

Ausschreibung

für die Norddeutschen Meisterschaften und Norddeutschen Jahrgangsmeisterschaften im Schwimmen der Jahrgänge 1991 – 1997 weiblich und 1991 – 1996 männlich und des Jugend-Mehrkampfes der Jahrgänge 1998 – 1999 weiblich und 1997 – 1998 männlich vom 14. bis 16. Mai 2010 in Hannover

Veranstalter: Norddeutscher Schwimmverband
 Ausrichter: SGS Hannover e. V.
 Zeitraum: 14. bis 16. Mai 2010
 Wettkampfstätte: Stadionbad Hannover,
 Arthur-Menge-Ufer 5 A in 30169 Hannover,
 Tel.: 0511 / 168 45411
 Zeitmessung: elektronische Zeitmessung

01. Veranstaltungsabschnitt

Freitag, den 14. Mai 2010, um 14:30 Uhr

(Einlass um 13:00 Uhr, Kampfrichtersitzung um 14:00 Uhr)

601	50 m Kraulbeinbewegung	weibl. Mehrkampf
602	50 m Kraulbeinbewegung	männl. Mehrkampf
603	7,5 m Gleittest	weibl. Mehrkampf
604	7,5 m Gleittest	männl. Mehrkampf
605	15 m Delphinbeinbewegung	weibl. Mehrkampf
606	15 m Delphinbeinbewegung	männl. Mehrkampf
607	Dreierhop	weibl. Mehrkampf
608	Dreierhop	männl. Mehrkampf
01	400 m Freistilschwimmen	weibl. Entscheidung
02	400 m Freistilschwimmen	männl. Entscheidung
03	50 m Brustschwimmen	weibl. Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
04	50 m Brustschwimmen	männl. Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
05	200 m Schmetterlingsschwimmen	weibl. Entscheidung
06	200 m Schmetterlingsschwimmen	männl. Entscheidung
07	200 m Rückenschwimmen	weibl. Entscheidung
08	200 m Rückenschwimmen	männl. Entscheidung
09	4 x 100 m Lagenschwimmen	weibl. Entscheidung
10	4 x 100 m Lagenschwimmen	männl. Entscheidung

02. Veranstaltungsabschnitt**Sonnabend, den 15. Mai 2010, um 09:00 Uhr****(Einlass um 07:30 Uhr, Kampfrichtersitzung um 08:30 Uhr)**

11	50 m Schmetterlingsschwimmen	weibl.	Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
12	50 m Schmetterlingsschwimmen	männl.	Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
13	200 m Brustschwimmen	weibl.	Entscheidung
14	200 m Brustschwimmen	männl.	Entscheidung
15	100 m Freistilschwimmen	weibl.	Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
16	100 m Freistilschwimmen	männl.	Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
609	100 m Rückenschwimmen	weibl.	Mehrkampf
610	100 m Schmetterlingsschwimmen	weibl.	Mehrkampf
611	100 m Brustschwimmen	männl.	Mehrkampf
612	100 m Freistilschwimmen	männl.	Mehrkampf
17	50 m Rückenschwimmen	weibl.	Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
18	50 m Rückenschwimmen	männl.	Vorläufe OK/Entscheidung Jg.

03. Veranstaltungsabschnitt**Sonnabend, den 15. Mai 2010, 90 min. nach Ende des****2. Abschnitts****(Einschwimmen nach Beendigung des 2. Abschnittes, Kampfrichtersitzung ca. 60 min nach Ende des 2. Abschnitts)**

	50 m Brustschwimmen	weibl.	Finale OK
	50 m Brustschwimmen	männl.	Finale OK
	50 m Schmetterling	weibl.	Finale OK
	50 m Schmetterling	männl.	Finale OK
	100 m Freistilschwimmen	weibl.	Finale OK
	100 m Freistilschwimmen	männl.	Finale OK
	50 m Rückenschwimmen	weibl.	Finale OK
	50 m Rückenschwimmen	männl.	Finale OK
613	400 m Freistilschwimmen	weibl.	Mehrkampf
614	400 m Freistilschwimmen	männl.	Mehrkampf
19	200 m Lagenschwimmen	weibl.	Entscheidung
20	200 m Lagenschwimmen	männl.	Entscheidung
21	4 x 200 m Freistilstaffel	weibl.	Entscheidung
22	4 x 200 m Freistilstaffel	männl.	Entscheidung

