



# Zmiany w przepisach pływania World Aquatics

opracowanie: Prezydium Kolegium Sędziów Polskiego Związku Pływackiego

wersja z 1 kwietnia 2026





# Zagadnienia

- przepisy pływania World Aquatics
- kody dyskwalifikacyjne
- regulaminy i uchwały PZP



---

# Przepisy pływania

*zatwierdzone przez Zarząd PZP dnia 14 marca 2026  
(Uchwała Zarządu nr 06/03/E/2026)*

# Wstęp

---

- gruntowna analiza obejmująca wszystkie aspekty funkcjonowania World Aquatics
- doprecyzowania i poprawek do przepisów dotyczących poszczególnych dyscyplin
- zarządzanie obiektami, możliwości reklamowe sportowców, wymogi dotyczące ubiorów oraz uprawnienia sędziów
- współpraca z działami sportowymi, prawnym, marketingowym, ds. integralności
- wyeliminowanie sprzecznych sformułowań, które mogłyby powodować konflikty lub rozbieżne interpretacje
- kompleksowy zestaw przepisów, które są zharmonizowane, dobrze ustrukturyzowane i przejrzyste

# Pływanie



Poniższe slajdy przedstawiają główne zmiany w Części Drugiej – Pływanie, a także zawierają standardowe komentarze i kontekst.

**PAMIĘTAJ, ZAWSZE ROZPATRUJ WĄTPLIWOŚCI NA KORZYŚĆ ZAWODNIKA!**



## Start

2.3.6 Sędzia Główny zdyskwalifikuje Zawodnika za zainicjowanie startu przed sygnałem startu jeśli zainicjowanie zostało zaobserwowane i potwierdzone zarówno przez Startera jak i Sędziego Głównego. **Gdy stosowana jest Automatyczna Aparatura do Sędziowania, Sędzia Główny dokonuje przeglądu odpowiedniego nagrania w celu weryfikacji dyskwalifikacji. Sędzia Główny i Starter nie muszą być wtedy zgodni\*.**

*\*Nie dotyczy zawodów krajowych w związku z brakiem odpowiedniego pomiaru wideo.*

# Miejsce Zbiórki



2.6 Sędziowie Miejsca Zbiórki Zawodników zbierają Zawodników do kolejnego wyścigu i zgłaszają Kierownikowi Miejsca Zbiórki Zawodników

(1) o każdym potencjalnym naruszeniu przepisów dotyczącym Ubioru Pływackiego\* i/lub reklamy i/lub

(2) gdy wywoływany Zawodnik jest nieobecny.

Kierownik Miejsca Zbiórki Zawodników ustala czy doszło do naruszenia przepisów dotyczących dozwolonego Ubioru Pływackiego i/lub reklamy i jeśli tak jest, zgłasza to Sędziemu Głównemu.

\*Ubior Pływacki = strój pływacki + okulary pływackie + czepek

# Inspektorzy Nawrotów (1)

---

**2.8.6** W wyścigach indywidualnych na 400, 800 i 1500 metrów stylem dowolnym, każdy Inspektor Nawrotów na startowym i nawrotowym końcu basenu, notuje liczbę odcinków pokonanych przez Zawodnika na monitorowanym torze. Zawodnicy będą informowani odnośnie liczby odcinków pozostałych do zakończenia poprzez pokazywanie tablic z ich nieparzystą liczbą na nawrotowym końcu basenu. Tablice muszą być pokazywane na poziomie pomostu startowego lub w wodzie (w zależności od uznania Lokalnego Komitetu Organizacyjnego i dostępności na obiekcie). Może zostać użyte urządzenie elektroniczne, włącznie z podwodnym wyświetlaczem.

## Inspektorzy Nawrotów (2)

---

2.8.7 Każdy Inspektor Nawrotów na końcu startowym basenu, daje sygnał ostrzegawczy, gdy Zawodnik na jego torze ma do przepełnienia dwie długości basenu i pięć (5) metrów do zakończenia wyścigu indywidualnego na 400, 800 i 1500 metrów stylem dowolnym. Sygnał ten musi być powtarzany po nawrocie, dopóki Zawodnik nie dopłynie do oznaczenia 5 metrów na linii torowej. Sygnałem ostrzegawczym może być gwizdek lub dzwonek.



## Sędziowie Stylu

2.9.4 Sędziowie Stylu zapewniają, aby oznaczenia do nawrotów w stylu Grzbietowym były zamontowane w odległości 5 metrów od obydwu ścian końcowych przed rozpoczęciem każdej konkurencji w stylu Grzbietowym oraz Zmiennym.



## Rozstawianie Eliminacji, Półfinałów i Finałów

Komentarz:

Uproszczono sformułowania, ale nie wprowadzono żadnych zmian w zasadach rozstawiania w eliminacjach, półfinałach i finale.



