

Ausschreibung zu den Bezirksmeisterschaften der Jahrgänge 2010 und älter des Bezirks Mittlerer Neckar am 24./25. Februar 2018 im Hallenbad Mühlacker

Veranstalter: Schwimmverband Württemberg e.V. - Bezirk Mittlerer Neckar
Ausrichter: Wasserfreunde Mühlacker 1920 e.V.
Wettkampfort: Hallenbad Mühlacker, Rappstraße 38, 75417 Mühlacker

1. Abschnitt: Samstag, 24. Februar 2018

Einlass: 07.30 Uhr, Kari-Sitzung: 08.00 Uhr, Beginn: 08.30 Uhr

| | | | | 2010 | 2009 | 2008 | 2007 | 2006 |
|----|---------------------|----------|--------------|------|---------|---------|---------|---------|
| 01 | 100 m Rücken | weiblich | Entscheidung | ohne | 2:05,00 | 1:55,00 | 1:45,00 | 1:35,00 |
| 02 | 100 m Rücken | männlich | Entscheidung | ohne | 2:05,00 | 1:55,00 | 1:45,00 | 1:35,00 |
| 03 | 200 m Brust | weiblich | Entscheidung | -- | -- | 4:20,00 | 4:00,00 | 3:45,00 |
| 04 | 200 m Brust | männlich | Entscheidung | -- | -- | 4:20,00 | 4:00,00 | 3:45,00 |
| 05 | 200 m Freistil | weiblich | Entscheidung | --- | 4:15,00 | 3:40,00 | 3:20,00 | 3:00,00 |
| 06 | 200 m Freistil | männlich | Entscheidung | --- | 4:15,00 | 3:40,00 | 3:20,00 | 3:00,00 |
| 07 | 100 m Schmetterling | weiblich | Entscheidung | -- | -- | 2:15,00 | 1:55,00 | 1:45,00 |
| 08 | 100 m Schmetterling | männlich | Entscheidung | -- | -- | 2:15,00 | 1:55,00 | 1:45,00 |
| 09 | 4x50 m Freistil | mixed | Entscheidung | ohne | | ohne | | |

2. Abschnitt: Samstag, 24. Februar 2018

Beginn: 40 Minuten nach Beendigung des 1. Abschnitts

| | | | | 2010 | 2009 | 2008 | 2007 | 2006 |
|----|---------------|----------|--------------|------|---------|---------|---------|---------|
| 10 | 200 m Lagen | weiblich | Entscheidung | -- | -- | 4:10,00 | 3:45,00 | 3:15,00 |
| 11 | 200 m Lagen | männlich | Entscheidung | -- | -- | 4:10,00 | 3:45,00 | 3:15,00 |
| 12 | 50 m Brust | weiblich | Entscheidung | ohne | 1:00,00 | 0:55,00 | 0:50,00 | 0:47,00 |
| 13 | 50 m Brust | männlich | Entscheidung | ohne | 1:00,00 | 0:55,00 | 0:50,00 | 0:47,00 |
| 14 | 50 m Freistil | weiblich | Entscheidung | ohne | 0:48,00 | 0:42,00 | 0:38,00 | 0:36,00 |
| 15 | 50 m Freistil | männlich | Entscheidung | ohne | 0:48,00 | 0:42,00 | 0:38,00 | 0:36,00 |
| 16 | 4x50 m Lagen | weiblich | Entscheidung | ohne | | ohne | | |
| 17 | 4x50 m Lagen | männlich | Entscheidung | ohne | | ohne | | |

- 15 Minuten Pause -

| | | | |
|----|-------------------|----------|-----------------|
| 18 | 50 m Rückenbeine | weiblich | SMK (2006-2008) |
| 19 | 50 m Rückenbeine | männlich | SMK (2006-2008) |
| 20 | 50 m Kraulbeine | weiblich | SMK (2006-2008) |
| 21 | 50 m Kraulbeine | männlich | SMK (2006-2008) |
| 22 | 50 m Delphinbeine | weiblich | SMK (2006-2007) |
| 23 | 50 m Delphinbeine | männlich | SMK (2006-2007) |
| 24 | 50 m Brustbeine | weiblich | SMK (2006-2008) |
| 25 | 50 m Brustbeine | männlich | SMK (2006-2008) |