04. Veranstaltungsabschnitt**Sonntag, den 16. Mai 2010, um 08:30 Uhr****(Einlass um 07:00 Uhr, Kampfrichtersitzung um 08:00 Uhr)**

23	200 m Freistilschwimmen	weibl. Entscheidung
24	200 m Freistilschwimmen	männl. Entscheidung
25	100 m Brustschwimmen	weibl. Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
26	100 m Brustschwimmen	männl. Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
27	50 m Freistilschwimmen	weibl. Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
28	50 m Freistilschwimmen	männl. Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
615	100 m Brustschwimmen	weibl. Mehrkampf
616	100 m Freistilschwimmen	weibl. Mehrkampf
617	100 m Rückenschwimmen	männl. Mehrkampf
618	100 m Schmetterlingsschwimmen	männl. Mehrkampf
29	100 m Rückenschwimmen	weibl. Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
30	100 m Rückenschwimmen	männl. Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
31	100 m Schmetterlingsschwimmen	weibl. Vorläufe OK/Entscheidung Jg.
32	100 m Schmetterlingsschwimmen	männl. Vorläufe OK/Entscheidung Jg.

05. Veranstaltungsabschnitt**Sonntag, den 16. Mai 2010, 90 min. nach Ende des****4. Abschnitts****(Einschwimmen nach Beendigung des 4. Abschnittes; Kampfrichtersitzung ca. 60 min nach Ende des 4. Abschnitts)**

	100 m Brustschwimmen	weibl. Finale OK
	100 m Brustschwimmen	männl. Finale OK
	50 m Freistilschwimmen	weibl. Finale OK
	50 m Freistilschwimmen	männl. Finale OK
619	200 m Lagenschwimmen	weibl. Mehrkampf
620	200 m Lagenschwimmen	männl. Mehrkampf
	100 m Rückenschwimmen	weibl. Finale OK
	100 m Rückenschwimmen	männl. Finale OK
	100 m Schmetterlingsschwimmen	weibl. Finale OK
	100 m Schmetterlingsschwimmen	männl. Finale OK
33	4 x 100 m Freistilstaffel	weibl. Entscheidung
34	4 x 100 m Freistilstaffel	männl. Entscheidung

Der Veranstalter behält sich vor, die Anfangszeiten bei entsprechendem Meldeaufkommen zu verändern; die Mitteilung der Uhrzeiten erfolgt über das Meldeergebnis.

Allgemeine Bestimmungen

Für die Wettkämpfe gelten die zum Zeitpunkt der Veranstaltungen gültigen Wettkampfbestimmungen (WB), die Rechtsordnung (RO) und die Anti-Dopingordnung (ADO) des DSV. Teilnahmeberechtigt sind die Mitglieder von Vereinen, die einem den Norddeutschen Schwimmverband angeschlossenen Landesverband angehören.

01. Wettkampfanlagen

- Stadionbad Hannover, Arthur-Menge-Ufer 5 A, 30169 Hannover, ist 50 m lang und hat acht durch wellenbrechende Leinen abgegrenzte Startbahnen. Die Wassertiefe beträgt 1,80 - 4,80 Meter und hat eine Wassertemperatur von ca. 26°C. Das Wettkampfbecken steht bis 15 Minuten vor Abschnittsbeginn zum Einschwimmen zur Verfügung.

02. Zeitmessung

Es erfolgt eine automatische Zeitmessung. Alle Wettkämpfe werden nach der **Einstartregel** ausgetragen!

03. Kampfgericht

Das Kampfgericht wird zentral durch den Landesschwimmverband Niedersachsen gestellt.

Bei den Wettkämpfen 603 bis 606 und 613 und 614 erfolgt Handzeitnahme.

04. Teilnahmeberechtigung

Teilnahmeberechtigt sind nur die Schwimmer, die beim Deutschen Schwimmverband registriert sind und die jährliche Lizenzgebühr bezahlt haben. Dies ist mit der Meldung gemäß § 11 Abs.2 WB zu versichern.

Mit der Meldung haben die Vereine eine Versicherung abzugeben, dass die von Ihnen gemeldeten Schwimmer ihre Sportgesundheit durch ein ärztliches Zeugnis nachweisen können. Das ärztliche Attest darf nicht älter als ein Jahr sein. Meldungen ohne diese Versicherung werden zurückgewiesen.

