	-	2.0	1.9	1.8	-
302	Reverse Somersault	1.8	1.7	1.6	-	1.9	1.8	1.7	-
303	Reverse 1½ Somersaults	2.7	2.4	2.1	-	2.6	2.3	2.0	-
304	Reverse 2 Somersaults	2.9	2.6	2.3	-	2.7	2.4	2.1	-
305	Reverse 2½ Somersaults		3.2	3.0	-	3.4	3.0	2.8	-
306	Reverse 3 Somersaults		3.3	3.0	-		2.9	2.6	-
307	Reverse 3½ Somersaults				-		3.8	3.5	-
308	Reverse 4 Somersaults				-		3.7	3.4	-
309	Reverse 4½ Somersaults				-		4.7	4.4	-
312	Reverse Flying Somersault	-	1.8	1.7	-	-	1.9	1.8	-
313	Reverse Flying 1½ Somersaults	-	2.6	2.3	-	-	2.5	2.2	-
Inward Group		A	B	C	D	A	B	C	D
401	Inward Dive	1.8	1.5	1.4	-	1.7	1.4	1.3	-
402	Inward Somersault	2.0	1.7	1.6	-	1.8	1.5	1.4	-
403	Inward 1½ Somersaults		2.4	2.2	-		2.1	1.9	-
404	Inward 2 Somersaults		3.0	2.8	-		2.6	2.4	-
405	Inward 2½ Somersaults		3.4	3.1	-		3.0	2.7	-
407	Inward 3½ Somersaults				-		3.7	3.4	-
409	Inward 4½ Somersaults				-		4.6	4.2	-
412	Inward Flying Somersault	-	2.1	2.0	-	-	1.9	1.8	-
413	Inward Flying 1½ Somersaults	-	2.9	2.7	-	-	2.6	2.4	-



Dans le tableau suivant les plongeurs (-) ne sont pas possibles et les espaces libres n'ont pas été calculés.

Twisting Group		1 METER				3 METER			
		A	B	C	D	A	B	C	D
5111	Forward Dive 1/2 Twist	1.8	1.7	1.6	-	2.0	1.9	1.8	-
5112	Forward Dive 1 Twist	2.0	1.9	-	-	2.2	2.1	-	-
5121	Forward Somersault 1/2 Twist	-	-	-	1.7	-	-	-	1.8
5122	Forward Somersault 1 Twist	-	-	-	1.9	-	-	-	2.0
5124	Forward Somersault 2 Twists	-	-	-	2.3	-	-	-	2.4
5126	Forward Somersault 3 Twists	-	-	-	2.8	-	-	-	2.9
5131	Forward 1 1/2 Somersaults 1/2 Twist	-	-	-	2.0	-	-	-	1.9
5132	Forward 1 1/2 Somersaults 1 Twist	-	-	-	2.2	-	-	-	2.1
5134	Forward 1 1/2 Somersaults 2 Twists	-	-	-	2.6	-	-	-	2.5
5136	Forward 1 1/2 Somersaults 3 Twists	-	-	-	3.1	-	-	-	3.0
5138	Forward 1 1/2 Somersaults 4 Twists	-	-	-	3.5	-	-	-	3.4
5151	Forward 2 1/2 Somersaults 1/2 Twist	-	3.0	2.8	-	-	2.8	2.6	-
5152	Forward 2 1/2 Somersaults 1 Twist	-	3.2	3.0	-	-	3.0	2.8	-
5154	Forward 2 1/2 Somersaults 2 Twists	-	3.6	3.4	-	-	3.4	3.2	-
5156	Forward 2 1/2 Somersaults 3 Twists	-	-	-	-	-	3.9	3.7	-
5172	Forward 3 1/2 Somersaults 1 Twist	-	-	-	-	-	3.7	3.4	-
5211	Back Dive 1/2 Twist	1.8	1.7	1.6	-	2.0	1.9	1.8	-
5212	Back Dive 1 Twist	2.0	-	-	-	2.2	-	-	-
5221	Back Somersault 1/2 Twist	-	-	-	1.7	-	-	-	1.8
5222	Back Somersault 1 Twist	-	-	-	1.9	-	-	-	2.0
5223	Back Somersault 1 1/2 Twists	-	-	-	2.3	-	-	-	2.4
5225	Back Somersault 2 1/2 Twists	-	-	-	2.7	-	-	-	2.8
5227	Back Somersault 3 1/2 Twists	-	-	-	3.2	-	-	-	3.3
5231	Back 1 1/2 Somersaults 1/2 Twist	-	-	-	2.1	-	-	-	2.0
5233	Back 1 1/2 Somersaults 1 1/2 Twists	-	-	-	2.5	-	-	-	2.4
5235	Back 1 1/2 Somersaults 2 1/2 Twists	-	-	-	2.9	-	-	-	2.8
5237	Back 1 1/2 Somersaults 3 1/2 Twists	-	-	-	-	-	-	-	3.3
5239	Back 1 1/2 Somersaults 4 1/2 Twists	-	-	-	-	-	-	-	3.7
5251	Back 2 1/2 Somersaults 1/2 Twist	-	2.9	2.7	-	-	2.7	2.5	-
5253	Back 2 1/2 Somersaults 1 1/2 Twists	-	-	-	-	-	3.4	3.2	-
5255	Back 2 1/2 Somersaults 2 1/2 Twists	-	-	-	-	-	3.8	3.6	-
5311	Reverse Dive 1/2 Twist	1.9	1.8	1.7	-	2.1	2.0	1.9	-
5312	Reverse Dive 1 Twist	2.1	-	-	-	2.3	-	-	-
5321	Reverse Somersault 1/2 Twist	-	-	-	1.8	-	-	-	1.9
5322	Reverse Somersault 1 Twist	-	-	-	2.0	-	-	-	2.1
5323	Reverse Somersault 1 1/2 Twists	-	-	-	2.4	-	-	-	2.5
5325	Reverse Somersault 2 1/2 Twists	-	-	-	2.8	-	-	-	2.9
5331	Reverse 1 1/2 Somersaults 1/2 Twist	-	-	-	2.2	-	-	-	2.1
5333	Reverse 1 1/2 Somersaults 1 1/2 Twists	-	-	-	2.6	-	-	-	2.5
5335	Reverse 1 1/2 Somersaults 2 1/2 Twists	-	-	-	3.0	-	-	-	2.9
5337	Reverse 1 1/2 Somersaults 3 1/2 Twists	-	-	-	3.6	-	-	-	3.5
5339	Reverse 1 1/2 Somersaults 4 1/2 Twists	-	-	-	-	-	-	-	3.8
5351	Reverse 2 1/2 Somersaults 1/2 Twist	-	2.9	2.7	-	-	2.7	2.5	-
5353	Reverse 2 1/2 Somersaults 1 1/2 Twists	-	3.5	3.3	-	-	3.3	3.1	-
5355	Reverse 2 1/2 Somersaults 2 1/2 Twists	-	3.9	3.7	-	-	3.7	3.5	-
5371	Reverse 3 1/2 Somersaults 1/2 Twist	-	-	-	-	-	3.4	3.1	-
5373	Reverse 3 1/2 Somersaults 1 1/2 Twists	-	-	-	-	-	-	3.7	-
5375	Reverse 3 1/2 Somersaults 2 1/2 Twists	-	-	-	-	-	-	4.1	-
5411	Inward Dive 1/2 Twist	2.0	1.7	1.6	-	1.9	1.6	1.5	-
5412	Inward Dive 1 Twist	2.2	1.9	1.8	-	2.1	1.8	1.7	-
5421	Inward Somersault 1/2 Twist	-	-	-	1.9	-	-	-	1.7
5422	Inward Somersault 1 Twist	-	-	-	2.1	-	-	-	1.9
5432	Inward 1 1/2 Somersaults 1 Twist	-	-	-	2.7	-	-	-	2.4
5434	Inward 1 1/2 Somersaults 2 Twists	-	-	-	3.1	-	-	-	2.8
5436	Inward 1 1/2 Somersaults 3 Twists	-	-	-	-	-	-	-	3.5



Note: Degree of Difficulty (DD) is calculated by adding: A + B + C + D + E = DD

A. Somersaults

Level	0	½	1	1½	2	2½	3	3½	4	4½	5½
5m	0.9	1.1	1.2	1.6	2.0	2.4	2.7	3.0	-	-	-
7½m	1.0	1.3	1.3	1.5	1.8	2.2	2.3	2.8	3.5	3.5	-
10m	1.0	1.3	1.4	1.5	1.9	2.1	2.5	2.7	3.5	3.5	4.5

B. Flight Position For flying dives add fly position (E) to either (B) or (C) Position

	0 - 1 Somersault					1½ - 2 Somersaults					2½ Somersaults					3 - 3½ Somersaults					4 - 4½ Somersaults					5½ Som	
	Fwd	Back	Rev	Inw	Arm	Fwd	Back	Rev	Inw	Arm	Fwd	Back	Rev	Inw	Arm	Fwd	Back	Rev	Inw	Arm	Fwd	Back	Rev	Inw	Arm	Fwd	
C = Tuck	0.1	0.1	0.1	-0.3	0.1	0	0	0	0.1	0	0	0	0.1	0	0.2	0.1	0	0	0	0.3	0.2	0	0.1	0.3	0.4	0.3	0
B = Pike	0.2	0.2	0.2	-0.2	0.3	0.1	0.3	0.3	0.3	0.3	0.2	0.3	0.2	0.5	0	0.3	0.3	0.3	0.6	0.4	0.4	0.4	0.6	0.7	0.5	-	
A = Strait	0.3	0.3	0.3	0.1	0.4	0.4	0.5	0.6	0.8	0.5	0.6	0.7	0.6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
D = Free	0.1	0.1	0.1	-0.1	0	0	-0.1	-0.1	0.2	0	0	-0.1	-0.2	0.4	0	0	0	0	0	0	-	-	-	-	-	-	
E = Fly	0.2	0.1	0.1	0.4	-	0.2	0.2	0.5	-	0.3	0.3	0.3	0.7	-	0.4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	

Seven of the above components have negative values. Dashes indicate dives that currently are not possible.