3. Abschnitt: Samstag, 24. Februar 2018

Einlass: ca. 14.00 Uhr, Kari-Sitzung: ca. 14.45 Uhr, Beginn: ca. 15.00 Uhr

| | | | | 2005 | 2004 | 2003 | 2002 | 2001 | 2000/1999 | 1998 u.ä. |
|-----|---------------------|-----|--------------|---------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|
| 101 | 100 m Rücken | w | Entscheidung | 1:32,00 | 1:28,00 | 1:25,00 | 1:24,00 | 1:23,00 | 1:23,00 | 1:23,00 |
| 102 | 100 m Rücken | m | Entscheidung | 1:32,00 | 1:25,00 | 1:23,00 | 1:20,00 | 1:18,00 | 1:17,00 | 1:17,00 |
| 103 | 200 m Brust | w | Entscheidung | 3:40,00 | 3:26,00 | 3:23,00 | 3:20,00 | 3:18,00 | 3:18,00 | 3:18,00 |
| 104 | 200 m Brust | m | Entscheidung | 3:40,00 | 3:25,00 | 3:20,00 | 3:15,00 | 3:10,00 | 3:00,00 | 3:00,00 |
| 105 | 200 m Freistil | w | Entscheidung | 2:45,00 | 2:42,00 | 2:39,00 | 2:37,00 | 2:37,00 | 2:37,00 | 2:37,00 |
| 106 | 200 m Freistil | m | Entscheidung | 2:45,00 | 2:42,00 | 2:39,00 | 2:30,00 | 2:20,00 | 2:20,00 | 2:20,00 |
| 107 | 100 m Schmetterling | w | Entscheidung | 1:40,00 | 1:39,00 | 1:38,00 | 1:35,00 | 1:34,00 | 1:32,00 | 1:30,00 |
| 108 | 100 m Schmetterling | m | Entscheidung | 1:40,00 | 1:30,00 | 1:25,00 | 1:20,00 | 1:18,00 | 1:15,00 | 1:15,00 |
| 109 | 4x50 m Freistil | mix | Entscheidung | ohne | | | | | | |

4. Abschnitt: Samstag, 24. Februar 2018

Beginn: 40 Minuten nach Beendigung des 1. Abschnitts

| | | | | 2005 | 2004 | 2003 | 2002 | 2001 | 2000/1999 | 1998 u.ä. |
|-----|---------------|---|--------------|---------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|
| 110 | 200 m Lagen | w | Entscheidung | 3:10,00 | 3:05,00 | 3:05,00 | 3:05,00 | 3:05,00 | 3:05,00 | 3:05,00 |
| 111 | 200 m Lagen | m | Entscheidung | 3:10,00 | 3:00,00 | 2:50,00 | 2:47,00 | 2:42,00 | 2:37,00 | 2:37,00 |
| 112 | 50 m Brust | w | Entscheidung | 0:45,00 | 0:43,00 | 0:43,00 | 0:43,00 | 0:42,00 | 0:42,00 | 0:42,00 |
| 113 | 50 m Brust | m | Entscheidung | 0:45,00 | 0:43,00 | 0:42,00 | 0:40,00 | 0:38,00 | 0:36,00 | 0:36,00 |
| 114 | 50 m Freistil | w | Entscheidung | 0:35,00 | 0:34,00 | 0:33,00 | 0:32,00 | 0:32,00 | 0:31,00 | 0:31,00 |
| 115 | 50 m Freistil | m | Entscheidung | 0:35,00 | 0:32,00 | 0:31,00 | 0:30,00 | 0:29,00 | 0:28,00 | 0:28,00 |
| 116 | 4x50 m Lagen | w | Entscheidung | ohne | | | | | | |
| 117 | 4x50 m Lagen | m | Entscheidung | ohne | | | | | | |