Bei Verstößen hinsichtlich Nr. 04. werden Ordnungsmaßnahmen bzw. Disziplinarmaßnahmen verhängt.

05. Meldungen/Meldeschluss

Die Meldungen müssen in Maschinen- oder Druckschrift auf Meldelisten (DSV-Form 102) erfolgen. Der Meldebogen (DSV-Form 101) ist Bestandteil der Meldung. In der Meldung sind die Vereins- und Schwimmer-ID's sowie der zugehörige Landesschwimmverband mit (LSV Kennziffer) anzugeben.

Die Meldungen sind vorzugsweise in elektronischer Form gemäß DSV-Standard 5 abzugeben.

E-Mail-Meldungen sind nur gültig mit der per E-Mail an den Absender zurückgeschickten Empfangsbestätigung.

Es ist je Verein / Startgemeinschaft nur eine Kontaktadresse zulässig. Überzählige Kontaktadressen werden ignoriert. Die Vereine / Startgemeinschaften haben die Gültigkeit ihrer Kontaktdaten (Anschrift, Fax, E-Mail-Adressen) sicherzustellen. Die Anzahl der Trainer / Betreuer ist auf dem Begleitformular anzugeben. Für die ersten fünf Aktiven eines Vereins / Startgemeinschaft werden zwei Trainer- /Betreuerkarten ausgegeben. Für jede angefangenen weiteren fünf Aktiven eine weitere Trainer- /Betreuerkarte usw.

Schwimmer, die nur in Staffeln eingesetzt werden, sind auf dem Meldebogen namentlich mit der jeweiligen Schwimmer-ID und dem Jahrgang aufzuführen.

Meldungen ohne ID Nummern werden zurückgewiesen. Bei E-Mail - Versand sind der Meldebogen und die Meldeliste als getrennte Dateien beizufügen.

Es wird rechtzeitig auf der Homepage www.sgs-hannover.de die Wettkampffolge als DSV-Datei zum Download bereitgestellt.

Meldeanschrift:

SGS Hannover
Hermann Rottmann
Hagenbleckstr. 6
30455 Hannover
Tel.: 0511 / 496265
Fax: 0511 / 496266
E-Mail: sgs.hannover@htp-tel.de

Die meldenden Vereine / Startgemeinschaften erhalten nach Eingang der Meldung per E-Mail oder Faxnummer fortlaufend eine Melde- oder Eingangsbestätigung, spätestens jedoch bis 24 Stunden nach Meldeschluss, an den angegebenen Absender.

Bei Meldung per Post erfolgt eine Eingangsbestätigung nur an eine auf der Meldung angegebene Fax.-Nr. oder vorzugsweise an eine E-Mailadresse.

Es ist von den meldenden Vereinen/Startgemeinschaften nur eine Meldevariante zu wählen. Entweder vorzugsweise per E-Mail, Fax oder Post.

Darüber hinaus erhalten die meldenden Vereine / Startgemeinschaften innerhalb von 24 Stunden nach Meldeschluss eine Meldebestätigung mit Angabe der Anzahl der gemeldeten Sportler und Starts an die angegebene E-Mail-Adresse versandt.

Vereine ohne E-Mail Adresse können sich auf der Veranstaltungshomepage über die aufgenommenen Meldungen informieren.

Beanstandungen zu den aufgenommenen Meldungen müssen bis spätestens **48 Stunden nach Meldeschluss** erfolgen.

Mehrkampf

Die teilnehmenden Schwimmer am Mehrkampf müssen Meldungen zu folgenden Wettkämpfen abgeben:

- 50 m Kraulbeinbewegung
- 400 m Freistilschwimmen
- 200 m Lagenschwimmen
- 100 m Brust- oder Freistilschwimmen (nach Wahl)
- 100 m Rücken- oder Schmetterlingsschwimmen (nach Wahl)

Weitere Bestimmungen siehe Durchführungsbestimmungen zum Jugendmehrkampf.

Meldeschluss: Montag, 3. Mai 2010, 20.00 Uhr

Nach Meldeschluss und erfolgter Übertragung in die Wettkampf-EDV erhalten die Vereine eine Meldebestätigung!

Bei vorliegender E-Mail-Adresse erfolgt die Meldebestätigung per E-Mail.

Zu Wettkampfbeginn erhält jeder Verein am Informationsstand gegen Vorlage seiner Meldebestätigung und dem Nachweis der Einzahlung des Meldegeldes das Meldeergebnis.