C. Twists

Group	½ Twist	½ Twist	½ Twist	½ Twist	1	1½	1½	2	2½	2½	3	3½	3½	4	4½	4½
	½ - 1 Som.	1½ - 2 Som.	2½ Som.	3 - 3½ Som.	1 Twist	Twists ½ - 2 Som.	Twists 2½ - 3½ Som.	2 Twists	Twists ½ - 2 Som.	Twists 2½ - 3½ Som.	3 Twists	Twists ½ - 2 Som.	Twists 2½ - 3½ Som.	4 Twists	Twists ½ - 2 Som.	Twists 2½ - 3½ Som.
Forward	0.4	0.4	0.4	0.4	0.6	0.8	0.8	1.0	1.2	1.2	1.5	1.6	1.6	1.9	2.0	2.0
Back	0.2	0.4	0	0	0.4	0.8	0.6	0.8	1.2	1.0	1.4	1.7	1.5	1.8	2.1	1.9
Reverse	0.2	0.4	0	0	0.4	0.8	0.6	0.8	1.2	1.0	1.4	1.7	1.5	1.8	2.1	1.9
Inward	0.2	0.4	0.2	0.4	0.4	0.8	0.8	0.8	1.2	1.2	1.5	1.6	1.6	1.9	2.0	2.0
Arm. Forw.	0.4	0.5	0.5	0.4	1.2	1.3	1.3	1.5	1.7	1.7	1.9	2.1	2.1	2.3	2.5	2.5
Arm. Back / Rev	0.4	0.5	0.5	0.5	1.2	1.3	1.3	1.3	1.7	1.7	1.9	2.1	2.1	2.3	2.5	2.5

- (1) Dives with ½ somersault and twists can only be executed in positions A, B, or C,
- (2) Dives with 1 or 1½ somersaults and twists can only be executed in position D,
- (3) Dives with 2 or more somersaults and twists can only be executed in positions B or C,

- (4) Armstand dives with 1, 1½, or 2 somersaults and one or more twists can only be executed in position D, and
- (5) Armstand dives with 2½ or more somersaults and twist can only be executed in positions B or C

D. Approach Forward-, Back-, Reverse-, Inward-, and Twisting Groups

Level	Forward ½ - 3½ Soms.	Forward 4 - 5½ Soms.	Back ½ - 3 Soms.	Back 3½ - 4½ Soms.	Reverse ½ - 2 Soms.	Reverse 2½ - 3 Soms.	Reverse 3½ - 4½ Soms.	Inward ½ - 1 Soms.	Inward 1½ - 4½ Soms.
5m	0	0.5	0.2	0.5	0.3	0.4	0.6	0.6	0.5
7.5m	0	0.3	0.2	0.3	0.3	0.4	0.4	0.3	0.3
10m	0	0.2	0.2	0.2	0.3	0.4	0.3	0.3	0.2

D. Approach Armstand Group (Does not apply to armstand dives with twists)

Level	Armstand Forward with 0 - 2 Soms.	Armstand Forward with more than 2 Soms	Armstand Back with 0 - ½ Soms.	Armstand Back with 1 - 4 Soms.	Armstand Reverse with 0 - ½ Som.	Armstand Reverse with 1 - 4 Soms.
5m / 7.5m / 10m	0.2	0.4	0.2	0.4	0.3	0.5



E. Unnatural Entry (does not apply to twisting dives)

Group	½ Som.	1 Som.	1½ Som.	2 Som.	2½ Som.	3 Som.	3½ Som.	4 Som.	4½ Som.	5½ Som.
Forward / Inward	-	0.1	-	0.2	-	0.2	-	0.0	-	-
Back / Reverse	0.1	-	0.2	-	0.3	-	0.4	-	0.4	0.0
Armstand Back / Reverse	-	0.1	-	0.2	-	0.2	-	0.3	-	-
Armstand Forward	0.1	-	0.2	-	0.3	-	0.4	-	0.4	0.0

A value indicates the diver does not see the water before the entry. The component is the same at all levels.

(-) indicates the diver does see the water before the entry. The component is the same at all levels.

Examples

Dive	Pos	Hght	A	B	C	D	E	DD
307	B	10	2.7	0.3	0.0	0.3	0.4	3.7
307	C	10	2.7	0.0	0.0	0.3	0.4	3.4
5371	B	10	2.7	0.3	0.0	0.3	0.0	3.3
5257	B	10	2.1	0.3	1.5	0.2	0.0	4.1

Dive	Pos	Hght	A	B	C	D	E	DD
309	B	10	3.5	0.6	0.0	0.3	0.4	4.8
309	C	10	3.5	0.3	0.0	0.3	0.4	4.5
5371	C	10	2.7	0.0	0.0	0.3	0.0	3.0
6247	D	10	1.9	0.0	2.1	0.0	0.0	4.0



PLATFORM		10 METER				7.5 METER				5 METER			
		STR	PIKE	TUCK	FREE	STR	PIKE	TUCK	FREE	STR	PIKE	TUCK	FREE
Forward Group		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
101	Forward Dive	1.6	1.5	1.4	-	1.6	1.5	1.4	-	1.4	1.3	1.2	-
102	Forward 1 Somersault	1.8	1.7	1.6	-	1.7	1.6	1.5	-	1.6	1.5	1.4	-
103	Forward 1 ½ Somersaults	1.9	1.6	1.5	-	1.9	1.6	1.5	-	2.0	1.7	1.6	-
104	Forward 2 Somersaults	2.5	2.2	2.1	-	2.4	2.1	2.0	-	2.6	2.3	2.2	-
105	Forward 2 ½ Somersaults	2.7	2.3	2.1	-		2.4	2.2	-		2.6	2.4	-
106	Forward 3 Somersaults		3.0	2.7	-		2.8	2.5	-		3.2	2.9	-
107	Forward 3 ½ Somersaults		3.0	2.7	-		3.1	2.8	-			3.0	-
108	Forward 4 Somersaults		4.1	3.7	-				-				-
109	Forward 4 ½ Somersaults		4.1	3.7	-				-				-
1011	Forward 5 ½ Somersaults			4.7	-				-				-
112	Forward Flying Somersaults	-	1.9	1.8	-	-	1.8	1.7	-	-	1.7	1.6	-
113	Forward Flying 1 ½ Somersaults	-	1.8	1.7	-	-	1.8	1.7	-	-	1.9	1.8	-
114	Forward Flying 2 Somersaults	-	2.4	2.3	-	-	2.3	2.2	-	-	2.5	2.4	-
115	Forward Flying 2 ½ Somersaults	-	2.6	2.4	-	-		2.5	-	-			-
Back Group		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
201	Back Dive	1.9	1.8	1.7	-	1.9	1.8	1.7	-	1.7	1.6	1.5	-
202	Back 1 Somersault	1.9	1.8	1.7	-	1.8	1.7	1.6	-	1.7	1.6	1.5	-
203	Back 1 ½ Somersaults	2.4	2.2	1.9	-	2.4	2.2	1.9	-	2.5	2.3	2.0	-
204	Back 2 Somersaults	2.6	2.4	2.1	-	2.5	2.3	2.0	-		2.5	2.2	-
205	Back 2 ½ Somersaults	3.3	2.9	2.7	-		3.0	2.8	-		3.2	3.0	-
206	Back 3 Somersaults		3.0	2.7	-		2.8	2.5	-		3.2	2.9	-
207	Back 3 ½ Somersaults		3.6	3.3	-			3.5	-				-
208	Back 4 Somersaults		4.1	3.8	-		4.2	3.9	-		4.4	4.1	-
209	Back 4 ½ Somersaults		4.5	4.2	-				-				-
212	Back Flying Somersaults	-	1.9	1.8	-	-	1.8	1.7	-	-	1.7	1.6	-
213	Back Flying 1 ½ Somersaults	-	2.4	2.1	-	-	2.4	2.1	-	-	2.5	2.2	-
215	Back Flying 2 ½ Somersaults	-	3.2	3.0	-	-			-	-			-
Reverse Group		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
301	Reverse Dive	2.0	1.9	1.8	-	2.0	1.9	1.8	-	1.8	1.7	1.6	-
302	Reverse 1 Somersault	2.0	1.9	1.8	-	1.9	1.8	1.7	-	1.8	1.7	1.6	-
303	Reverse 1 ½ Somersaults	2.6	2.3	2.0	-	2.6	2.3	2.0	-	2.7	2.4	2.1	-
304	Reverse 2 Somersaults	2.8	2.5	2.2	-	2.7	2.4	2.1	-	2.9	2.6	2.3	-
305	Reverse 2 ½ Somersaults	3.4	3.0	2.8	-	3.5	3.1	2.9	-		3.3	3.1	-
306	Reverse 3 Somersaults		3.2	2.9	-		3.0	2.7	-		3.4	3.1	-
307	Reverse 3 ½ Somersaults		3.7	3.4	-				-				-
308	Reverse 4 Somersaults		4.4	4.1	-		4.5	4.2	-				-
309	Reverse 4 ½ Somersaults		4.8	4.5	-				-				-
312	Reverse Flying Somersaults	-	2.0	1.9	-	-	1.9	1.8	-	-	1.8	1.7	-
313	Reverse Flying 1 ½ Somersaults	-	2.5	2.2	-	-	2.5	2.2	-	-	2.6	2.3	-
Inward Group		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
401	Inward Dive	1.7	1.4	1.3	-	1.7	1.4	1.3	-	1.8	1.5	1.4	-
402	Inward 1 Somersault	1.9	1.6	1.5	-	1.8	1.5	1.4	-	2.0	1.7	1.6	-
403	Inward 1 ½ Somersault		2.0	1.8	-		2.1	1.9	-		2.4	2.2	-