5. Abschnitt: Sonntag, 25. Februar 2018

Einlass: 07.30 Uhr, Kari-Sitzung: 08.00 Uhr, Beginn: 08.30

| | | | | 2010 | 2009 | 2008 | 2007 | 2006 |
|----|---------------------|----------|--------------|------|---------|---------|---------|---------|
| 26 | 100 m Freistil | weiblich | Entscheidung | ohne | 1:55,00 | 1:40,00 | 1:30,00 | 1:20,00 |
| 27 | 100 m Freistil | männlich | Entscheidung | ohne | 1:55,00 | 1:40,00 | 1:30,00 | 1:20,00 |
| 28 | 200 m Schmetterling | weiblich | Entscheidung | -- | -- | -- | 4:20,00 | 4:00,00 |
| 29 | 200 m Schmetterling | männlich | Entscheidung | -- | -- | -- | 4:20,00 | 4:00,00 |
| 30 | 200 m Rücken | weiblich | Entscheidung | -- | 4:25,00 | 4:10,00 | 3:55,00 | 3:30,00 |
| 31 | 200 m Rücken | männlich | Entscheidung | -- | 4:25,00 | 4:10,00 | 3:55,00 | 3:30,00 |
| 32 | 100 m Brust | weiblich | Entscheidung | -- | 2:20,00 | 2:05,00 | 1:55,00 | 1:45,00 |
| 33 | 100 m Brust | männlich | Entscheidung | -- | 2:20,00 | 2:05,00 | 1:55,00 | 1:45,00 |
| 34 | 4x50 m Lagen | mixed | Entscheidung | ohne | | | ohne | |

6. Abschnitt: Sonntag, 25. Februar 2018

Beginn: ca. 40 Minuten nach Beendigung des 5. Abschnitts

| | | | | 2010 | 2009 | 2008 | 2007 | 2006 |
|----|--------------------|----------|--------------|------|---------|---------|---------|---------|
| 35 | 50 m Rücken | weiblich | Entscheidung | ohne | 1:00,00 | 0:55,00 | 0:50,00 | 0:45,00 |
| 36 | 50 m Rücken | männlich | Entscheidung | ohne | 1:00,00 | 0:55,00 | 0:50,00 | 0:45,00 |
| 37 | 50 m Schmetterling | weiblich | Entscheidung | -- | 1:05,00 | 0:55,00 | 0:50,00 | 0:45,00 |
| 38 | 50 m Schmetterling | männlich | Entscheidung | -- | 1:05,00 | 0:55,00 | 0:50,00 | 0:45,00 |
| 39 | 100 m Lagen | weiblich | Entscheidung | -- | 2:05,00 | 1:50,00 | 1:37,00 | 1:30,00 |
| 40 | 100 m Lagen | männlich | Entscheidung | -- | 2:05,00 | 1:50,00 | 1:37,00 | 1:30,00 |
| 41 | 4x50 m Freistil | weiblich | Entscheidung | ohne | | | ohne | |
| 42 | 4x50 m Freistil | männlich | Entscheidung | ohne | | | Ohne | |

7. Abschnitt: Sonntag, 25. Februar 2018

Einlass: ca. 14.00 Uhr, Kari-Sitzung: ca. 14.45 Uhr, Beginn: ca. 15.00 Uhr

| | | | | 2005 | 2004 | 2003 | 2002 | 2001 | 2000/1999 | 1998 u.ä. |
|-----|--------------------|-----|--------------|---------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|
| 118 | 100 m Freistil | w | Entscheidung | 1:15,00 | 1:12,00 | 1:11,00 | 1:11,00 | 1:11,00 | 1:11,00 | 1:10,00 |
| 119 | 100 m Freistil | m | Entscheidung | 1:15,00 | 1:10,00 | 1:07,00 | 1:04,00 | 1:02,00 | 1:01,00 | 1:00,00 |
| 120 | 200m Schmetterling | w | Entscheidung | 3:45,00 | 3:40,00 | 3:35,00 | 3:30,00 | 3:25,00 | 3:20,00 | 3:20,00 |
| 121 | 200m Schmetterling | m | Entscheidung | 3:45,00 | 3:30,00 | 3:30,00 | 3:18,00 | 3:18,00 | 3:10,00 | 3:10,00 |
| 122 | 200 m Rücken | w | Entscheidung | 3:25,00 | 3:10,00 | 3:10,00 | 3:10,00 | 3:10,00 | 3:10,00 | 3:10,00 |
| 123 | 200 m Rücken | m | Entscheidung | 3:25,00 | 3:10,00 | 3:10,00 | 2:55,00 | 2:50,00 | 2:50,00 | 2:50,00 |
| 124 | 100 m Brust | w | Entscheidung | 1:40,00 | 1:35,00 | 1:34,00 | 1:32,00 | 1:32,00 | 1:32,00 | 1:32,00 |
| 125 | 100 m Brust | m | Entscheidung | 1:40,00 | 1:35,00 | 1:34,00 | 1:32,00 | 1:29,00 | 1:26,00 | 1:23,00 |
| 126 | 4x50 m Lagen | mix | Entscheidung | | | | ohne | | | |