Meldegeld

Das Meldegeld beträgt 7,00 € je Einzel- und 12,00 € je Staffel- sowie 35,00 € je Mehrkampfmeldung und ist bei der Abgabe der Meldungen zusammen mit der Meldung in Form eines Verrechnungsschecks einzureichen oder gleichzeitig per Überweisung auf das Konto

SGS Hannover-Geschäftsstelle,
Konto-Nr. 160 52 722,
Sparkasse Hannover (BLZ 250 501 80).
mit dem Betreff „NDM 2010, Verein
zu zahlen.

Fehlender Geldeingang führt zum Verlust der Startberechtigung.

Die Wettkämpfe werden entsprechend der angegebenen Meldezeiten gesetzt (Wettkämpfe mit Vorläufen in der offenen Klasse gemäß § 122 WB, ungeachtet der Entscheidung in den Jahrgängen; Wettkämpfe nur mit Entscheidungen nach §123 WB)

Die acht Zeitschnellsten der Vorlaufwettkämpfe qualifizieren sich für die Finalläufe (offene Klasse). Für den Fall eines rechtzeitigen Abmeldens gemäß § 131 Abs. 15 WB für das Finale werden drei Ersatzschwimmer nominiert, die entsprechend der Anzahl der abgemeldeten Schwimmer nachrücken. Der Verzicht auf einen Nachrückplatz ist ebenfalls abmeldepflichtig. Die Abmeldefrist beträgt 20 Minuten.

Die Jahrgangsmeister werden in den Vorläufen ermittelt.

06. Erhöhtes, nachträgliches Meldegeld

Werden die geforderten Pflichtzeiten (Punktzahlen im Jugend-Mehrkampf) nicht erreicht, tritt der Schwimmer nicht an, wird der Wettkampf nicht beendet oder wird der Schwimmer disqualifiziert, so ist ein ENM von 30,00 € zu zahlen. Das ENM entfällt, wenn die Pflichtzeiten/Punktzahlen auf einer 50 m Bahn (beim Jugendmehrkampf ist der Nachweis auch auf einer 25 m Bahn möglich) anhand von amtlichen bzw. anzeigepflichtigen Wettkämpfen in dem Zeitraum vom 01.08.2009 bis 02.05.2010 nachgewiesen werden können.

Bei dem Jugendmehrkampf können auch Einzelstrecken nachgewiesen werden. Schwimmer, die im Finale der offenen Klasse starten, werden nicht zur ENM-Zahlung veranlagt.

Der Nachweis bzw. die Kontrolle der Pflichtzeiten erfolgt grundsätzlich nur elektronisch über die Bestenliste des DSV, veröffentlicht unter www.schwimmen.dsv.de. Die Vereine sind verantwortlich für das Vorliegen der Protokolle beim Sachbearbeiter Bestenliste des DSV bis zum Meldeschluss. Ein Nachweis anhand von Papierprotokollen (Ausnahme Jugendmehrkampf) ist nicht möglich.

Es wird kein ENM erhoben, wenn Schwimmer/Innen bis 30 Minuten vor dem 1. Veranstaltungsabschnitt schriftlich von einem Berechtigten/Verantwortlichen für die gesamte Veranstaltung abgemeldet werden.

Schwimmer, die von ihrem Recht zur Abmeldung bei einem Finale gemäß § 131 Abs. 15 der WB keinen Gebrauch gemacht haben und dennoch nicht antreten, müssen ein ENM von 50,00 € zahlen. Das ENM ist auch zu zahlen, wenn die Pflichtzeit bereits

erreicht wurde und entsprechend Punkt 12 und 13 dieser Ausschreibung nachgewiesen werden könnte.

Die Erhebung des nachträglich erhöhten Meldegeldes (ENM) und der Ordnungsgebühren erfolgt grundsätzlich durch den Schwimmwart des Norddeutschen Schwimmverbandes.

Das ENM ist nach Bekanntgabe in den Amtlichen Mitteilungen des DSV auf das Konto des Norddeutschen Schwimmverbandes zu überweisen.

