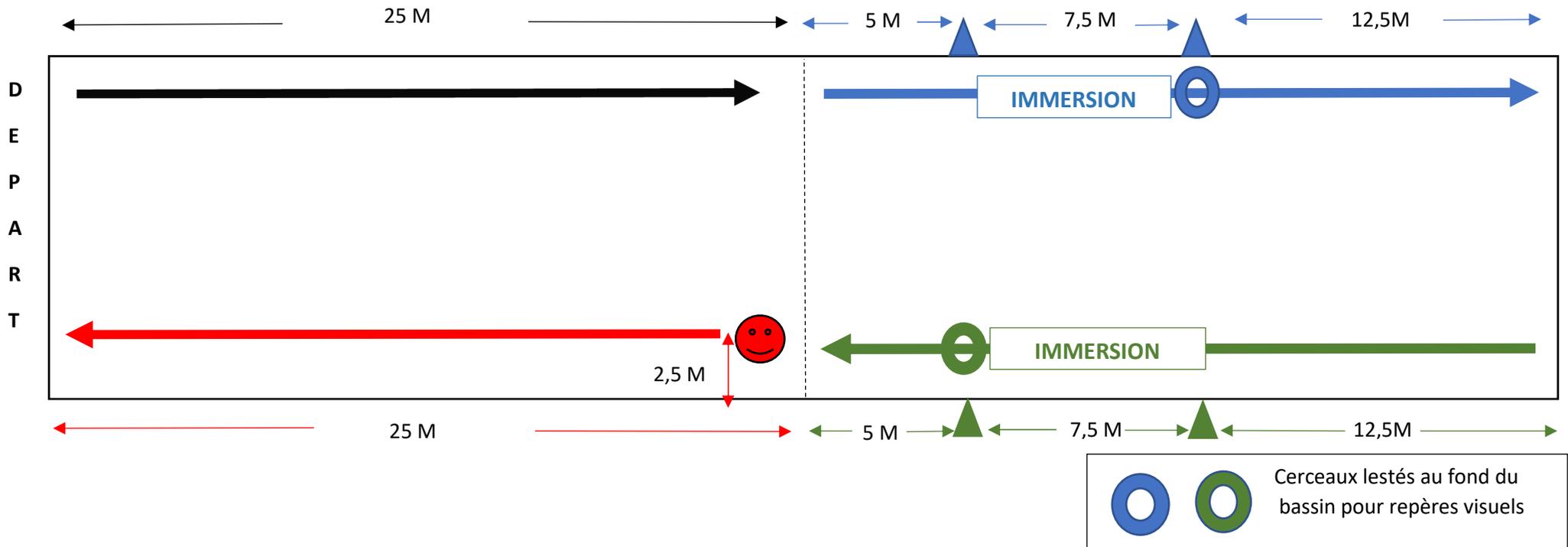


TASA SESSION 2020



Parcours de 100 mètres à réaliser en continuité, sans reprise d'appui au bord du bassin, dans un temps inférieur à 3 minutes et 45 secondes :

- à partir du bord de la piscine, entrer dans l'eau par un plongeon ;
- se déplacer sur une distance de 25 mètres en nage libre en surface ;
- puis se déplacer sur une distance de 25 mètres comprenant 7,50 mètres en immersion complète sur un trajet défini depuis le repère des 5 mètres (drapeaux) jusqu'à 12,50 mètres (matérialisé au fond du bassin) ;
- puis se déplacer sur une distance de 25 mètres comprenant 7,50 mètres en immersion complète sur un trajet défini depuis le milieu du bassin (12,50 mètres) jusqu'au repère des 5 mètres (drapeaux) ;
- puis se déplacer et s'immerger pour rechercher un mannequin qui repose à 2,50 mètres du bord sur le T matérialisé au fond du bassin ;
- puis remonter le mannequin en surface et le remorquer sur la totalité du 25 mètres, dos du mannequin orienté en direction du buste du sauveteur.