8. Abschnitt: Sonntag, 25. Februar 2018

Beginn: 1 Stunden nach Beendigung des 1. Abschnitts

| | | | | 2005 | 2004 | 2003 | 2002 | 2001 | 2000/1999 | 1998 u.ä. |
|-----|--------------------|---|--------------|---------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|
| 127 | 50 m Rücken | w | Entscheidung | 0:42,00 | 0:40,00 | 0:40,00 | 0:39,00 | 0:39,00 | 0:38,00 | 0:38,00 |
| 128 | 50 m Rücken | m | Entscheidung | 0:42,00 | 0:39,00 | 0:38,00 | 0:37,00 | 0:37,00 | 0:36,00 | 0:36,00 |
| 129 | 50 m Schmetterling | w | Entscheidung | 0:41,00 | 0:39,00 | 0:38,00 | 0:37,00 | 0:37,00 | 0:36,00 | 0:36,00 |
| 130 | 50 m Schmetterling | m | Entscheidung | 0:41,00 | 0:38,00 | 0:35,00 | 0:33,00 | 0:32,00 | 0:31,00 | 0:31,00 |
| 131 | 100 m Lagen | w | Entscheidung | 1:25,00 | 1:25,00 | 1:25,00 | 1:25,00 | 1:25,00 | 1:25,00 | 1:25,00 |
| 132 | 100 m Lagen | m | Entscheidung | 1:25,00 | 1:24,00 | 1:24,00 | 1:22,00 | 1:20,00 | 1:15,00 | 1:15,00 |
| 133 | 4x50 m Freistil | w | Entscheidung | ohne | 5:50,00 | 5:40,00 | 5:30,00 | 5:30,00 | 5:30,00 | 5:30,00 |
| 134 | 4x50 m Freistil | m | Entscheidung | ohne | 5:45,00 | 5:20,00 | 5:10,00 | 5:10,00 | 5:10,00 | 5:05,00 |

Allgemeine Bestimmungen:

1. **WB/RO/Antidopingbestimmungen:**

Es gelten die Wettkampfbestimmungen (WB), die Rechtsordnung (RO) und die Anti-Doping-Ordnung des Deutschen Schwimmverbandes e.V. (DSV) in der am Wettkampftag gültigen Fassung. Für Behinderte mit entsprechendem Klassifizierungsnachweis sind zusätzlich die Wettkampfbestimmungen des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) anzuwenden.

2. **Teilnahmeberechtigung:**

Teilnahmeberechtigt an den Bezirks-Jahrgangsmeisterschaften sind Sportler der Jahrgänge 2010 und älter. Die Wettkämpfe sind offen für alle Vereine und Abteilungen des Bezirks Mittlerer Neckar, soweit sie im Besitz der Verbandsrechte des SVW sind. Schwimmer der Jahrgänge 2008 und jünger dürfen pro Tag nicht mehr als 6 Starts absolvieren (inklusive Staffeleinsatz). Die 50m Beinbewegungsschwimmstrecken dürfen nur von den Teilnehmern am Schwimm-Mehrkampf absolviert werden. Jeder Sportler darf maximal an einer Mehrkampfwertung (entweder Freistil oder Brust oder Rücken oder Schmetterling) teilnehmen und somit maximal eine Beinstrecke absolvieren.

3. **Startregel:**

Es gilt die **Ein-Start-Regel**.

4. **Wettkampfanlage:**

Die Wettkampfbahn ist 25 m lang, hat 6 Startbahnen und entspricht den Bestimmungen. Die Bahnen sind durch Wellenkillerleinen voneinander getrennt. Es erfolgt Handzeitnahme.

5. **Meldungen:**

Die Meldungen sind möglichst als Datei im aktuellen DSV-Standard per E-Mail abzugeben. Sollte dies nicht möglich sein, so müssen die Meldungen als Meldeliste (DSV-Form 102) zusammen mit dem Meldebogen (DSV-Form 101) abgegeben werden.

6. **Meldeanschrift:**

Meldestelle Wasserfreunde Mühlacker 1920 e.V.
Rappstraße 38
75417 Mühlacker
meldungen@wasserfreunde-muehlacker.de

7. **Meldeschluss: Donnerstag, 15. Februar 2018 – 21:00 Uhr**

Die Vereine haben für rechtzeitiges Eintreffen der Meldungen zu sorgen. Meldungen, die nach Meldeschluss eingehen, werden zurückgewiesen.