		10 METER				7.5 METER				5 METER			
Inward Group		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
404	Inward 2 Somersaults		2.6	2.4	-		2.6	2.4	-		3.0	2.8	-
405	Inward 2½ Somersaults		2.8	2.5	-		3.0	2.7	-		3.4	3.1	-
406	Inward 3 Somersaults		3.5	3.2	-		3.4	3.1	-		4.0	3.7	-
407	Inward 3½ Somersaults		3.5	3.2	-			3.4	-				-
408	Inward 4 Somersaults		4.4	4.1	-				-				-
409	Inward 4½ Somersaults		4.4	4.1	-				-				-
412	Inward Flying Somersaults	-	2.0	1.9	-	-	1.9	1.8	-	-	2.1	2.0	-
413	Inward Flying 1½ Somersaults	-	2.5	2.3	-	-	2.6	2.4	-	-	2.9	2.7	-
Twisting Group		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
5111	Fwd Dive ½ Twist	2.0	1.9	1.8	-	2.0	1.9	1.8	-	1.8	1.7	1.6	-
5112	Fwd Dive 1 Twist	2.2	2.1		-	2.2	2.1		-	2.0	1.9		-
5121	Fwd Somersault ½ Twist	-	-	-	1.9	-	-	-	1.8	-	-	-	1.7
5122	Fwd Somersault 1 Twist	-	-	-	2.1	-	-	-	2.0	-	-	-	1.9
5124	Fwd Somersault 2 Twists	-	-	-	2.5	-	-	-	2.4	-	-	-	2.3
5131	Fwd 1½ Somersaults ½ Twist	-	-	-	1.9	-	-	-	1.9	-	-	-	2.0
5132	Fwd 1½ Somersaults 1 Twist	-	-	-	2.1	-	-	-	2.1	-	-	-	2.2
5134	Fwd 1½ Somersaults 2 Twists	-	-	-	2.5	-	-	-	2.5	-	-	-	2.6
5136	Fwd 1½ Somersaults 3 Twists	-	-	-	3.0	-	-	-	3.0	-	-	-	3.1
5138	Fwd 1½ Somersaults 4 Twists	-	-	-	3.4	-	-	-	3.4	-	-	-	3.5
5152	Fwd 2½ Somersaults 1 Twist	-	2.9	2.7	-	-	3.0	2.8	-	-	3.2	3.0	-
5154	Fwd 2½ Somersaults 2 Twists	-	3.3	3.1	-	-	3.4	3.2	-	-	3.6	3.4	-
5156	Fwd 2½ Somersaults 3 Twists	-	3.8	3.6	-	-			-	-			-
5172	Fwd 3½ Somersaults 1 Twist	-	3.6	3.3	-	-	3.7	3.4	-	-	-	-	-
5211	Back Dive ½ Twist	2.0	1.9	1.8	-	2.0	1.9	1.8	-	1.8	1.7	1.6	-
5212	Back Dive 1 Twist	2.2			-	2.2			-	2.0			-
5221	Back Somersault ½ Twist	-	-	-	1.9	-	-	-	1.8	-	-	-	1.7
5222	Back Somersault 1 Twist	-	-	-	2.1	-	-	-	2.0	-	-	-	1.9
5223	Back Somersault 1½ Twists	-	-	-	2.5	-	-	-	2.4	-	-	-	2.3
5225	Back Somersault 2½ Twists	-	-	-	2.9	-	-	-	2.8	-	-	-	2.7
5231	Back 1½ Somersaults ½ Twist	-	-	-	2.0	-	-	-	2.0	-	-	-	2.1
5233	Back 1½ Somersaults 1½ Twists	-	-	-	2.4	-	-	-	2.4	-	-	-	2.5
5235	Back 1½ Somersaults 2½ Twists	-	-	-	2.8	-	-	-	2.8	-	-	-	2.9
5237	Back 1½ Somersaults 3½ Twists	-	-	-	3.3	-	-	-	3.3	-	-	-	3.4
5239	Back 1½ Somersaults 4½ Twists	-	-	-	3.7	-	-	-	3.7	-	-	-	3.8
5251	Back 2½ Somersaults ½ Twist	-	2.6	2.4	-	-	2.7	2.5	-	-	2.9	2.7	-
5253	Back 2½ Somersaults 1½ Twists	-	3.2	3.0	-	-	3.3	3.1	-	-			-
5255	Back 2½ Somersaults 2½ Twists	-	3.6	3.4	-	-			-	-			-
5257	Back 2½ Somersaults 3½ Twists	-	4.1	3.9	-	-			-	-			-
5271	Back 3½ Somersaults ½ Twist	-	3.2	2.9	-	-			-	-			-
5273	Back 3½ Somersaults 1½ Twist	-	3.8	3.5	-	-			-	-			-
5275	Back 3½ Somersaults 2½ Twist	-	4.2	3.9	-	-			-	-			-
5311	Reverse Dive ½ Twist	2.1	2.0	1.9	-	2.1	2.0	1.9	-	1.9	1.8	1.7	-
5312	Reverse Dive 1 Twist	2.3			-	2.3			-	2.1			-
5321	Reverse Somersault ½ Twist	-	-	-	2.0	-	-	-	1.9	-	-	-	1.8
5322	Reverse Somersault 1 Twist	-	-	-	2.2	-	-	-	2.1	-	-	-	2.0
5323	Reverse Somersault 1½ Twists	-	-	-	2.6	-	-	-	2.5	-	-	-	2.4
5325	Reverse Somersault 2½ Twists	-	-	-	3.0	-	-	-	2.9	-	-	-	2.8
5331	Reverse 1½ Soms. ½ Twists	-	-	-	2.1	-	-	-	2.1	-	-	-	2.2
5333	Reverse 1½ Soms. 1½ Twists	-	-	-	2.5	-	-	-	2.5	-	-	-	2.6
5335	Reverse 1½ Soms. 2½ Twists	-	-	-	2.9	-	-	-	2.9	-	-	-	3.0
5337	Reverse 1½ Soms. 3½ Twists	-	-	-	3.4	-	-	-	3.4	-	-	-	3.5
5339	Reverse 1½ Soms. 4½ Twists	-	-	-	3.8	-	-	-	3.8	-	-	-	-
5351	Reverse 2½ Soms. ½ Twists	-	2.7	2.5	-	-	2.8	2.6	-	-	3.0	2.8	-



		10 METER				7.5 METER				5 METER			
Twisting Group		A	B	C	D	A	B	C	D	A	B	C	D
5353	Reverse 2½ Soms. 1½ Twists	-	3.3	3.1	-	-	3.4	3.2	-	-		3.4	-
5355	Reverse 2½ Soms. 2½ Twists	-	3.7	3.5	-	-	3.8	3.6	-	-		3.8	-
5371	Reverse 3½ Soms. ½ Twists	-	3.3	3.0	-	-			-	-			-
5373	Reverse 3½ Soms. 1½ Twist	-		3.6	-	-			-	-			-
5375	Reverse 3½ Soms. 2½ Twist	-		4.0	-	-			-	-			-
Armstand Group													
5411	Inward Dive ½ Twist	1.9	1.6	1.5	-	1.9	1.6	1.5	-	2.0	1.7	1.6	-
5412	Inward Dive 1 Twist	2.1	1.8	1.7	-	2.1	1.8	1.7	-	2.2	1.9	1.8	-
5421	Inward Somersault ½ Twist	-	-	-	1.8	-	-	-	1.7	-	-	-	1.9
5422	Inward Somersault 1 Twist	-	-	-	2.0	-	-	-	1.9	-	-	-	2.1
5432	Inward 1½ Somersaults 1 Twist	-	-	-	2.3	-	-	-	2.4	-	-	-	2.7
5434	Inward 1½ Somersaults 2 Twists	-	-	-	2.7	-	-	-	2.8	-	-	-	3.1
5436	Inward 1½ Somersaults 3 Twists	-	-	-	3.4	-	-	-		-	-	-	
600	Armstand Dive	1.6	-	-	-	1.6	-	-	-	1.5	-	-	-
611	Armstand Forward ½ Somersault	2.0	1.9	1.7	-	2.0	1.9	1.7	-	1.8	1.7	1.5	-
612	Armstand Forward 1 Somersault	2.0	1.9	1.7	-	1.9	1.8	1.6	-	1.8	1.7	1.5	-
614	Armstand Forward 2 Somersaults		2.4	2.1	-		2.3	2.0	-		2.5	2.2	-
616	Armstand Forward 3 Somersaults		3.3	3.1	-				-				-
621	Armstand Back ½ Somersault	1.9	1.8	1.6	-	1.9	1.8	1.6	-	1.7	1.6	1.4	-
622	Armstand Back Somersault	2.3	2.2	2.0	-	2.2	2.1	1.9	-	2.1	2.0	1.8	-
623	Armstand Back 1½ Somersaults		2.2	1.9	-		2.2	1.9	-		2.3	2.0	-
624	Armstand Back 2 Somersaults	3.0	2.8	2.5	-	2.9	2.7	2.4	-	3.1	2.9	2.6	-
626	Armstand Back 3 Somersaults		3.5	3.3	-		3.3	3.1	-			3.5	-
628	Armstand Back 4 Somersaults		4.7	4.5	-				-				-
631	Armstand Reverse ½ Somersault	2.0	1.9	1.7	-	2.0	1.9	1.7	-	1.8	1.7	1.5	-
632	Armstand Reverse 1 Somersault		2.3	2.1	-		2.2	2.0	-		2.1	1.9	-
633	Armstand Reverse 1½ Soms.		2.3	2.0	-		2.3	2.0	-		2.4	2.1	-
634	Armstand Reverse 2 Soms.		2.9	2.6	-		2.8	2.5	-		3.0	2.7	-
636	Armstand Reverse 3 Soms.		3.6	3.4	-			3.2	-				-
638	Armstand Reverse 4 Soms.		4.8	4.6	-				-				-
6122	Armstand Fwd Som. 1 Twist	-	-	-	2.6	-	-	-	2.5	-	-	-	2.4
6124	Armstand Fwd Som. 2 Twists	-	-	-	2.9	-	-	-	2.8	-	-	-	2.7
6142	Armstand Fwd 2 Soms. 1 Twist	-	-	-	3.1	-	-	-	3.0	-	-	-	3.2
6144	Armstand Fwd 2 Soms. 2 Twists	-	-	-	3.4	-	-	-	3.3	-	-	-	3.5
6162	Armstand Fwd 3 Soms. 1 Twist	-		3.9	-	-			-	-			-
6221	Armstand Back Som. ½ Twist	-	-	-	1.8	-	-	-	1.7	-	-	-	1.6
6241	Armstand Back 2 Soms. ½ Twist	-	2.7	2.4	-	-	2.6	2.3	-	-	2.8	2.5	-
6243	Armstand Back 2 Soms 1½ Twists	-	-	-	3.2	-	-	-	3.1	-	-	-	3.3
6245	Armstand Back 2 Soms 2½ Twists	-	-	-	3.6	-	-	-	3.5	-	-	-	3.7
6247	Armstand Back 2 Soms 3½ Twists	-	-	-	4.0	-	-	-		-	-	-	
6261	Armstand Back 3 Soms. ½ Twist	-	3.4	3.2	-	-	3.2	3.0	-	-	3.6	3.4	-
6263	Armstand Back 3 Soms 1½ Twists	-	4.2	4.0	-	-			-	-			-
6265	Armstand Back 3 Soms 2½ Twists	-	4.6	4.4	-	-			-	-			-