## Start

4.4.2 Jeśli dyskwalifikacja została potwierdzona przed sygnałem startu, sygnału nie daje się, a pozostali Zawodnicy zostają cofnięci poprzez komendę „**proszę się cofnąć**”, a Sędzia Główny powtarza procedurę startową rozpoczynając od długiego gwizdka zgodnie z Artykułem 4.1.1 lub 4.2.2 niniejszej Części Drugiej (zależnie od przypadku).



## Styl Dowolny

5.4 Gdy część głowy Zawodnika przekroczy oznaczenie 5 metrów bezpośrednio przed sięgnięciem do ściany końcowej, Zawodnik może być całkowicie zanurzony.



## Styl Grzbietowy

6.5 Sięgając do ściany końcowej, Zawodnik może być całkowicie zanurzony, gdy jego/jej głowa przekroczy oznaczenie 5 metrów. Kończąc wyścig, Zawodnik musi dotknąć ściany, znajdując się w pozycji na plecach.

# Styl Klasyczny (1)

---

7.2 Od rozpoczęcia pierwszego ruchu ramion po starcie i po każdym nawrocie, ciało Zawodnika musi być na piersiach.

7.3 Obrót ciała na plecy nie jest dozwolony w żadnym momencie, z wyjątkiem nawrotu po dotknięciu ściany, kiedy dozwolony jest obrót w dowolny sposób, **jeżeli ciało jest na piersiach od rozpoczęcia pierwszego ruchu ramion po opuszczeniu ściany**. Od rozpoczęcia wyścigu i w jego trakcie, cykl ruchowy musi się składać z jednego ruchu ramionami i jednego kopnięcia nogami w tej kolejności. Wszystkie ruchy ramion muszą odbywać się równocześnie, bez ruchu naprzemiennego.

## Styl Klasyczny (2)



### Komentarz:

Wprowadzono drobne zmiany w przepisach dotyczących stylu klasycznego, dotyczące pozycji ciała po nawrocie. Sformułowania w dwóch zdaniach, zaznaczonych poniżej na zielono, były ze sobą sprzeczne, a ta aktualizacja zapewnia większą spójność językową.

### Poprzednie sformułowanie

**Od rozpoczęcia pierwszego ruchu ramion po starcie i po każdym nawrocie, ciało musi znajdować się w pozycji na piersiach.** Obrót ciała na plecy, w żadnym momencie nie jest dozwolony, za wyjątkiem nawrotu po dotknięciu ściany, kiedy dozwolony jest obrót w dowolny sposób, **jeżeli ciało jest na piersiach przy opuszczaniu ściany.**

Podobnie jak po starcie, pływak musi płynąć na piersiach od początku pierwszego ruchu ramion po każdym nawrocie.

# Styl Motylkowy (1)

---

8.1 Od początku pierwszego ruchu ramion po starcie i po każdym nawrocie, ciało Zawodnika musi być na piersiach.

8.2 Obrót na plecy nie jest dozwolony w żadnym momencie wyścigu, z wyjątkiem nawrotu po dotknięciu ściany, kiedy dozwolony jest obrót w dowolny sposób, **jeżeli ciało jest na piersiach od rozpoczęcia pierwszego ruchu ramion po opuszczeniu ściany.**

## Styl Motylkowy (2)

---

8.6 Co najmniej jedna część ciała Zawodnika musi łamać powierzchnię wody przez cały czas trwania wyścigu, z tym, że dozwolone jest całkowite zanurzenie się Zawodnika w czasie nawrotu i na dystansie nie dłuższym niż 15 metrów po starcie i po każdym nawrocie. Po starcie i po nawrotach, Zawodnik może wykonać pod wodą jeden lub więcej ruchów nóg i jeden ruch ramion w celu wypłynięcia na powierzchnię. Głowa Zawodnika musi złamać powierzchnię wody najpóźniej na oznaczeniu 15 metrów. **Zawodnik może być całkowicie zanurzony, gdy jego/jej głowa przekroczy oznaczenie 5 metrów przed sięgnięciem do ściany końcowej.**

## Styl Motylkowy (3)



### Komentarz:

Poza dodatkowym sformułowaniem wyróżnionym na czerwono na poprzednim slajdzie, nie ma żadnych zmian w sposobie sędziowania tego stylu.

# Wyścig



## 10.4 We wszystkich wyścigach sztafetowych

### Komentarz:

Wszystkie przepisy dotyczące konkurencji sztafetowych zostały zebrane w tej sekcji.

# Pomiar Czasu



## 11 Pomiar czasu

### Komentarz:

Wszystkie Regulaminy Zawodów w zakresie pomiaru czasu zostały zamieszczone w dwóch sekcjach:

- Jeśli używana jest Automatyczna Aparatura do Sędziowania (lub, w stosownych przypadkach, Półautomatyczna Aparatura do Sędziowania)
- Jeśli nie jest używana Automatyczna Aparatura do Sędziowania ani Półautomatyczna Aparatura do Sędziowania

# Rekordy Świata (1)

---

## 12 Rekordy Świata

**12.3.4 Zawodnik startujący w wyścigu sztafetowym nie jest uprawniony do ustanowienia indywidualnego Rekordu Świata ani Rekordu Świata Juniorów, z wyjątkiem Zawodnika płynącego pierwszą ćwierć całkowitego dystansu wyścigu sztafetowego.** Jeżeli sam Zawodnik nie został zdyskwalifikowany, lecz jego zespół sztafetowy został zdyskwalifikowany z jakiegokolwiek przyczyny, która wystąpiła albo została stwierdzona po ukończeniu przez tego Zawodnika jego występu, wynik tego Zawodnika może zostać uznany za Rekord Świata albo Rekord Świata Juniorów.