8. **Meldegeld und Bezahlung:**

Das Meldegeld beträgt pro Einzelstart 5,00 Euro und pro Staffelstart 10,00 Euro. Die Starts beim Mehrkampf werden jeweils als Einzelstart abgerechnet. Das Meldegeld ist bis zum Mittwoch, den 18.02.2018 (eingehend) auf Konto des Schwimmverbandes Württemberg (SVW) zu überweisen. IBAN: DE05 6005 0101 0001 1012 07 bei der BW Bank (BIC: SOLADEST600). Betreff: Bezirks2018 Mühlacker -Vereinsname-

9. **ENM:**

Bei Nichtantreten oder Nichterreichen der Pflichtzeit beträgt das ENM 10,00 € bei Einzelstarts und 20,00 € bei Staffelstarts. Diejenigen, die die Pflichtzeiten seit dem 01.09.2017 erbracht haben (als Nachweis der Pflichtzeit gelten Zeiten auf der 25m- oder 50m-Bahn, die beim DSV im Lizenzsystem (DSV-Bestenliste) erfasst sind), sind vom ENM befreit. Das ENM wird gesondert vom Bezirk Mittlerer Neckar erhoben. Abmeldungen können bis 30 Minuten vor Beginn jeden Abschnittes beim Schiedsrichter erfolgen und ziehen dann keine ENM-Pflicht nach sich.

10. **Wertung Bezirksmeisterschaften:**

Die Wertung erfolgt bei den Einzelwettkämpfen für die Jahrgänge 2010 bis 2001 jahrgangswise, die Jg. 2000 und 1999 als Junioren und die Jahrgänge 1998 u.ä. gemeinsam. Bei den Beinestrecken (WK 18–25) erfolgt keine separate Wertung; diese Strecken fließen in die Wertung des Mehrkampfes ein. Bei den Staffeln erfolgt eine offene Wertung.

11. **Auszeichnungen:**

Bei den Einzelwettkämpfen und bei den Staffeln werden Medaillen für Platz 1 – 3 und Urkunden für alle Plätze vergeben. Die Siegerehrungen werden während der Unterbrechungen der Abschnitte (s.o.) und in den Pausen durchgeführt und sind Bestandteil des Wettkampfes. Wer zur Siegerehrung nicht erscheint, hat keinen Anspruch auf die Auszeichnung! Urkunden werden nur

nachgeschickt, wenn beim ausrichtenden Verein ein adressierter und ausreichend frankierter Umschlag für die Nachsendung hinterlegt wird. Der Versand des Protokolls erfolgt nur in elektronischer Form.

12. Laufeinteilung:

Die Läufe aller Wettkämpfe werden gemäß WB §121 bis 123 ohne Rücksicht auf die Jahrgänge nach den Meldezeiten gesetzt.

13. Kampfrichter:

Die Vereine müssen im Verhältnis ihrer Meldungen anteilig Kampfrichter stellen. Die zu stellenden Kampfrichter werden mit dem Meldeergebnis bekannt gegeben. Sollte ein Verein die aufgeführte Anzahl an Kampfrichter nicht stellen, so wird für jeden fehlenden Kampfrichter je Abschnitt gemäß der WB des DSV eine Ordnungsgebühr von 50,00 € vom Bezirk Mittlerer Neckar erhoben.

14. Verpflegung:

Der Ausrichter bietet im Bad während der Veranstaltung ein reichhaltiges Angebot an Speisen und Getränken an.

Besondere Bestimmungen des Schwimm-Mehrkampfes:

15. Meldung zum Schwimm-Mehrkampf:

Für die Teilnahme am Schwimm-Mehrkampf werden die jeweiligen Meldungen für die Beinbewegung abgeben. Es sollte darauf geachtet werden, dass die Schwimmer in den geforderten Strecken der vier Wahlmöglichkeiten gemeldet werden. Für die 100m- und 200m-Strecken der Schwimmart, sowie für die 200m Lagen müssen die geforderten Pflichtzeiten für die Strecken (siehe Tabelle oben) erreicht werden, da diese zusätzlich als Entscheidungswettkampf separat gewertet werden.

Schwimm-Mehrkampf der Jahrgänge 2008 bis 2006:

Der Schwimm-Mehrkampf der Jahrgänge 2008 bis 2006 setzt sich wahlweise aus einer Schwimmart mit den Disziplinen 50 m Beinschwimmen, 100 m und 200 m Gesamtschwimmart plus 200 m Lagen zusammen. Zur Teilnahme beim Kraulmehrkampf müssen die Strecken 100m und 200m Freistil in Kraul absolviert werden.

