

Examen de plongeon 2 – ISSEP

- 4 plongeurs à présenter, à choix parmi les plongeurs suivants.
- Interdiction de répéter les numéros (2 mêmes plongeurs en positions différentes seront refusés).
- Notes d'exécution sur 6, à multiplier par le coefficient de difficulté de chaque plongeon.
- La note finale résulte du total de points cumulés, divisé par 6.
- En cas de 2 d'exécution, 1 point de moins à la note finale et/ou maximum 3,5.

103c	Périlleux et demi avant groupé	1m	1.5	3m	1.7
103b	Périlleux et demi avant carpé	1m	1.8	3m	1.7
104c	Double avant groupé	1m	2.0		
105c	Double et demi avant groupé	1m	2.2	3m	2.3
201c	Plongeon arrière groupé	1m	1.6	3m	1.8
201b	Plongeon arrière carpé	1m	1.8	3m	1.9
201a	Plongeon arrière droit	1m	1.5	3m	1.7
203c	Périlleux et demi arrière groupé	1m	2.2	3m	2.3
301c	Plongeon renversé groupé	1m	1.8	3m	1.9
301b	Plongeon renversé carpé	1m	1.9	3m	2.0
402c	Périlleux retourné groupé	1m	1.6		
403c	Périlleux et demi retourné groupé	1m	2.0	3m	1.8
5211a	Pl. arr. droit + ½ vrille	1m	2.0	3m	2.2
5221d	Périlleux arr. + ½ vrille, position libre	1m	2.0		
5231d	Périlleux et demi arr. + ½ vrille, libre	1m	2.3	3m	2.2
5122d	Périlleux avant + 1 vrille, libre	1m	2.2		

Faux départ, 1pt de déduction ; faux plongeon ou complètement raté note 0 ; vrille de plus de 90° note 0.

Les coefficients ne sont pas ceux des compétitions officielles.

Pas de possibilité de répéter un plongeon.

Les étudiants doivent être capables d'énoncer correctement le nom de leurs plongeurs.