07. Wertung/Auszeichnungen:

Die Wertung der Wettkämpfe erfolgt gem. untenstehender Auflistung der Pflichtzeiten:

- | | |
|--|---|
| a) offene Klasse: | Platz 1 – 3 Medaillen Norddeutsche Meisterschaften
Plätze 1 – 8 Urkunden |
| b) Jahrgangsmesterschaften: | Platz 1 – 3 Medaillen
Plätze 1 – 8 Urkunden. |
| c) Mehrkampf-Gesamtergebnis:
(jahrgangsweise) | Platz 1 – 3 Medaillen
Plätze 1 – 10 Urkunden. |

Die Siegerehrungen sind Bestandteil des Wettkampfes und werden während der Veranstaltung durchgeführt. Nicht abgeholte Medaillen werden nicht nachgesandt.

08. Protokoll

Das Protokoll wird unter **www.sgs-hannover.de** veröffentlicht. Vereine oder Funktionsträger, die dennoch ein Protokoll in Papierform haben möchten, müssen dies mit der Meldung bzw. zum Meldeschluss beim Ausrichter anmelden.

Beim Nachsenden des Protokolls bzw. der Urkunden ist ein mit Anschrift versehener Umschlag und 5,00 Euro im Protokollraum zu hinterlegen. Medaillen werden nicht nachgesandt.

09. Haftungsausschluss:

Der Norddeutsche Schwimmverband, der Ausrichter und die Stadt Hannover haften nicht für abhanden gekommene oder beschädigte Gegenstände.

10. Informationen

(Ausschreibung, Meldeergebnis, Protokoll, Hotels, Mittagessen, Eintrittskarten und Veranstaltungs-Shirts) und aktuelle Hinweise zur Veranstaltung sind über die Internetadresse

www.sgs-hannover.de

zu beziehen.

11. Quartiere:

Quartiernachweise können im Verkehrsbüro des Amtes für Fremdenverkehr und Kongresswesen, Ernst-August-Platz 2, 30159 Hannover, Tel. 0511 / 3014-21, -22, -25, Fax 0511 / 3014-14, angefordert werden. Preiswerte Unterkünfte können auch über die Internetseite www.hrs.de (Hotelreservierungsservice) gebucht werden.

12. Pflichtzeiten weiblich

Strecken	1997	1996	1995	1994	1993	1992	1991	Offen
50 m F	00:30,50	00:29,80	00:29,50	00:29,20	00:29,00	00:28,80	00:28,60	00:28,00
100 m F	01:05,50	01:04,10	01:03,90	01:03,80	01:03,70	01:03,50	01:03,00	01:02,00
200 m F	02:23,00	02:20,00	02:18,00	02:17,00	02:16,00	02:15,50	02:15,00	02:12,00
400 m F	05:00,00	04:52,00	04:47,00	04:45,00	04:42,00	04:40,00	04:40,00	04:35,00
50 m B	00:39,80	00:39,00	00:38,50	00:37,50	00:37,50	00:37,50	00:37,00	00:35,50
100 m B	01:25,50	01:23,20	01:22,80	01:22,00	01:21,50	01:21,00	01:20,00	01:19,50
200 m B	03:03,00	03:00,00	02:59,00	02:58,00	02:57,00	02:56,00	02:54,00	02:50,00
50 m R	00:36,00	00:35,20	00:35,00	00:34,80	00:34,30	00:33,40	00:33,00	00:32,60
100 m R	01:16,50	01:15,60	01:15,00	01:14,50	01:13,50	01:12,50	01:11,50	01:10,00
200 m R	02:40,00	02:37,00	02:36,00	02:35,00	02:34,00	02:33,00	02:32,00	02:30,00
50 m S	00:33,00	00:32,30	00:32,00	00:31,80	00:31,50	00:31,40	00:31,30	00:30,00
100 m S	01:15,50	01:13,00	01:12,50	01:12,10	01:11,90	01:11,50	01:11,00	01:08,50
200 m S	02:50,00	02:44,00	02:40,00	02:37,00	02:36,50	02:36,50	02:36,00	02:34,50
200 m L	02:41,00	02:36,00	02:35,50	02:34,00	02:33,00	02:32,00	02:30,50	02:29,50