TABLEAUX DE COEFFICIENTS DE DIFFICULTÉ FINA HAUT VOL

Dive Number	Dive description	2017 DD TABLE - 27 mts					2017 DD TABLE - 20 mts				
		A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
Group 1 - Forward											
102	Forward 1 Somersault	3,0	2,8	2,7		2,9	2,9	2,7	2,6		2,8
104	Forward 2 Somersaults		3,2	3,0		3,3		3,1	2,9		
106	Forward 3 Somersaults		3,8	3,6				3,8	3,6		
108	Forward 4 Somersaults		4,7	4,4				5,0	4,7		
112	Forward Flying 1 Somersault		2,9	2,8				2,8	2,7		
114	Forward Flying 2 Somersaults		3,3	3,1				3,2	3,0		
116	Forward Flying 3 Somersaults		4,0	3,7				4,0	3,7		
5121	Forward 1 Somersault 1/2 Twist				2,6					2,5	
5141	Forward 2 Somersaults 1/2 Twist		2,9	2,7		3,0		2,8	2,6		2,9
5(1)141	Forward Flying 2 Somersaults 1/2 Twist		3,0	2,8				2,9	2,7		
5161	Forward 3 Somersaults 1/2 Twist		3,4	3,2		3,6		3,4	3,2		
5(1)161	Forward Flying 3 Somersaults 1/2 Twist		3,6	3,3				3,6	3,3		
5161m	Forward 3 Somersaults 1/2 Twist mid-turn		3,5	3,4				3,5	3,4		
5181	Forward 4 Somersaults 1/2 Twist		4,1	3,8		4,5		4,4	4,1		
5(1)181	Forward Flying 4 Somersaults 1/2 Twist		4,5	3,9							
5181m	Forward 4 Somersaults 1/2 Twist mid-turn		4,4	4,1							
51(10)1	Forward 5 Somersaults 1/2 Twist		5,1	4,6							
51(12)1	Forward 6 Somersaults 1/2 Twist		6,4	5,9							
Group 2 - Back											
202	Back 1 Somersault	2,9	2,7	2,6		2,8	2,9	2,7	2,6		2,8
204	Back 2 Somersaults	3,3	3,1	2,9		3,2	3,4	3,2	3,0		3,3
206	Back 3 Somersaults		3,8	3,6		4,0		4,0	3,8		4,2
208	Back 4 Somersaults		4,6	4,3		5,0		5,2	4,9		
20(10)	Back 5 Somersaults		5,8	5,3							
212	Back Flying 1 Somersault		2,8	2,7				2,8	2,7		
214	Back Flying 2 Somersaults		3,2	3,0				3,3	3,1		
216	Back Flying 3 Somersaults		4,0	3,7							
Group 3 - Reverse											
302	Reverse 1 Somersault	2,9	2,7	2,6		2,8	2,9	2,7	2,6		2,8
304	Reverse 2 Somersaults		3,1	2,9		3,2		3,2	3,0		
306	Reverse 3 Somersaults		3,9	3,7				4,1	3,9		
308	Reverse 4 Somersaults		4,8	4,5				5,4	5,1		
30(10)	Reverse 5 Somersaults		6,1	5,6							
312	Reverse Flying 1 Somersault		2,8	2,7				2,8	2,7		
Group 4 - Inward											
402	Inward 1 Somersault		2,9	2,8		3,0		3,0	2,9		
404	Inward 2 Somersaults		3,5	3,3				3,6	3,4		
406	Inward 3 Somersaults		4,3	4,1				4,5	4,3		
408	Inward 4 Somersaults		5,4	5,1				5,9	5,6		
412	Inward Flying 1 Somersault		3,0	2,9				3,1	3,0		
5421	Inward 1 Somersault 1/2 Twist				2,6					2,7	
5441	Inward 2 Somersaults 1/2 Twist		3,1	2,9				3,2	3,0		
5461	Inward 3 Somersaults 1/2 Twist		3,8	3,6				4,0	3,8		
5481	Inward 4 Somersaults 1/2 Twist		4,7	4,4				5,2	4,9		
54(10)1	Inward 5 Somersaults 1/2 Twist		5,9	5,4							

Dive Number	Dive description	2017 DD TABLE - 27 mts					2017 DD TABLE - 20 mts				
		A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
Group 5 - Armstand											
611	Armstand Forward 1/2 Somersault	2,9	2,7	2,6			2,8	2,6	2,5		
613	Armstand Forward 2 1/2 SomersaultS		3,3	3,1				3,2	3,0		
615	Armstand Forward 1 1/2 SomersaultS		4,2	4,0				4,2	4,0		
6131	Arm. Forward 1 1/2 Somersault 1/2 Twist				3,0					2,9	
6151	Arm. Forward 2 1/2 Somersaults 1/2 Twist		3,7	3,5				3,7	3,5		
6171	Arm. Forward 3 1/2 Somersaults 1/2 Twist		4,6	4,3							
621	Arm. Back 1/2 Somersault	2,8	2,6	2,5			2,8	2,6	2,5		
623	Arm. Back 1 1/2 Somersault	3,3	3,1	2,9			3,3	3,1	2,9		
625	Arm. Back 2 1/2 Somersaults		3,8	3,6				4,0	3,8		
627	Arm. Back 3 1/2 Somersaults		4,8	4,5							
629	Arm. Back 4 1/2 Somersaults		6,1	5,6							
631	Arm. Reverse 1/2 Somersault	2,9	2,7	2,6			2,9	2,7	2,6		
633	Arm. Reverse 1 1/2 Somersault		3,3	3,1				3,3	3,1		
635	Arm. Reverse 2 1/2 Somersaults		4,1	3,9				4,2	4,0		
637	Arm. Reverse 3 1/2 Somersaults		5,1	4,8				5,5	5,2		
Group 6 - Forward Twists											
5142	Forward 2 Somersaults 1 Twist				3,5					3,4	
5143	Forward 2 Somersaults 1 1/2 Twist				3,2					3,1	
5144	Forward 2 Somersaults 2 Twists				4,0					3,9	
5145	Forward 2 Somersaults 2 1/2 Twists				3,6					3,5	
5146	Forward 2 Somersaults 3 Twists				4,6					4,5	
5147	Forward 2 Somersaults 3 1/2 Twists				4,1					4,0	
5149	Forward 2 Somersaults 4 1/2 Twists				4,7						
5162	Forward 3 Somersaults 1 Twist		4,2	4,0				4,3	4,1		
5163	Forward 3 Somersaults 1 1/2 Twist		3,8	3,6				3,9	3,7		
5164	Forward 3 Somersaults 2 Twists		4,8	4,6				5,0	4,8		
5165	Forward 3 Somersaults 2 1/2 Twists		4,3	4,1				4,5	4,3		
5166	Forward 3 Somersaults 3 Twists				5,5					5,8	
5167	Forward 3 Somersaults 3 1/2 Twists				4,9						
5169	Forward 3 Somersaults 4 1/2 Twists				5,6						
5182	Forward 4 Somersaults 1 Twist		5,3	5,0							
5183	Forward 4 Somersaults 1 1/2 Twist		4,7	4,4							
5185	Forward 4 Somersaults 2 1/2 Twists		5,4	5,1							

Dive Number	Dive description	2017 DD TABLE - 27 mts					2017 DD TABLE - 20 mts				
		A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
Group 7 - Back Twists											
5241	Back 2 Somersaults 1/2 Twist				3,4				3,4		
5242	Back 2 Somersaults 1 Twist				3,1				3,1		
5243	Back 2 Somersaults 1 1/2 Twist				3,7				3,7		
5244	Back 2 Somersaults 2 Twists				3,4				3,4		
5245	Back 2 Somersaults 2 1/2 Twists				4,2				4,2		
5246	Back 2 Somersaults 3 Twists				3,8				3,8		
5247	Back 2 Somersaults 3 1/2 Twists				4,8						
5248	Back 2 Somersaults 4 Twists				4,3				4,4		
524(10)	Back 2 Somersaults 5 Twists				5,0						
5261	Back 3 Somersaults 1/2 Twist		4,2	4,0			4,3	4,1			
5262	Back 3 Somersaults 1 Twist		3,7	3,5			3,8	3,6			
5263	Back 3 Somersaults 1 1/2 Twist		4,6	4,4			4,8	4,6			
5264	Back 3 Somersaults 2 Twists		4,1	3,9			4,3	4,1			
5265	Back 3 Somersaults 2 1/2 Twist		5,2	5,0							
5266	Back 3 Somersaults 3 Twists		4,6	4,4			4,9	4,7			
5267	Back 3 Somersaults 3 1/2 Twists				5,9						
5268	Back 3 Somersaults 4 Twists				5,2						
526(10)	Back 3 Somersaults 5 Twists				6,0						
5281	Back 4 Somersaults 1/2 Twist		5,2	4,9							
5282	Back 4 Somersaults 1 Twist		4,5	4,2			4,9	4,6			
5282m	Back 4 Somersaults 1 Twist mid-turn		4,8	4,5							
5283	Back 4 Somersaults 1 1/2 Twist		5,8	5,5							
5284	Back 4 Somersaults 2 Twists		5,1	4,8							
5286	Back 4 Somersaults 3 Twists		5,8	5,5							
52(10)2	Back 5 Somersaults 1 Twist		5,6	5,1							
Group 8 - Reverse Twists											
5341	Reverse 2 Somersaults 1/2 Twist				3,4				3,4		
5342	Reverse 2 Somersaults 1 Twist				3,1				3,1		
5343	Reverse 2 Somersaults 1 1/2 Twist				3,8				3,8		
5344	Reverse 2 Somersaults 2 Twists				3,5				3,5		
5345	Reverse 2 Somersaults 2 1/2 Twists				4,4				4,4		
5346	Reverse 2 Somersaults 3 Twists				4,0				4,0		
5347	Reverse 2 Somersaults 3 1/2 Twists				5,1						
5348	Reverse 2 Somersaults 4 Twists				4,6						
534(10)	Reverse 2 Somersaults 5 Twists				5,4						
5361	Reverse 3 Somersaults 1/2 Twist		4,3	4,1			4,4	4,2			
5362	Reverse 3 Somersaults 1 Twist		3,8	3,6			3,9	3,7			
5363	Reverse 3 Somersaults 1 1/2 Twist		4,9	4,7							
5364	Reverse 3 Somersaults 2 Twists		4,4	4,2							
5365	Reverse 3 Somersaults 2 1/2 Twists		5,7	5,5							
5366	Reverse 3 Somersaults 3 Twists		5,1	4,9							
5381	Reverse 4 Somersaults 1/2 Twist		5,4	5,1							
5382	Reverse 4 Somersaults 1 Twist		4,7	4,4							

