

Mémo #4 2025-2026



DATE : 11 mars 2026

OBJET :

Description – Flamant jambe pliée, vrille combinée (360°+360°)

Conformément à la description de la figure 140j dans les références de World Aquatics, la vrille combinée de cette figure doit être exécutée de manière rapide. La descente verticale doit être effectuée au même rythme que la vrille combinée.

La définition corrigée à utiliser est donc celle-ci :

À partir de la position allongée sur le dos, monter une jambe de ballet. Le genou, tibia et orteils de la jambe horizontale glissent le long de la surface de l'eau pour prendre la position du flamant de surface. La jambe verticale maintient sa position tandis que les hanches sont levées, que le tronc déroule et que la jambe pliée se déplace afin de prendre la position verticale jambe pliée. La jambe pliée est allongée jusqu'à la position verticale. Une vrille combinée rapide de 360° + 360° est exécutée, suivi d'une descente verticale au même rythme que la vrille combinée.

Cet ajustement est en vigueur dès maintenant (11 mars 2026).

Ce mémo fait office de règle officielle à moins de spécification contraire.