13. Pflichtzeiten männlich

Strecken	1996	1995	1994	1993	1992	1991	Offen
50 m F	00:28,00	00:27,20	00:26,50	00:26,40	00:26,10	00:25,90	00:25,00
100 m F	01:01,00	00:59,00	00:58,00	00:57,00	00:56,50	00:56,00	00:54,00
200 m F	02:14,00	02:10,00	02:06,00	02:05,00	02:04,00	02:03,00	02:00,00
400 m F	04:45,00	04:35,00	04:32,00	04:28,00	04:22,00	04:22,00	04:16,00
50 m B	00:36,50	00:35,10	00:34,70	00:34,30	00:34,00	00:33,50	00:31,50
100 m B	01:20,00	01:18,00	01:16,00	01:15,00	01:13,50	01:12,50	01:10,00
200 m B	02:54,00	02:52,00	02:48,00	02:42,50	02:40,00	02:38,00	02:33,00
50 m R	00:33,60	00:32,50	00:31,70	00:31,10	00:30,90	00:30,60	00:29,00
100 m R	01:11,00	01:09,00	01:07,30	01:06,50	01:05,50	01:04,80	01:03,00
200 m R	02:33,00	02:28,00	02:24,00	02:23,00	02:22,00	02:20,50	02:19,00
50 m S	00:30,90	00:29,30	00:28,50	00:28,20	00:28,10	00:27,90	00:27,00
100 m S	01:11,00	01:06,50	01:04,80	01:04,00	01:03,00	01:02,00	01:00,00
200 m S	02:40,00	02:35,00	02:30,00	02:26,00	02:24,00	02:21,00	02:17,00
200 m L	02:32,00	02:29,00	02:25,00	02:23,00	02:22,00	02:21,50	02:19,00

Jugend-Mehrkampf der Geburtsjahrgänge 1998 und 1999 (weiblich) und 1997 und 1998 (männlich) im Rahmen der Norddeutschen Meisterschaften und Norddeutschen Jahrgangsmeisterschaften im Schwimmen 2010

- 01. Wettkampffolge:** 50 m Kraulbeinbewegung
 15 m Delphinbewegung
 7,5 m Gleittest
 Sprungtest
 400 m Freistil
 200 m Lagenschwimmen
 100 m Brust- oder Freistilschwimmen (nach Wahl)
 100 m Rücken- oder Schmetterlingsschwimmen (nach Wahl)

Die Übungen 1 bis 4 werden am ersten Wettkampftag der Norddeutschen Meisterschaften und Jahrgangsmeisterschaften 2010 im Stadionbad und in der Sporthalle des SLZ ausgetragen.

Die Mannschaftsbetreuer finden sich am Freitag, 14.05.2010 um 14.00 Uhr im Protokollraum des Stadionbades zu einer Vorbesprechung ein. Änderungen des Austragungsortes und der Wettkampfzeiten werden mit der Meldebestätigung bekannt geben.

02. Wertung Mehrkampf:

Die Bewertung der Übungen 1 – 4 erfolgt durch ein Kampfgericht des LSV Niedersachsen, das sich unter der Leitung eines Schiedsrichters, zusammensetzt. Die zum Jugendmehrkampf gemeldeten Schwimmer müssen an allen acht Mehrkampfdisziplinen teilnehmen. Die Wertungen der Übungen 1 bis 4 erfolgen anhand der Punktetabelle des DSV zum Jugendmehrkampf im Rahmen der Deutschen Meisterschaften 2007 in Berlin. Die schwimmsportlichen Wettkämpfe werden direkt als Entscheidungen ausgetragen. Die erzielten Zeiten werden nach der aktuellen schwimmsportlichen Leistungstabelle in Punkten ausgedrückt. Die 400 m Freistil werden mit zwei Athleten auf einer Bahn geschwommen. Es erfolgt Handzeitnahme. Der Start erfolgt vom Startblock.

Der langsamere Lauf startet zeitversetzt nach dem schnelleren Lauf. Die teilnehmenden Vereine haben für diese beiden Wettkämpfe je einen Zeitnehmer zu stellen.

Das Gesamtergebnis des Mehrkampfes wird durch die Summe der Punkte ausgedrückt, die in den acht Wettkämpfen erreicht werden. In den acht Disziplinen müssen insgesamt folgende Punktzahlen erreicht werden:

Jahrgang	1998	Frauen	2.150 Pkt.
Jahrgang	1999	Frauen	1.750 Pkt.
Jahrgang	1997	Männer	1.950 Pkt.
Jahrgang	1998	Männer	1.550 Pkt.

Erfolgt der Start bei den Übungen 15 m Delphinbewegung und/oder 7,5 m Gleittest mit einem Startpfeiff (siehe Beschreibung der Übungen unter Nr. 4), reduziert sich die zu erreichende Pflichtpunktzahl um 25 Punkte je Übung.