Dive Number	Dive description	2017 DD TABLE - 27 mts					2017 DD TABLE - 20 mts				
		A	B	C	D	E	A	B	C	D	E
Group 9 - Inward Twists											
5442	Inward 2 Somersaults 1 Twist				3,9						
5443	Inward 2 Somersaults 1 1/2 Twist				3,5					3,6	
5445	Inward 2 Somersaults 2 1/2 Twists				4,0					4,1	
5447	Inward 2 Somersaults 3 1/2 Twists				4,6						
5462	Inward 3 Somersaults 1 Twist		4,8	4,6							
5463	Inward 3 Somersaults 1 1/2 Twist		4,3	4,1							
Group 10 - Armstand twists											
6132	Arm. Forward 1 1/2 Somersault 1 Twist				3,6					3,5	
6133	Arm. Forward 1 1/2 Somersault 1 1/2 Twist				3,3					3,2	
6134	Arm. Forward 1 1/2 Somersault 2 Twists				4,1					4,0	
6135	Arm. Forward 1 1/2 Somersault 2 1/2 Twists				3,7					3,6	
6152	Arm. Forward 2 1/2 Somersaults 1 Twist		4,6	4,4				4,6	4,4		
6153	Arm. Forward 2 1/2 Somersaults 1 1/2 Twist		4,1	3,9				4,1	3,9		
6154	Arm. Forward 2 1/2 Somersaults 2 Twists				5,2						
6155	Arm. Forward 2 1/2 Somersaults 2 1/2 Twists				4,6						
6156	Arm. Forward 2 1/2 Somersaults 3 Twists				5,9						
6157	Arm. Forward 2 1/2 Somersaults 3 1/2 Twists				5,2						
6173	Arm. Forward 3 1/2 Somersaults 1 1/2 Twist		5,2	4,9							
6231	Arm Back 1 1/2 Somersault 1/2 Twist				3,3					3,2	
6232	Arm. Back 1 1/2 Somersault 1 Twist				3,0					2,9	
6233	Arm Back 1 1/2 Somersault 1 1/2 Twist				3,7					3,5	
6251	Arm Back 2 1/2 Somersault 1/2 Twist		4,1	3,9				4,2	4,0		
6252	Arm. Back 2 1/2 Somersaults 1 Twist		3,6	3,4				3,7	3,5		
6253	Arm Back 2 1/2 Somersaults 1 1/2 Twist		4,6	4,4				4,7	4,5		
6254	Arm. Back 2 1/2 Somersaults 2 Twists		4,1	3,9				4,2	4,0		
6255	Arm Back 2 1/2 Somersaults 2 1/2 Twists				5,3						
6256	Arm. Back 2 1/2 Somersaults 3 Twists				4,7					4,8	
6257	Arm Back 2 1/2 Somersaults 3 1/2 Twists				6,1						
6258	Arm. Back 2 1/2 Somersaults 4 Twists				5,4						
625(10)	Arm. Back 2 1/2 Somersaults 5 Twists				6,2						
6271	Arm Back 3 1/2 Somersaults 1/2 Twist		5,2	4,9							
6272	Arm. Back 3 1/2 Somersaults 1 Twist		4,5	4,2							
6273	Arm Back 3 1/2 Somersaults 1 1/2 Twist		5,9	5,6							
6274	Arm. Back 3 1/2 Somersault 2 Twists		5,2	4,9							

	Blind Entry
	Flying dive
	Un-natural entry

HAUT VOL - 20 MÈTRES

STANDING DIVES																																															
A+B+C+D+E+F=DD																																															
FORWARD (GROUP 1 - 6)			INWARD (GROUP 4 - 9)																																												
A. SOMERSAULTS																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="6" style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> </tr> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">2.5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2.8</td> <td style="background-color: #d9ead3;">3.4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">4.4</td> <td colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">5.9</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss						2	4	6	8	10		2.5	2.8	3.4	4.4	5.9																									
1/2 ss																																															
2	4	6	8	10																																											
2.5	2.8	3.4	4.4	5.9																																											
B. APPROACH																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="6" style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> </tr> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss						2	4	6	8	10		0,0	0,0	0,0	0,0	0,0																									
1/2 ss																																															
2	4	6	8	10																																											
0,0	0,0	0,0	0,0	0,0																																											
C. TWISTS																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="6" style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> </tr> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">1/2 tw</th> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="1" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">1</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">2-3</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,2</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,3</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,7</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,9</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">4-5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,7</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,1</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,9</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">6-7</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,9</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,2</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,8</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2,4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">3,0</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">8-9</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,8</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2,6</td> <td style="background-color: #d9ead3;">3,4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">4,2</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss						1/2 tw	2	4	6	8	10	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2-3	0,2	0,3	0,5	0,7	0,9	4-5	0,5	0,7	1,1	1,5	1,9	6-7	0,9	1,2	1,8	2,4	3,0	8-9	1,4	1,8	2,6	3,4	4,2
1/2 ss																																															
1/2 tw	2	4	6	8	10																																										
1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0																																										
2-3	0,2	0,3	0,5	0,7	0,9																																										
4-5	0,5	0,7	1,1	1,5	1,9																																										
6-7	0,9	1,2	1,8	2,4	3,0																																										
8-9	1,4	1,8	2,6	3,4	4,2																																										
D. BLIND ENTRY TWISTS																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">1/2 tw</th> <th style="background-color: #d9ead3;">0</th> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,1</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,2</td> <td colspan="3" style="background-color: #d9ead3;">0,3</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 tw	0	2	4	6	8	10	0,0	0,0	0,1	0,2	0,3																														
1/2 tw	0	2	4	6	8	10																																									
0,0	0,0	0,1	0,2	0,3																																											
E. BLIND ENTRY																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="1" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">0,2</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,3</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,6</td> <td colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">0,8</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss	2	4	6	8	10	0,2	0,3	0,4	0,6	0,8																															
1/2 ss	2	4	6	8	10																																										
0,2	0,3	0,4	0,6	0,8																																											
A. SOMERSAULTS																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="6" style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> </tr> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">2.5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2.8</td> <td style="background-color: #d9ead3;">3.4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">4.4</td> <td colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">5.9</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss						2	4	6	8	10		2.5	2.8	3.4	4.4	5.9																									
1/2 ss																																															
2	4	6	8	10																																											
2.5	2.8	3.4	4.4	5.9																																											
B. APPROACH																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="6" style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> </tr> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">0,2</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,6</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,8</td> <td colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">1,0</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss						2	4	6	8	10		0,2	0,4	0,6	0,8	1,0																									
1/2 ss																																															
2	4	6	8	10																																											
0,2	0,4	0,6	0,8	1,0																																											
C. TWISTS																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="6" style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> </tr> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">1/2 tw</th> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="1" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">1</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">2-3</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,2</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,6</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,8</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,0</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">4-5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,9</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,3</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,7</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2,1</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">6-7</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,9</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2,1</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2,7</td> <td style="background-color: #d9ead3;">3,3</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">8-9</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2,2</td> <td style="background-color: #d9ead3;">3,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">3,8</td> <td style="background-color: #d9ead3;">4,6</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss						1/2 tw	2	4	6	8	10	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2-3	0,2	0,4	0,6	0,8	1,0	4-5	0,5	0,9	1,3	1,7	2,1	6-7	0,9	1,5	2,1	2,7	3,3	8-9	1,4	2,2	3,0	3,8	4,6
1/2 ss																																															
1/2 tw	2	4	6	8	10																																										
1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0																																										
2-3	0,2	0,4	0,6	0,8	1,0																																										
4-5	0,5	0,9	1,3	1,7	2,1																																										
6-7	0,9	1,5	2,1	2,7	3,3																																										
8-9	1,4	2,2	3,0	3,8	4,6																																										
D. BLIND ENTRY TWISTS																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">1/2 tw</th> <th style="background-color: #d9ead3;">0</th> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,1</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,2</td> <td colspan="3" style="background-color: #d9ead3;">0,3</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 tw	0	2	4	6	8	10	0,0	0,0	0,1	0,2	0,3																														
1/2 tw	0	2	4	6	8	10																																									
0,0	0,0	0,1	0,2	0,3																																											
E. BLIND ENTRY																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="1" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">0,3</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,7</td> <td colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">0,9</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss	2	4	6	8	10	0,3	0,4	0,5	0,7	0,9																															
1/2 ss	2	4	6	8	10																																										
0,3	0,4	0,5	0,7	0,9																																											
BACK (GROUP 2 - 7)			REVERSE (GROUP 3 - 8)																																												
A. SOMERSAULTS																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="6" style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> </tr> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">2.5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2.8</td> <td style="background-color: #d9ead3;">3.4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">4.4</td> <td colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">5.9</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss						2	4	6	8	10		2.5	2.8	3.4	4.4	5.9																									
1/2 ss																																															
2	4	6	8	10																																											
2.5	2.8	3.4	4.4	5.9																																											
B. APPROACH																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="6" style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> </tr> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">0,2</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,3</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,5</td> <td colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">0,6</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss						2	4	6	8	10		0,2	0,3	0,4	0,5	0,6																									
1/2 ss																																															
2	4	6	8	10																																											
0,2	0,3	0,4	0,5	0,6																																											
C. TWISTS																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="6" style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> </tr> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">1/2 tw</th> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="1" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">1-2</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">3-4</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,2</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,3</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,7</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,9</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">5-6</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,7</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,1</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,9</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">7-8</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,9</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,3</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,9</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">3,1</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">9-10</td> <td style="background-color: #d9ead3;">1,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2,1</td> <td style="background-color: #d9ead3;">2,9</td> <td style="background-color: #d9ead3;">3,7</td> <td style="background-color: #d9ead3;">4,5</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss						1/2 tw	2	4	6	8	10	1-2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3-4	0,2	0,3	0,5	0,7	0,9	5-6	0,5	0,7	1,1	1,5	1,9	7-8	0,9	1,3	1,9	2,5	3,1	9-10	1,5	2,1	2,9	3,7	4,5
1/2 ss																																															
1/2 tw	2	4	6	8	10																																										
1-2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0																																										
3-4	0,2	0,3	0,5	0,7	0,9																																										
5-6	0,5	0,7	1,1	1,5	1,9																																										
7-8	0,9	1,3	1,9	2,5	3,1																																										
9-10	1,5	2,1	2,9	3,7	4,5																																										
D. BLIND ENTRY TWISTS																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">1/2 tw</th> <th style="background-color: #d9ead3;">1</th> <th style="background-color: #d9ead3;">3</th> <th style="background-color: #d9ead3;">5</th> <th style="background-color: #d9ead3;">7</th> <th colspan="1" style="background-color: #d9ead3;">9</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,1</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,2</td> <td colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">0,3</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 tw	1	3	5	7	9	0,0	0,0	0,1	0,2	0,3																															
1/2 tw	1	3	5	7	9																																										
0,0	0,0	0,1	0,2	0,3																																											
E. BLIND ENTRY																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="1" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">0,2</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,3</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,5</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,7</td> <td colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">0,9</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss	2	4	6	8	10	0,2	0,3	0,5	0,7	0,9																															
1/2 ss	2	4	6	8	10																																										
0,2	0,3	0,5	0,7	0,9																																											
F. UN-NATURAL ENTRY																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="background-color: #d9ead3;">1/2 ss</th> <th style="background-color: #d9ead3;">2</th> <th style="background-color: #d9ead3;">4</th> <th style="background-color: #d9ead3;">6</th> <th style="background-color: #d9ead3;">8</th> <th colspan="1" style="background-color: #d9ead3;">10</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="background-color: #d9ead3;">0,0</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,1</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,2</td> <td style="background-color: #d9ead3;">0,3</td> <td colspan="2" style="background-color: #d9ead3;">0,5</td> </tr> </tbody> </table>						1/2 ss	2	4	6	8	10	0,0	0,1	0,2	0,3	0,5																															
1/2 ss	2	4	6	8	10																																										
0,0	0,1	0,2	0,3	0,5																																											

