

Code uitsluitingen FROS (Tech. Regl. Fros)
(A.S.V. 7 juni 2008) – (19-04-2010 evaluatie vergadering FROS-FTFN-SPORTA)

De Start (SW4)

FROS SPORTA	FTFN		FINA
ST1	S1	wan- of onsportief gedrag bij de start	SW4.
ST2	S2	niet vertrokken met duiksprong	SW4.2.
ST3	S3	te vroeg vertrokken bij de start (na het commando "op uw plaatsen" en voor het startsignaal van de starter)	SW4.4.
ST4	S4	Starthouding, stilstaand niet onmiddellijk met 1 voet aan de voorzijde van het startblok aangenomen (na het commando "op uw plaatsen" van de starter)	SW4.1.

Vrije Slag (SW5)

VS1	N1	in het onderdeel vrije slag van de wisselslag gezwommen in rug-,school-,of vlinderslag	SW5.1.
VS2	N2	bij keerpunt , muur niet geraakt met om 't even welk lichaamsdeel	SW5.2.

Rugslag (SW6)

RS1	D1	De starthandgrepen niet gebruikt bij de start.	SW6.1.
RS2	D2	voeten en/of tenen vastgezet in de overloopgoot of tegen de rand	SW6.1.
RS3	D3	rugligging verlaten tijdens de wedstrijd: schouders 90° of meer (uitgezonderd keerpunt)	SW6.2.
RS4	D4	na 15 meter hoofd nog niet boven water na start of keerpunt	SW6.3.
RS5	D5	meerdere armslagen bij keerpunt na verlaten van rugligging	SW6.4.
	D6		SW6.4.
RS6	D7	tuimelbeweging niet ingezet op het einde van de armtrekbeweging	SW6.4.
RS7	D8	bij keerpunt muur niet geraakt met om het even welk lichaamsdeel	SW6.4.
RS8	D9	nog niet tot rugpositie teruggekeerd bij het verlaten van de muur	SW6.4.
RS9	D10	bij aankomst, niet meer in rugpositie bij het aantikken (schouder 90° of meer)	SW6.5.

Schoolslag (SW7)

SS1	B1	schouders niet evenwijdig met het wateroppervlak of lichaam niet op borstlig	SW7.1.
SS2	B2	armen niet gelijktijdig	SW7.2.
SS3	B3	armen niet in 't zelfde horizontale vlak	SW7.2.
SS4	B4	alternerende armbeweging	SW7.2.
SS5	B5	weggaande van de borst, werden de handen niet samen naar voor gebracht	SW7.3.
SS6	B6	ellebogen zijn niet onder water (uitzondering voor de laatste slag)	SW7.3.
SS7	B7	handen worden voorbij de heuplijn gebracht (toegelaten tijdens de eerste beweging na start of keerpunt)	SW7.3.
SS8	B8	beenbewegingen niet gelijktijdig	SW7.4.
SS9	B9	beenbewegingen niet in 't zelfde horizontale vlak	SW7.4.
SS10	B10	alternerende beenbewegingen	SW7.4.
SS11	B11	voeten worden tijdens de duwfase niet buitenwaarts gekeerd	SW7.5.
SS12	B12	benen maken een schaar-/fladderbeweging of neerwaartse dolfijnslag benen niet uitgevoerd tijdens 1 ^{ste} armbeweging of niet gevolgd door schoolslag beenbeweging.	SW7.5.
SS13	B13	niet gelijktijdig aantikken van de beide handen bij het keerpunt	SW7.6.
SS14	B14	niet gelijktijdig aantikken van de beide handen bij de aankomst	SW7.6.
SS15	B15	hoofd doorbreekt de waterlijn niet gedurende elke cyclus	SW7.7.
SS16	B16	het hoofd is niet boven water gekomen, alvorens de handen binnenwaarts gedraaid werden in de tweede beweging na de start of keerpunt	SW7.7.