# Rekordy Świata (2)



## 12 Rekordy Świata

### Komentarz:

Pierwszy zawodnik w sztafecie mieszanej może teraz ustanowić nowy Rekord Świata i/lub Rekord Świata Juniorów.

W niniejszych Regulaminach Zawodów wprowadzono drobne zmiany proceduralne.

Na stronie internetowej World Aquatics dostępny jest nowy formularz zgłoszeniowy Rekordu Świata oraz nowe dokumenty certyfikacyjne dotyczące basenu.

# Plastry



14.4 Zawodnikowi będzie wolno użyć plastrów na jednym (1) lub dwóch (2) palcach u ręki lub stopy (włącznie z łączeniem dwóch palców), jeżeli użycie plastrów jest wymagane w celu leczenia lub ochrony przed urazem palca u ręki lub stopy.

## Komentarz:

**Stosowanie plastrów nie jest już zabronione**, z wyjątkiem przypadków opisanych w punkcie 14.4 powyżej.

Dozwolone jest również stosowanie plastrów na nos.

Odniesienie do substancji klejących dotyczy kleju, a nie plastrów.



# Bezpieczeństwo

## Komentarz:

Wszyscy wyznaczeni sędziowie powinni zachować czujność podczas zawodów, aby zapewnić bezpieczeństwo i dobrostan zawodników.

Sędzia Główny, w porozumieniu z Lokalnym Komitetem Organizacyjnym lub Kierownictwem Zawodów, powinien upewnić się, że ratownicy są obecni i znają zakresie swoich obowiązków podczas zawodów.



---

# Kody dyskwalifikacyjne

*wersja z 1 kwietnia 2026*



## Kody dyskwalifikacyjne

- Zachowana numeracja i istota poszczególnych kodów
- Zaktualizowany opis zgodnie z nowym brzmieniem przepisów
- Zaktualizowane odsyłacze do przepisów zgodnie z nową numeracją



---

# Regulaminy i uchwały PZP

*zmienione Uchwałą Zarządu nr 08/03/E/2026*

# ZASADY GENERALNE



## 12. Regulamin zatwierdzenia Rekordu Polski.

### 12.9. Nie będą uznawane rekordy Polski uzyskane:

- w indywidualnych próbach,
- ~~wynik pierwszej zmiany sztafetowej mix/mieszanej,~~
- wynik uzyskany w konkurencji sztafetowej przez zawodnika II, III, IV zmiany sztafetowej (tzw. czas lotny).

# WYTYCZNE I WYMOGI DOTYCZĄCE ORGANIZACJI CENTRALNYCH IMPREZ PŁYWACKICH

---

**1.13.** Tablice z numerami od 1 do 59 (tylko nieparzyste) po 1 na każdy tor do konkurencji 400, 800, i 1500 m stylem dowolnym.

# WYTYCZNE POLSKIEGO ZWIĄZKU PŁYWACKIEGO DO ORGANIZACJI OKRĘGOWYCH ZAWODÓW PŁYWACKICH

## 11. Przepisy techniczne.

**11.2** W wyścigach indywidualnych na 400 metrów stylem dowolnym, Zawodnicy **mogą** być informowani odnośnie liczby odcinków pozostałych do zakończenia poprzez pokazywanie tablic z ich nieparzystą liczbą na nawrotowym końcu pływalni, **jeżeli są dostępne tablice z numerami oraz wystarczająca liczba inspektorów nawrotów.**

# WYTYCZNE POLSKIEGO ZWIĄZKU PŁYWACKIEGO DO ORGANIZACJI OKRĘGOWYCH ZAWODÓW PŁYWACKICH

## 1. Wymogi dotyczące przygotowania obiektu:

**1.10.** Tablice z numerami od 1 do 59 (tylko nieparzyste) po 1 na każdy tor do konkurencji 800-1500 m stylem dowolnym (**opcjonalnie do konkurencji 400 m stylem dowolnym**) – w przypadku rozgrywania takich konkurencji.

# UCHWAŁA



w sprawie **strojów** ubiorów pływackich i urządzeń ubieralnych **i plastrów** używanych podczas zawodów pływackich na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej

- ubiór pływacki = strój pływacki + okulary pływackie + czepek
- wykreślenie ograniczeń dotyczących użycia plastrów



# Pytania?

Ewentualne pytania można przesyłać na adres:  
[j.krzywda@polswim.pl](mailto:j.krzywda@polswim.pl)