HAUT VOL - 20 MÈTRES (SUITE)

ARMSTAND DIVES					
A1+B1+C1+D1+E1+F1=DD					
FORWARD (GROUP 5 - 10)					
A1. SOMERSAULTS					
1/2 ss					
1	3	5	7	9	
2.5	2.8	3.4	4.4	5.9	
B1. APPROACH					
1/2 ss					
1	3	5	7	9	
0,0	0,1	0,3	0,5	0,7	
C1. TWISTS					
1/2 ss					
1/2 tw	1	3	5	7	9
1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2-3	0,2	0,3	0,4	0,6	0,8
4-5	0,5	0,7	0,9	1,3	1,7
6-7	0,9	1,2	1,5	2,1	2,7
8-9	1,4	1,8	2,2	3,0	3,8
D1. BLIND ENTRY TWISTS					
1/2 tw	0	2	4	6	8
0,0	0,0	0,1	0,2	0,3	0,4
E1. BLIND ENTRY					
1/2 ss					
1	3	5	7	9	
0,1	0,3	0,5	0,7	0,9	
BACK (GROUP 5 - 10)					
A1. SOMERSAULTS					
1/2 ss					
1	3	5	7	9	
2.5	2.8	3.4	4.4	5.9	
B1. APPROACH					
1/2 ss					
1	3	5	7	9	
0,0	0,1	0,3	0,5	0,7	
C1. TWISTS					
1/2 ss					
1/2 tw	1	3	5	7	9
1-2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3-4	0,2	0,3	0,5	0,7	0,9
5-6	0,5	0,7	1,1	1,5	1,9
7-8	0,9	1,2	1,8	2,4	3,0
9-10	1,4	1,8	2,6	3,4	4,2
D1. BLIND ENTRY TWISTS					
1/2 tw	1	3	5	7	9
0,0	0,0	0,1	0,2	0,3	0,4
E1. BLIND ENTRY					
1/2 ss					
1	3	5	7	9	
0,2	0,3	0,5	0,7	0,9	
F1. UN-NATURAL ENTRY					
1/2 ss					
1	3	5	7	9	
0,1	0,2	0,3	0,4	0,6	
REVERSE (GROUP 5 - 10)					
A1. SOMERSAULTS					
1/2 ss					
1	3	5	7	9	
2.5	2.8	3.4	4.4	5.9	
B1. SOMERSAULTS					
1/2 ss					
1	3	5	7	9	
0,1	0,3	0,5	0,7	0,9	
F1. UN-NATURAL ENTRY					
1/2 ss					
1	3	5	7	9	
0,1	0,2	0,3	0,4	0,6	

POSITIONS VALUES FOR ALL GROUPS					
STAND. 1/2 ss	2	4	6	8	10
ARM. 1/2 ss	1	3	5	7	9
A	0,2	0,2		-	-
B	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
B Flying	0,1	0,1	0,2	0,4	-
B Mid-turn	-	-	0,1	0,3	0,5
C	-0,1	-0,2	-0,2	-0,3	-0,5
C Flying	0,0	-0,1	-0,1	-0,2	-
C Mid-turn	-	-	0,0	0,0	0,2
D	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
E	0,1	0,1	0,2	0,4	

HAUT VOL - 27 MÈTRES

STANDING DIVES																																																																																																																																																																																																																																			
A+B+C+D+E+F=DD																																																																																																																																																																																																																																			
<p>FORWARD (GROUP 1 - 6)</p> <p>A. SOMERSAULTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="6" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td><td style="background-color: #e0e0e0;">12</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2.6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2.9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3.4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4.1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">5.1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6.4</td></tr> </table> <p>B. APPROACH</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="6" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td><td style="background-color: #e0e0e0;">12</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td></tr> </table> <p>C. TWISTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="6" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1/2 tw</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2-3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,8</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">4-5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,7</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">6-7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,7</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">8-9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3,8</td></tr> </table> <p>D. BLIND ENTRY TWISTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1/2 tw</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td></td><td></td></tr> </table> <p>E. BLIND ENTRY</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="6" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td><td></td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,8</td><td></td></tr> </table>	1/2 ss						2	4	6	8	10	12	2.6	2.9	3.4	4.1	5.1	6.4	1/2 ss						2	4	6	8	10	12	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1/2 ss						1/2 tw	2	4	6	8	10	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2-3	0,2	0,3	0,4	0,6	0,8	4-5	0,5	0,7	0,9	1,3	1,7	6-7	0,9	1,2	1,5	2,1	2,7	8-9	1,4	1,8	2,2	3,0	3,8	1/2 tw	0	2	4	6	8	10	0,0	0,0	0,1	0,2	0,3			1/2 ss						2	4	6	8	10		0,2	0,3	0,4	0,6	0,8		<p>INWARD (GROUP 4 - 9)</p> <p>A. SOMERSAULTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2.6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2.9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3.4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4.1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">5.1</td></tr> </table> <p>B. APPROACH</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,8</td></tr> </table> <p>C. TWISTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1/2 tw</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2-3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,9</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">4-5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,9</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">6-7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3,0</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">8-9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4,2</td></tr> </table> <p>D. BLIND ENTRY TWISTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1/2 tw</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td></td><td></td></tr> </table> <p>E. BLIND ENTRY</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,9</td></tr> </table>	1/2 ss					2	4	6	8	10	2.6	2.9	3.4	4.1	5.1	1/2 ss					2	4	6	8	10	0,0	0,2	0,4	0,6	0,8	1/2 ss					1/2 tw	2	4	6	8	10	1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2-3	0,3	0,4	0,5	0,7	0,9	4-5	0,7	0,9	1,1	1,5	1,9	6-7	1,2	1,5	1,8	2,4	3,0	8-9	1,8	2,2	2,6	3,4	4,2	1/2 tw	0	2	4	6	8	10	0,0	0,0	0,1	0,2	0,3			1/2 ss					2	4	6	8	10	0,3	0,4	0,5	0,7	0,9																
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10	12																																																																																																																																																																																																																														
2.6	2.9	3.4	4.1	5.1	6.4																																																																																																																																																																																																																														
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10	12																																																																																																																																																																																																																														
0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0																																																																																																																																																																																																																														
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
1/2 tw	2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																														
1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0																																																																																																																																																																																																																														
2-3	0,2	0,3	0,4	0,6	0,8																																																																																																																																																																																																																														
4-5	0,5	0,7	0,9	1,3	1,7																																																																																																																																																																																																																														
6-7	0,9	1,2	1,5	2,1	2,7																																																																																																																																																																																																																														
8-9	1,4	1,8	2,2	3,0	3,8																																																																																																																																																																																																																														
1/2 tw	0	2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																													
0,0	0,0	0,1	0,2	0,3																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
0,2	0,3	0,4	0,6	0,8																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
2.6	2.9	3.4	4.1	5.1																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
0,0	0,2	0,4	0,6	0,8																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
1/2 tw	2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																														
1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0																																																																																																																																																																																																																														
2-3	0,3	0,4	0,5	0,7	0,9																																																																																																																																																																																																																														
4-5	0,7	0,9	1,1	1,5	1,9																																																																																																																																																																																																																														
6-7	1,2	1,5	1,8	2,4	3,0																																																																																																																																																																																																																														
8-9	1,8	2,2	2,6	3,4	4,2																																																																																																																																																																																																																														
1/2 tw	0	2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																													
0,0	0,0	0,1	0,2	0,3																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
0,3	0,4	0,5	0,7	0,9																																																																																																																																																																																																																															
<p>BACK (GROUP 2 - 7)</p> <p>A. SOMERSAULTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2.6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2.9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3.4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4.1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">5.1</td></tr> </table> <p>B. APPROACH</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,5</td></tr> </table> <p>C. TWISTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1/2 tw</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1-2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">3-4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,8</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">5-6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,7</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">7-8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,7</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">9-10</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3,9</td></tr> </table> <p>D. BLIND ENTRY TWISTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1/2 tw</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">9</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td></td></tr> </table> <p>E. BACK BLIND ENTRY</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,9</td></tr> </table> <p>F. UN-NATURAL ENTRY</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td></tr> </table>	1/2 ss					2	4	6	8	10	2.6	2.9	3.4	4.1	5.1	1/2 ss					2	4	6	8	10	0,1	0,2	0,3	0,4	0,5	1/2 ss					1/2 tw	2	4	6	8	10	1-2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3-4	0,2	0,3	0,4	0,6	0,8	5-6	0,5	0,7	0,9	1,3	1,7	7-8	0,9	1,2	1,5	2,1	2,7	9-10	1,5	1,9	2,3	3,1	3,9	1/2 tw	1	3	5	7	9	0,0	0,0	0,1	0,2	0,3		1/2 ss					2	4	6	8	10	0,2	0,3	0,5	0,7	0,9	1/2 ss					2	4	6	8	10	0,0	0,0	0,1	0,1	0,2	<p>REVERSE (GROUP 3 - 8)</p> <p>A. SOMERSAULTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2.6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2.9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3.4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4.1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">5.1</td></tr> </table> <p>B. APPROACH</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,8</td></tr> </table> <p>C. TWISTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1/2 tw</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1-2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">3-4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,0</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">5-6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,1</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">7-8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3,3</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">9-10</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1,9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">2,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3,9</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4,7</td></tr> </table> <p>D. BLIND ENTRY TWISTS</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">1/2 tw</td><td style="background-color: #e0e0e0;">1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">9</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td></td></tr> </table> <p>F. REVERSE BLIND ENTRY</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,3</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,5</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,7</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,9</td></tr> </table> <p>E. UN-NATURAL ENTRY</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td colspan="5" style="background-color: #e0e0e0;">1/2 ss</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">2</td><td style="background-color: #e0e0e0;">4</td><td style="background-color: #e0e0e0;">6</td><td style="background-color: #e0e0e0;">8</td><td style="background-color: #e0e0e0;">10</td></tr> <tr><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,0</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,1</td><td style="background-color: #e0e0e0;">0,2</td></tr> </table>	1/2 ss					2	4	6	8	10	2.6	2.9	3.4	4.1	5.1	1/2 ss					2	4	6	8	10	0,1	0,2	0,4	0,6	0,8	1/2 ss					1/2 tw	2	4	6	8	10	1-2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3-4	0,3	0,4	0,6	0,8	1,0	5-6	0,7	0,9	1,3	1,7	2,1	7-8	1,2	1,5	2,1	2,7	3,3	9-10	1,9	2,3	3,1	3,9	4,7	1/2 tw	1	3	5	7	9	0,0	0,0	0,1	0,2	0,3		1/2 ss					2	4	6	8	10	0,2	0,3	0,5	0,7	0,9	1/2 ss					2	4	6	8	10	0,0	0,0	0,1	0,1	0,2
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
2.6	2.9	3.4	4.1	5.1																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
0,1	0,2	0,3	0,4	0,5																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
1/2 tw	2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																														
1-2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0																																																																																																																																																																																																																														
3-4	0,2	0,3	0,4	0,6	0,8																																																																																																																																																																																																																														
5-6	0,5	0,7	0,9	1,3	1,7																																																																																																																																																																																																																														
7-8	0,9	1,2	1,5	2,1	2,7																																																																																																																																																																																																																														
9-10	1,5	1,9	2,3	3,1	3,9																																																																																																																																																																																																																														
1/2 tw	1	3	5	7	9																																																																																																																																																																																																																														
0,0	0,0	0,1	0,2	0,3																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
0,2	0,3	0,5	0,7	0,9																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
0,0	0,0	0,1	0,1	0,2																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
2.6	2.9	3.4	4.1	5.1																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
0,1	0,2	0,4	0,6	0,8																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
1/2 tw	2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																														
1-2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0																																																																																																																																																																																																																														
3-4	0,3	0,4	0,6	0,8	1,0																																																																																																																																																																																																																														
5-6	0,7	0,9	1,3	1,7	2,1																																																																																																																																																																																																																														
7-8	1,2	1,5	2,1	2,7	3,3																																																																																																																																																																																																																														
9-10	1,9	2,3	3,1	3,9	4,7																																																																																																																																																																																																																														
1/2 tw	1	3	5	7	9																																																																																																																																																																																																																														
0,0	0,0	0,1	0,2	0,3																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
0,2	0,3	0,5	0,7	0,9																																																																																																																																																																																																																															
1/2 ss																																																																																																																																																																																																																																			
2	4	6	8	10																																																																																																																																																																																																																															
0,0	0,0	0,1	0,1	0,2																																																																																																																																																																																																																															

