



Fiche mémo du Sélectif



A- Travail au sol

Suite sans laisse

Positions à distance x 6



Absence 50m D, G 1 mn

1/2 tour assis

Rappel 30 m



B1-Rapport d'un plongeur inanimé

30 mètres de distance



B1 + une épreuve parmi B2, B3, B4, B5

B2- Rapport de 2 nageurs en difficulté

30 mètres de la rive



B3- Rapport d'un planchiste sur sa planche

30 mètres de la rive



B4- Rapport d'un bateau à la dérive

30 mètres de la rive



B5- Rapport d'un noyé sur un matelas

30 mètres de la rive



+ 2 épreuves parmi C1, C2, C3, C4

C1- Apport d'un cordage de la rive

30 mètres de la rive



C2- Apport d'un cordage du bateau

30 mètres de distance



C3- Apport d'une bouée de la rive

30 mètres de la rive



C4- Apport d'une bouée du bateau

30 mètres de distance

