

## ***Nya Regler***

### **Regler för Dräkten:**

Pojkar, inte ovanför naveln, ej över knäna.

Flickor, inte täcka nacke, axlar (d.v.s. gå över axeln ut på armen), ej över knäna

Dräkten ska vara av textilt material och släppa igenom vatten enligt särskilda villkor..

Det finns en FINA-lista, men många fler "vanliga" badkläder uppfyller FINAs krav, dock har de inte genomgått testning. Det är tillverkaren som måste svara på detta.

dräkten får inte ha blytlås eller andra "hopfästningsanordningar"(!) eng. "fastning systems", d.v.s. alla former av knappar, hyskor, hakar, draglås osv.

Endast **en** dräkt får förekomma, för flickor kan den dock bestå av två delar. Inga dubbla dräkter!

### **Glasögon:**

Får inte vara fast hopsatta med mössan (integrerade, en del av mössan, så man ser ut som Fantomen). Dock får mössan dras ner över glasögonen för att hålla dem på plats.

Näsklämma är OK.

### **Mössa:**

Ska följa huvudets form, inga utstående fenor o dylikt, det är okej med dubbla mössor.

### **Bröstsım**

Den enda nedåtgående kick som får göras ska i så fall ske **under** det första långa armtaget ända bak till benen. Inte före och inte efter. Detta är skärpning från tidigare skrivning. Simmaren **får** då vara under vattenytan, vilket är en uppmjukning jämfört med tidigare skrivning.

### **Start**

Om en start blir avbruten av något skäl, då blåses bara lång signal, ej alltså de korta igen. Och för ryggsim andra långa signalen. Instruktionen blir väl bäst att "på lång signal går man alltid upp på pall resp. om i vattnet på ryggsim hänger upp sig i "starthandtagen".

### **Simma på en bana**

Regeln är skärpt så tillvida att man måste starta simma och gå i mål på samma bana. Det går alltså inte längre att ens tillfälligtvis vara på någon annan bana under loppet. Däremot står det fortfarande ingenting om att man måste starta på anvisad bana.

### **Tejning**

Ingen tejning som inte är medicinskt motiverad **och** godkänd av tävlingsläkare eller motsvarande får förekomma. Det betyder att om någon har något tejpat måste detta visas **innan** tävlingen för TL som vidarebefordrar till tävlingsläkare (om sådan finns).