HAUT VOL - 27 MÈTRES (SUITE)

ARMSTAND DIVES
A1+B1+C1+D1+E1+F1=DD

FORWARD (GROUP 5 - 10)

A1. SOMERSAULTS

1/2 ss				
1	3	5	7	9
2,6	2,9	3,4	4,1	5,1

B1. APPROACH

1/2 ss				
1	3	5	7	9
0,0	0,1	0,3	0,5	0,7

C1. TWISTS

1/2 ss					
1/2 tw	1	3	5	7	9
1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2-3	0,2	0,3	0,4	0,6	0,8
4-5	0,5	0,7	0,9	1,3	1,7
6-7	0,9	1,2	1,5	2,1	2,7
8-9	1,4	1,8	2,2	3,0	3,8

D1. BLIND ENTRY TWISTS

1/2 tw	0	2	4	6	8	10
	0,0	0,0	0,1	0,2	0,3	

E1. BLIND ENTRY

1/2 ss					
1	3	5	7	9	
0,1	0,3	0,5	0,7	0,9	

BACK (GROUP 5 - 10)

A1. SOMERSAULTS

1/2 ss				
1	3	5	7	9
2,6	2,9	3,4	4,1	5,1

B1. APPROACH

1/2 ss				
1	3	5	7	9
0,0	0,1	0,2	0,4	0,6

C1. TWISTS

1/2 ss					
1/2 tw	1	3	5	7	9
1-2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3-4	0,3	0,4	0,5	0,7	0,9
5-6	0,7	0,9	1,1	1,5	1,9
7-8	1,2	1,5	1,8	2,4	3,0
9-10	1,8	2,2	2,6	3,4	4,2

D1. BLIND ENTRY TWISTS

1/2 tw	1	3	5	7	9
	0,0	0,0	0,1	0,2	0,3

E1. BACK ARM. BLIND ENTRY

1/2 ss					
1	3	5	7	9	
0,2	0,3	0,5	0,7	0,9	

F1. UN-NATURAL ENTRY

1/2 ss					
1	3	5	7	9	
0,0	0,1	0,2	0,3	0,4	

POSITIONS VALUES FOR ALL GROUPS

STAND. 1/2 ss	2	4	6	8	10	12
ARM. 1/2 ss	1	3	5	7	9	11
A	0,2	0,2		-	-	-
B	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
B Flying	0,1	0,1	0,2	0,4	-	-
B Mid-turn	-	-	0,1	0,3	0,5	
C	-0,1	-0,2	-0,2	-0,3	-0,5	-0,5
C Flying	0,0	-0,1	-0,1	-0,2	-	-
C Mid-turn	-	-	0,0	0,0	0,2	
D	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
E	0,1	0,1	0,2	0,4		

REVERSE (GROUP 5 - 10)

A1. SOMERSAULTS

1/2 ss				
1	3	5	7	9
2,6	2,9	3,4	4,1	5,1

B1. APPROACH

1/2 ss				
1	3	5	7	9
0,1	0,3	0,5	0,7	0,9

F1. UN-NATURAL ENTRY

1/2 ss					
1	3	5	7	9	
0,0	0,1	0,2	0,3	0,4	

ANNEXE 2 - Règlements Espoir pour saison 2023-2024

Admissibilité

Lors de toutes les compétitions sanctionnées par Plongeon Québec, les entraîneurs doivent être certifiés au moins niveau Instructeur du PNCE pour avoir la permission de se retrouver sur le plan d'eau.

Les athlètes participant aux championnats provinciaux Espoir doivent minimalement être affiliés comme plongeur Espoir.

Listes de plongeurs

Pour les catégories d'âge C, B et A, il est impossible de répéter le même numéro de plongeon avec une position différente dans la liste.



Tableau 1 : Liste des plongeurs et coefficients de difficulté (CD) de la catégorie E selon les épreuves.

GROUPE E		L'athlète doit exécuter les listes de plongeon suivantes dans l'ordre indiqué ci-dessous. L'athlète a le choix entre une de trois options de liste pour chaque épreuve.			
Tremplins et plate-forme					
1 mètre	option 1	101C 1,6	201A 1,4	401C 1,6	102c 1,6
	option 2	101C 1,6	201C 1,6	401C 1,6	102C 1,6
	option 3	101C 1,6	201C 1,6	401C 1,6	301C 1,6
3 mètres	option 1	001C 1,6	200A avec cercle de bras (Atterrissage les bras en haut) 1,6	101C 1,6	401C 1,6
	option 2	001C 1,6	200A avec cercle de bras (Atterrissage les bras en haut) 1,6	101C ou 401C 1,6	201C ou 301C 1,6
3 mètre plate-forme	option 1	101F (Chute avant semi- carpée mains ensemble) 1,6	201F (Chute arrière mains ensemble, départ bras en haut) 1,6	101C 1,6	401C 1,6
	option 2	101F (Chute avant semi- carpée mains ensemble) 1,6	201F (Chute arrière mains ensemble, départ bras en haut) 1,6	101C ou 401C 1,6	201C ou 301C 1,6

*Le saut d'appel n'est pas recommandé à cet âge par la commission des entraîneurs. Si l'athlète désire l'effectuer, le saut d'appel doit contenir au maximum un pas sans sauter sur deux pieds avant la fente (saut d'appel traditionnel avec un pas et avec ou sans cercle de bras).

** Dans le cas de l'entrée avant groupé assis **avec ouverture carpée**, la rotation doit être initiée avant de commencer l'ouverture, les pieds doivent être sous la ligne horizontale. Si cela n'est pas le cas, se référer au point « départ » des spécificités pour le jugement de la catégorie E.

Spécificités pour le jugement de la catégorie E :

- **Départ** : Si l'action de départ n'est pas conforme aux critères demandés dans le tableau ci-dessus, la note maximale accordée sera de 2 par juge.

Exemple :

- **200A** : Si l'athlète effectue son départ sans cercle de bras, un maximum de 2 points par juge sera attribué (auquel cas, le juge-arbitre devra donner des directives aux autres juges sur le panel).
- **Exécution et entrée à l'eau** : Si l'exécution ou l'entrée à l'eau n'est pas conforme aux critères demandés dans le tableau ci-dessus, la note maximale accordée sera de 4,5 par juge.

Exemple :

- **200A** : Si l'athlète effectue son départ avec cercle de bras et effectue un deuxième cercle dans les airs, un maximum de 4,5 points par juge sera attribué (auquel cas, le juge-arbitre devra donner des directives aux autres juges sur le panel).



Tableau 2 : Liste des plongeurs et coefficients de difficulté (CD) de la catégorie D selon les épreuves.

 GROUPE D		L'athlète doit exécuter les listes de plongeon suivantes dans l'ordre indiqué ci-dessous. L'athlète a le choix entre une de trois options de liste pour chaque épreuve.				
Tremplins						
1 mètre	option 1	101C 1,6	201A 1,4	201C ou 301C 1,6	401C 1,6	102C 1,6
	option 2	101C ou B 1,6	201C 1,6	301C 1,6	401C ou B 1,6	102C ou 402C 1,6
	option 3	101C ou B 1,6	201C 1,6	301C 1,6	401C ou B 1,6	103C 1,6
3 mètres	option 1	101C 1,6	201F 1,00	201C ou 301C 1,6	401C 1,6	103C 1,6
	option 2	101C ou B 1,6	201C 1,6	301C 1,6	401C ou B 1,6	103C 1,6
	option 3	101C ou B 1,6	201C 1,6	301C 1,6	401C ou B 1,6	403c ou 203c 1,6
Plate-forme (3mt et/ou 5m) **ces plongeurs doivent obligatoirement être effectués au 5 mètres	option 1	101C 1,6	002C 1,00	201C ou 301C 1,6	401C 1,6	102C, 402C, 600A, 103C 1,6
	option 2	101C ou B 1,6	201C 1,6	301C 1,6	401C ou B 1,6	102C, 402C, 600A, 103C 1,6
	option 3	101C ou B 1,6	201C 1,6	301C 1,6	401C ou B 1,6	403c** ou 203c** 1,6

201 F : Départ debout bras en bas

- Le saut d'appel n'est pas recommandé à cet âge par la commission des entraîneurs. Cependant si l'athlète désire l'effectuer, celui-ci doit contenir au maximum un pas sans sauter sur deux pieds avant la fente (saut d'appel traditionnel avec un pas et avec ou sans cercle de bras).