SS17		Verkeerde volgorde schoolslagcyclus uitgevoerd. (cyclus = 1 armbeweging gevolgd door 1 beenbeweging).	SW7.4 (6)
	B17	Meer dan 1 neerwaartse dolfijnslag met de benen na start of keerpunt. (Na start of keerpunt, tijdens de onderwater fase is 1 neerwaartse dolfijn beenbeweging toegelaten wanneer de armen naar achter gebracht worden)	SW7.4.

Vlinderslag (SW8)

VL1	P1	lichaam niet steeds in borstlig	SW8.1.
VL2		schouders niet evenwijdig met de waterlijn	SW8.1.
VL3	P3	armen niet samen boven water naar voor gebracht	SW8.2.
VL4	P4	armen niet gelijktijdig naar achteren gebracht	SW8.2.
VL5	P5	laatste armslag voor aankomst of keerpunt onder water (= schoolslag)	SW8.2.
VL6	P6	voetbewegingen niet gelijktijdig uitgevoerd	SW8.3.
VL7	P7	alternerende bewegingen van de benen en of de voeten (schoolslag)	SW8.3.
VL8	P8	niet met beide handen gelijktijdig aantikken bij aankomst of keerpunt	SW8.4.
VL9	P9	na start of keerpunt meer dan één armtrekbeweging onder water uitgevoerd	SW8.5.
VL10	P10	Na 15m hoofd nog niet boven water na de start of keerpunt	

Wisselslag (SW9)

WS1	Q1	verkeerde volgorde van de zwemslagen bij individuele wedstrijden	SW9.1.
WS2	Q2	verkeerde volgorde van de zwemslagen bij aflossingen	SW9.2.
WS3	Q3	onderdeel niet beëindigd zoals voorgeschreven voor die slag (aanvullen met overeenkomstige code bv. WS3 + SS14)	SW9.3.
WS4	Q4	fouten tegen een bepaalde slag (aanvullen met betreffende code)	SW9.3.

Wedstrijd SW10)

WE1	G1	verkeerde slag gezwommen	
WE2	G2	de volledige afstand niet verzwommen	SW10.1.
WE3	G3	koers niet beëindigd in de baan waarin men vertrokken is	SW10.2.
WE4	G4	bij keerpunt geen fysisch contact gehad met de muur	SW10.3.
WE5	G5	afgeduwd van de bodem van het zwembad i.p.v. vanaf de muur	SW10.3.
WE6	G6	één of meerdere stappen gezet op de bodem van het bad	SW10.3.
WE7	G7	halt gehouden op de bodem van het bad (toegelaten bij vrije slag)	SW10.4.
WE8	G8	hinderen van een andere zwemmer of ploeg	SW10.5.
WE9	G9	Bovenrand van de zwembadmuur gebruikt, gebruik gemaakt van hulpmiddelen. (zwemvliezen, handschoenen met tussenweb, zwemkledij no-textiel enz....).	SW10..
WE10	G10	als niet ingeschreven zwemmer te water gegaan voordat alle zwemmers aangekomen zijn. De betrokkene dient uitgesloten voor zijn eerstvolgende wedstrijd	SW10.8.
WE11	G11	aflossingsploeg onvolledig samengesteld	SW10.11.
WE12	G12	te vroeg vertrokken door tweede of zwemmer (code bv. WE12.2 = tweede zwemmer)	SW10.10.
WE13	G13	lid van de aflossingsploeg, niet aangeduid voor het zwemmen van dat bepaald onderdeel van de wedstrijd, te water gegaan voordat alle ploegen hun wedstrijd beëindigd hebben	SW10.11.
WE14	G14	1', 2' enz.. zwemmer van de aflossingsploeg heeft nagelaten het water zo vlug mogelijk te verlaten, na het beëindigen van zijn onderdeel (code bv. WE14.2 = tweede zwemmer)	SW10.13.
	G15	Na 15m hoofd nog niet boven water na de start of keerpunt. Uitgezonderd bij schoolslag (sw5,3, sw6,3, sw8,5)	SW10.