

Concours 2SEP 2025

Rapport de jury

Épreuve de sauvetage

I – Statistiques



II – Rapport

L'épreuve de sauvetage aquatique 2025 a eu lieu à la piscine de Chartres de Bretagne, le lundi 2 juin. 17 candidats.es étaient présents (13 garçons et 4 filles).

Moyenne générale : 11,9 / 20 (note la plus haute : 20 et note la plus basse : 0)

4 candidat.e.s réalisent plus de 2 min pour parcourir l'épreuve.

10 candidat.e.s réalisent un temps situé entre 1min 30 et 2min.

2 candidat.e.s réalisent moins de 1min30sec.

1 candidat.e ne termine pas l'épreuve.

Le temps moyen pour parcourir l'épreuve est de 1min 50 s pour les filles et d'1min 44 s chez les garçons.

4 candidat.e.s ont été pénalisé.e.s : tantôt pendant le remorquage (10 secondes) pour avoir immergé les voix respiratoires du mannequin, tantôt pour avoir écourté la distance à réaliser en apnée (10 secondes).

Pour ce qui est des différentes techniques utilisées lors de l'épreuve, le jury note les points suivants :

- **Nage libre** : Quelques candidat.es nagent en brasse mais la majorité utilise la technique du crawl

- Immersion : la majorité des candidat.e.s s'immerge en « canard » dans la continuité de son parcours de nage. 3 candidat.e.s s'arrêtent afin de repérer la zone d'immersion et de bien s'oxygéner avant l'apnée.
- Parcours subaquatique : les candidat.e.s utilisent des techniques variées pour se déplacer sous l'eau : la brasse sous-marine (avec poussée complète des bras), les ondulations ou les battements de crawl. Cette dernière technique est clairement inadaptée car elle provoque un essoufflement précoce, nuisible à la performance.
- Remorquage du mannequin : La majorité des candidats saisit le mannequin à 2 mains, une sous chaque aisselle. Les autres le contrôlent à 1 main, celle-ci étant placée soit au niveau de la poitrine, soit en arrière de la tête (prise dite « occipitale»). On peut classer les techniques de propulsion pour remorquer en 4 catégories, d'efficacité croissante :
 - Les battements alternés (type crawl)
 - Les ciseaux de brasse dissymétriques
 - Les ciseaux de brasse (simultanés)
 - Les ciseaux de brasse alternés (rétropédalage)

Là encore, nous souhaitons souligner que la propulsion en battements de crawl qui demande une dépense d'énergie importante est à proscrire.

En conclusion, le jury conseille aux candidats les plus faibles de porter leur attention sur la technique de la brasse car sa maîtrise conditionne la qualité du déplacement subaquatique et du remorquage.