03. Durchführung des Jugend-Mehrkampfes

Nach Eingang der Meldungen werden die Schwimmer in Gruppen zu ca. 10 Schwimmern eingeteilt. Jeder Gruppe wird ein Gruppenleiter zugeteilt, der dafür zuständig ist, dass an den betreffenden Stationen eine vorbereitete Mappe mit den Wettkampflisten dem verantwortlichen Kampfrichter übergeben wird.

04. Beschreibung der Übungen:

Übung: 50 m Kraulbeinbewegung

Ziel der Übung ist es, 50 m so schnell wie möglich mit Kraulbeinbewegungen in der Brustlage zurückzulegen.

Der Wettkampf wird aus dem Wasser gestartet. Mit einer Hand hält sich der Schwimmer am Beckenrand fest (Blick in Schwimmrichtung) mit der anderen wird das Schwimmbrett gehalten. Die Füße befinden sich an der Startwand unter der Wasseroberfläche. Nach dem Startkommando „Auf die Plätze“ erfolgt das Startsignal (Hupe). Mit dem Startsignal stoßen sich die Schwimmer von der Wand ab, wobei sie die Hand, die sich am Beckenrand befunden hat, sofort nach vorn auf das Schwimmbrett nehmen.

Das Schwimmbrett ist während der gesamten Wettkampfstrecke einschließlich Zielanschlag mit beiden Händen am vorderen Rand festzuhalten. Der Wettkampf beginnt mit dem Ertönen des Startsignals und ist beendet, wenn das mit beiden Händen am vorderen Rand gehaltene Schwimmbrett die Zielwand berührt.

Es werden nur die vom Ausrichter bereitgestellten Schwimmbretter verwendet. Der Wechselbeinschlag wird in Brustlage ausgeführt. Delphinkicks und Brustbeinschläge sind auf der gesamten Strecke nicht gestattet. Es erfolgt Handzeitmessung.

Übung: 15 m Delphinbeinbewegung

Hauptanliegen ist die Kennzeichnung des individuellen Leistungsstandes in der Delphinbewegung. Dazu ist eine 15 m Strecke in schnellstmöglicher Zeit in Delphinbeinarbeit in Bauchlage oder Rücklage zu durchschwimmen. Die jeweilige Lage wird am Wettkampftag in der Vorbesprechung ausgelost. Die 15 m Zeit wird als Differenz zwischen Start - beginnend mit dem Zeitpunkt des Lösens der Füße von der Beckenwand - und dem Kopfdurchgang bei 15 m ermittelt. Der Wettkampf wird aus dem Wasser gestartet.

Abweichend kann der Schiedsrichter entscheiden, dass der Start nach Pfiff erfolgt (wird in der Vorbesprechung bekannt gegeben).

Übung: Gleittest über 7,5 m nach Zeit

Ermittelt wird die Zeit zwischen Abstoß von der Beckenwand und Erreichen der 7,5 m-Marke (Kopfdurchgang). Beeinflusst wird die Zeit von einem kraftvollen Abstoß und vom strömungsgünstigen Gleiten.

Der Start erfolgt durch Abstoßen vom Beckenrand in Bauchlage. Der Kopf wird bis zum Erreichen der 7,5 m – Linie zwischen den Armen gehalten. Nach Verlassen der Beckenwand dürfen keine dem Vortrieb dienenden Bewegungen ausgeführt werden.

Abweichend kann der Schiedsrichter entscheiden, dass der Start nach Pfiff erfolgt (wird in der Vorbesprechung bekannt gegeben).

Übung: Sprungtest

Der Test wird als Dreierhop beidbeinig ausgeführt. Der Schwimmer steht mit beiden Beinen vor der Absprunglinie. Er springt mit beiden Beinen gleichzeitig und nutzt die Arme als Schwungelemente. Die Bewegungen müssen flüssig sein, d.h. zwischen den Sprüngen dürfen keine Pausen entstehen. Die Füße sollen parallel gesetzt werden. Es wird die Sprungweite in Zentimetern von der Ferse des hinteren Beines im rechten Winkel zur Absprunglinie gemessen. Der Schwimmer hat drei Versuche, von denen der Beste gewertet wird.

Dirk Weninger
Norddeutscher Schwimmverband

Hermann Rottmann
SGS Hannover e. V.