Somit besteht eine Wahlmöglichkeit aus den folgenden vier Varianten:

- 50m Delfin Beine, 100m S, 200m S, plus 200m L (Teilnahme nur Jg. 2007 und 2006) oder
- 50m Rücken Beine, 100m R, 200m R plus 200m L oder
- 50m Brust Beine, 100m B, 200m B plus 200m L oder
- 50m Kraul Beine, 100m F, 200m F plus 200m L

16. Wertung und Auszeichnung:

Die Wertung erfolgt jahrgangsweise und nach den verschiedenen Mehrkampf-Wertungen getrennt. Die Sieger erhalten den Titel „Bezirksmeister im Schwimm-Mehrkampf 2018“. Für die drei Erstplatzierten gibt es einen Pokal und für jeden Teilnehmer eine Urkunde.

Die Punkte der Schwimmarten (100m, 200m und 400 m) werden nach der gültigen FINA-Punktetabelle für die 25-m-Bahn ermittelt. Die Punkte für die 50m Beinbewegung werden wie folgt ermittelt: Für die erreichte Zeit wird der Wert aus der FINA-Punktetabelle für die 25-m-Bahn über 50m Gesamtbewegung derselben Schwimmart genommen und dieser Wert mit drei multipliziert. Bei der Kraulbeinbewegung wird der Wert für 50m Freistil genommen. Bei Disqualifikation und Aufgabe gehen null Punkte in die Wertung ein. Der Schwimmer bleibt aber in der Mehrkampfwertung.

17. Beschreibung der 50 m Beinbewegung und der Kraulstrecken:

- Der Start erfolgt bei allen Schwimmarten aus dem Wasser
- Bei der Kraul-, Brust- und Delphin-Beinbewegung erfolgt der Start in Brustlage und ist mit Brett zu schwimmen. Es dürfen nur die vom Ausrichter bereitgestellten Schwimmbretter verwendet werden. Die Kraulbeinbewegung ist mit einem Wechselbeinschlag zu schwimmen, die Brustbeinbewegung mit einem Brustbeinschlag und die Delphin-Beinbewegung mit einer Delphinbeinbewegung. Eine Hand befindet sich beim Start an der Starthalterung für Rückenschwimmen des Startblocks oder an den Wendeböcken. Die andere Hand befindet sich am Schwimmbrett und umgreift von oben die Vorderkante. Die Füße sind an der Wand und auf

das Startsignal erfolgt der Abstoß von der Wand. Die zweite Hand umgreift sofort von oben die Vorderkante des Schwimmbretts. Beide Hände müssen bis zum Anschlag bei der Wende und dem Zielanschlag die Vorderkante des Schwimmbrettes umgreifen. Der Zielanschlag muss aber mit einem beliebigen Körperteil erfolgen.

- Bei der Rückenbeinbewegung erfolgt der Start aus der Rückenstartposition. Die Rückenbeinbewegung ist ohne Brett, mit Wechselbeinschlag und in Rückenlage zu schwimmen. Erlaubt ist eine untergetauchte Delfinbeinbewegung bis maximal 15m (Kopfdurchgang). Der Anschlag bei der Wende und der Zielanschlag erfolgt in Rückenlage.

- Beim Kraulmehrkampf müssen alle Freistilstrecken in Kraul absolviert werden.

- Erläuterung zum Kraulschwimmen: Der Start erfolgt vom Startblock durch Startsprung. Der Schwimmer muss die ganze Strecke in Bauchlage mit Wechselarmzug (Kraularmzug) schwimmen, wobei die Arme über Wasser nach vorne geführt werden. Mit den Beinen darf nur Wechselbeinschlag (Kraulbeinschlag) geschwommen werden. Ein Brust- oder Delfinbeinschlag ist zu keiner Zeit erlaubt. Nur nach dem Start und jeder Wende darf der Schwimmer, bis der Kopf erstmalig die Wasseroberfläche durchbricht (spätestens bei 15 Metern), Delfinbeinschläge ausführen. Danach muss sich bis zur nächsten Wende oder Anschlag immer ein Teil des Körpers oberhalb der Wasseroberfläche befinden. Beim Wenden bzw. beim Zielanschlag muss der Schwimmer die Wand mit einem beliebigen Teil seines Körpers berühren.

Maximilian Haase
(Schwimmwart Bezirk Mittlerer Neckar)

Holger Kilz
(Schwimmwart SVW)