Spécificités pour le jugement de la catégorie D :

- Départ :** Si l'action de départ n'est pas conforme aux critères demandés dans le tableau ci-dessus, la note maximale accordée sera de 2 par juge



Tableau 3 : Liste des plongeurs et coefficients de difficulté (CD) de la catégorie C selon les épreuves.

GROUPE C		L'athlète doit exécuter les listes de plongeon suivantes dans l'ordre indiqué ci-dessous. Les 5e et 6e plongeon doivent être de familles différentes. Le coefficient de difficulté est le même pour les 4 premiers plongeurs soit: 1,6 et les coefficients sont de 1,6 ou 1.9 pour les 5e et 6e plongeon							
Tremplins									
1mètre	1 plongeon CD 1.6	2e plongeon	3e plongeon	4e plongeon	5e plongeon		6e plongeon		
	Faire un choix entre:	CD 1.6	CD 1.6	CD 1.6	CD si dessous		CD si dessous		
				Faire un choix entre:	Faire un choix entre :		Faire un choix entre :		
	101C ou 101B	201C	301C	401C ou 401B ou 401A	CD1.6	CD1.9	CD1.6	CD1.9	
				103C, 103B, 402C	104C, 203C, 403C, 5221D, 5122D	103C, 103B, 402C	104C, 203C, 403C, 5221D, 5122D		
3 mètres	1 plongeon CD 1.6	2e plongeon	3e plongeon	4e plongeon	5e plongeon		6e plongeon		
	Faire un choix entre:	CD 1.6	CD 1.6	CD 1.6	CD si dessous		CD si dessous		
				Faire un choix entre:	Faire un choix entre:		Faire un choix entre:		
	101C ou 101B	201C	301C	401C ou 401B	CD 1.6	CD 1.9	CD 1.6	CD 1.9	
				103C, 103B	105C, 203C, 303C, 403C, 403B, 5231D, 5132D	103C, 103B	105C, 203C, 303C, 403C, 403B, 5231D, 5132D		
Plate-forme									
3 mètres et 5 mètres									
Plate-forme	1 plongeon CD 1.6	2e plongeon	3e plongeon	4e plongeon	5e plongeon		6e plongeon		
(3m et 5m)	Faire un choix entre:	CD 1.6	CD 1.6	Faire un choix entre:	CD si dessous		CD si dessous		
					Faire un choix entre:		Faire un choix entre:		
					CD 1.6	CD 1.9	CD 1.6	CD 1.9	
	101C ou 101B	201C	301C	401C ou 401B	102C*, 103C, 103B, 202C*, 302C*, 402C*, 600A, 5221D*, 5122D*	104C*, 105C**, 203C**, 303C**, 403C, 403B**, 612C**, 612B**, 5231D**, 5132D**	102C*, 103C, 103B, 202C*, 302C*, 402C*, 600A, 5221D*, 5122D*	104C*, 105C**, 203C**, 303C**, 403C, 403B**, 612C**, 612B**, 5231D**, 5132D**	

* Les plongeurs suivis d'une étoile (*) peuvent seulement être effectués sur la plate-forme de 3m.

** Les plongeurs suivis de deux étoiles (**) peuvent seulement être effectués sur la plate-forme de 5m

Tableau 4 : Liste des plongeurs et coefficients de difficulté (CD) de la catégorie B selon les épreuves.

GROUPE B	Utiliser les coefficients de difficulté de la FINA. Les 4 bases doivent être de familles différentes. Les 3 optionnels doivent être de famille différente Tous les plongeurs de la liste sont permis pour les bases et les optionnels, à l'exception de :	
Tremplins		
	<i>Bases (4) (avec limite de CD de 7.2)</i>	<i>Optionnels (3) (sans limite de CD)</i>
1 mètre	5X11(X), X01A*, X02A, X03A	
	<i>Bases (4) (avec limite de CD de 7.6)</i>	<i>Optionnels (3) (sans limite de CD)</i>
3 mètres	5X11(X), X01A, X02A, X03A	
Plate-forme 3 mètres et 5 mètres		
	<i>Bases (4) (avec limite de CD de 7.6)</i>	<i>Optionnels (3) (sans limite de CD)</i>
Plate-forme (3m et 5 m)	5X11(X), X01A, X02A, X03A	

*Au 1 mètre le 401 A est permis.

** Le CD des plongeurs exécutés de la tour de 3 mètres doit être celui des plongeurs exécutés au tremplin 1 mètre. Dans le cas des départs en équilibre sur les mains exécutés à partir de la tour de 3 mètres, se référer aux CD du tableau 6.

Tableau 5 : Liste des plongeurs et coefficients de difficulté (CD) de la catégorie A selon les épreuves.

GROUPE A	Utiliser les coefficients de difficulté de la FINA. Les 5 bases doivent être de familles différentes. Les 3 optionnels doivent être de famille différente Tous les plongeurs de la liste sont permis pour les bases et les optionnels, à l'exception de :	
Tremplins		
	<i>Bases (5) (avec limite de CD de 9.0)</i>	<i>Optionnels (3) (sans limite de CD)</i>
1 mètre	5X11(X), X01A*, X02A, X03A	
	<i>Bases (5) (avec limite de CD de 9.5)</i>	<i>Optionnels (3) (sans limite de CD)</i>
3 mètres	5X11(X), X01A, X02A, X03A	
Plate-forme 3 mètres et 5 mètres		
	<i>Bases (5) (avec limite de CD de 9.5)</i>	<i>Optionnels (3) (sans limite de CD)</i>
Plate-forme (3m et 5m)	5X11(X), X01A, X02A, X03A	

*Au 1 mètre le 401 A est permis.

** Le CD des plongeurs exécutés de la tour de 3 mètres doit être celui des plongeurs exécutés au tremplin 1 mètre. Dans le cas des départs en équilibre sur les mains exécutés à partir de la tour de 3 mètres, se référer aux CD du tableau 6.

Tableau 6 : CD des plongeurs avec départ en équilibre sur les mains exécutés à partir de la tour de 3 mètres pour les catégories A et B garçons et filles

Plongeur	CD
600A	1.4
611B	1.5
612C	1.6
612B	1.7
621A	1.6
622C	1.7
622B	1.8



Tableau 7: Passeports Espoir exigés pour participer aux championnats provinciaux juniors.

Il n'y aura pas de prérequis de passeports pour participer aux Championnats provinciaux junior et senior de la saison. Les athlètes qui détiennent la liste pour participer à ces compétitions pourront y participer. Le choix revient ainsi à l'entraîneur de choisir les meilleures opportunités de faire rayonner ses athlètes en fonction de leur calibre.

Catégorie	Sexe	1m	3m	Tour (3m et 5m)	Tour (3m seulement)*
E	Filles et Garçons	s/o	s/o	s/o	s/o
D	Filles et Garçons	130 pts	130 pts	130 pts	s/o
C	Filles et Garçons	175 pts	175 pts	175 pts	s/o
B	Filles et Garçons	225 pts	225 pts	225 pts	195 pts
A	Filles et Garçons	275 pts	270 pts	275 pts	220 pts

*Lorsqu'un championnat provincial Espoir a lieu dans une piscine avec uniquement une tour de 3m, les passeports en vigueur sont ceux dans la colonne Tour (avec 3m seulement). Autrement, le passeport en vigueur est celui de la Tour, indépendamment du choix des plongeurs de la liste de l'athlète.

*La commission des entraîneurs se réserve le droit d'apporter tout changement au tableau des passeports en cours de saison au besoin.

L'athlète doit réussir son ou ses passeports provinciaux dans la catégorie dans laquelle il participera au championnat provincial junior.

Le passeport obtenu lors d'une épreuve seulement, permet à l'athlète de participer seulement à cette même épreuve lors du championnat provincial junior. (Exemple : Un athlète obtient son passeport au 3 mètres, celui-ci peut seulement faire l'épreuve 3 mètres au championnat provincial junior).

Les passeports obtenus lors de deux épreuves sur trois, permettent à l'athlète de participer aux trois épreuves au championnat provincial junior. (Exemple, un athlète obtient son passeport au 1 mètre et son passeport à la tour, celui-ci peut alors participer aux trois épreuves lors du championnat provincial junior).

Le passeport doit être renouvelé chaque année tant que l'athlète n'est pas qualifié pour le championnat canadien junior élite ou développement.

S'il y a un championnat provincial Espoir après tous les championnats provinciaux juniors de l'année, le passeport réalisé pourra compter l'année suivante si l'athlète compétitionne dans le

même groupe d'âge. Autrement, il doit refaire le passeport.

À chaque année, la commission des entraîneurs base ses discussions sur le nombre moyen de participants par épreuve lors des championnats provinciaux junior pour modifier les passeports.

Toute situation particulière devra être soumise par écrit à la commission des entraîneurs et sera analysée par cette dernière. Une décision sera rendue dans les **2 semaines suivant la réception de la demande.**

Exclusion

Sont exclus à vie :

- Tous les athlètes ayant terminé parmi les 6 premières positions lors d'un championnat canadien.
- Lorsqu'un athlète est qualifié pour le championnat canadien junior, il ne peut plus participer aux championnats provinciaux Espoir jusqu'à la fin de la saison en cours et pour une durée de 24 mois à partir de la date du championnat canadien pour lequel l'athlète s'était qualifié. Il obtient automatiquement les passeports sur toutes les épreuves.
- Les athlètes invités au Festival national de plongeon ne sont pas considérés par cette exclusion.



Définitions

Passeport :

Pointage pour pouvoir participer aux championnats provinciaux juniors. Il s'obtient lors des championnats provinciaux Espoir.

Standard canadien :

Pointage pour pouvoir participer aux championnats nationaux juniors. Il s'obtient dans les championnats provinciaux juniors et seniors.

Qualification junior :

Se référer aux règlements nationaux afin de participer aux championnats nationaux junior.