

AUSSCHREIBUNG

Landesjahrgangsmeisterschaften 2017 mit Jugendmehrkampf (JMK) Jg. 2006/2007 und Schwimm-Mehrkampf (SMK) Jg. 2005 wbl. und Jg. 2004/2005 ml.

Veranstaltungsdatum: Samstag 06. und Sonntag 07. Mai 2017

Veranstaltungsort: Osnabrück Nettebad
Im Haseesch 6, 49090 Osnabrück, Tel.: 0541 / 34 46 66

Veranstalter: Landesschwimmverband Niedersachsen e.V.

Ausrichter: SG Osnabrück

Meldeschluss: Dienstag 25. April 2017

Wettkampffolge:

1. Abschnitt:	Samstag 6. Mai 2017	Einlass:	08.30 Uhr
		KR-Sitzung:	09.00 Uhr
		WK-Beginn:	09.30 Uhr

Wettkampf	Strecke	Lage / weiblich / männlich	Jahrgang
201	400 m	Freistil weiblich	JMK 2006-2007 + SMK 2005
202	400 m	Freistil männlich	JMK 2006-2007+ SMK 2004-2005
1	400 m	Freistil weiblich	2005 – 2007
2	400 m	Freistil männlich	2004 – 2007
203	50 m	Brust weiblich	SMK 2005
204	50 m	Brust männlich	SMK 2004-2005
3	50 m	Brust weiblich	2005 – 2007
4	50 m	Brust männlich	2004 – 2007
205	200 m	Schmetterling weiblich	SMK 2005
206	200 m	Schmetterling männlich	SMK 2004-2005
5	200 m	Schmetterling weiblich	2005 – 2006
6	200 m	Schmetterling männlich	2004 – 2006
207	200 m	Rücken weiblich	SMK 2005
208	200 m	Rücken männlich	SMK 2004-2005
7	200 m	Rücken weiblich	2005 – 2007
8	200 m	Rücken männlich	2004 – 2007
209	50 m	Kraulbeine weiblich	SMK 2005
210	50 m	Kraulbeine männlich	SMK 2004-2005
211	50 m	Kraulbeine weiblich	JMK 2006-2007
212	50 m	Kraulbeine männlich	JMK 2006-2007
213	15 m	Delphin-Kicks weiblich	JMK 2006-2007
214	15 m	Delphin-Kicks männlich	JMK 2006-2007

2. Abschnitt:	Samstag 6. Mai 2017	KR-Sitzung: WK-Beginn:	30 Min vor Beginn ca. 60 Minuten nach Ende des 1. Abschnittes
----------------------	----------------------------	---	--

Wettkampf	Strecke	Lage / weiblich / männlich	Jahrgang
215	50 m	Freistil weiblich	SMK 2005
216	50 m	Freistil männlich	SMK 2004-2005
9	50 m	Freistil weiblich	2005 – 2007
10	50 m	Freistil männlich	2004 – 2007
217	100 m	Rücken weiblich	JMK 2006-2007 + SMK 2005
218	100 m	Rücken männlich	JMK 2006-2007+ SMK 2004-2005
11	100 m	Rücken weiblich	2005 – 2007
12	100 m	Rücken männlich	2004 – 2007
219	200 m	Brust weiblich	SMK 2005
220	200 m	Brust männlich	SMK 2004-2005
13	200 m	Brust weiblich	2005 – 2007
14	200 m	Brust männlich	2004 – 2007
221	100 m	Schmetterling weiblich	JMK 2006-2007 + SMK 2005
222	100 m	Schmetterling männlich	JMK 2006-2007+ SMK 2004-2005
15	100 m	Schmetterling weiblich	2005 – 2007
16	100 m	Schmetterling männlich	2004 – 2007
223	50 m	Brustbeine weiblich	SMK 2005
224	50 m	Brustbeine männlich	SMK 2004-2005

3. Abschnitt:	Sonntag 7. Mai 2017	Einlass: KR-Sitzung: WK-Beginn:	08.30 Uhr 09.00 Uhr 09.30 Uhr
----------------------	----------------------------	--	--

Wettkampf	Strecke	Lage / weiblich / männlich	Jahrgang
225	200 m	Lagen weiblich	JMK 2006-2007 + SMK 2005
226	200 m	Lagen männlich	JMK 2006-2007+ SMK 2004-2005
17	200 m	Lagen weiblich	2005 – 2007
18	200 m	Lagen männlich	2004 – 2007
227	50 m	Schmetterling weiblich	SMK 2005
228	50 m	Schmetterling männlich	SMK 2004-2005
19	50 m	Schmetterling weiblich	2005 – 2007
20	50 m	Schmetterling männlich	2004 – 2007
229	100 m	Freistil weiblich	JMK 2006-2007 + SMK 2005
230	100 m	Freistil männlich	JMK 2006-2007+ SMK 2004-2005
21	100 m	Freistil weiblich	2005 – 2007
22	100 m	Freistil männlich	2004 – 2007
231	50 m	Rückenbeine weiblich	SMK 2005
232	50 m	Rückenbeine männlich	SMK 2004-2005
233	7,5 m	Gleiten weiblich	JMK 2006-2007
234	7,5 m	Gleiten männlich	JMK 2006-2007

4. Abschnitt:

Sonntag 7. Mai 2017

KR-Sitzung:

WK-Beginn:

30 Min vor Beginn
ca. 60 Minuten
nach Ende des 3.
Abschnittes

Wettkampf	Strecke	Lage / weiblich / männlich	Jahrgang
235	50 m	Schmetterlingbeine weiblich	SMK 2005
236	50 m	Schmetterlingbeine männlich	SMK 2004-2005
237	200 m	Freistil weiblich	SMK 2005
238	200 m	Freistil männlich	SMK 2004-2005
23	200 m	Freistil weiblich	2005 – 2007
24	200 m	Freistil männlich	2004 – 2007
239	50 m	Rücken weiblich	SMK 2005
240	50 m	Rücken männlich	SMK 2004-2005
25	50 m	Rücken weiblich	2005 – 2007
26	50 m	Rücken männlich	2004 – 2007
241	100 m	Brust weiblich	JMK 2006-2007 + SMK
242	100 m	Brust männlich	JMK 2006-2007+ SMK
27	100 m	Brust weiblich	2005 – 2007
28	100 m	Brust männlich	2004 – 2007

Allgemeine Bestimmungen:

Wettkampfstätte:

8 Bahnen a 50 Meter, Wellenkiller-Leinen, Wassertiefe 1,80 – 3,80 m, Temperatur ca. 26°C, elektronische Zeitmessung.

Wettkampfbestimmungen, Teilnahmeberechtigung und Startregelung:

Es gelten die Wettkampfbestimmungen (WB), die Rechtsordnung (RO) und die Antidopingordnung (ADO) des Deutschen Schwimm-Verbandes e. V. (DSV).

Für Behinderte mit entsprechendem Klassifizierungsnachweis sind zusätzlich die Wettkampfbestimmungen des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS), sowie die Regeln des IPC anzuwenden. Vor Abschnittsbeginn müssen die Klassifizierungsnachweise beim Schiedsrichter abgegeben sein.

Teilnahmeberechtigt sind die Mitglieder von Vereinen/Startgemeinschaften, die dem Landesschwimmverband Niedersachsen angehören und im Besitz der Verbandsrechte sind.

Schwimmer/-innen des Jahrgangs 2007 dürfen nicht mehr als 6 Starts pro Tag absolvieren. Werden mehr als 6 Starts gemeldet, werden die über den 6. Start hinausgehenden Meldungen gestrichen.

Alle Wettkämpfe werden nach der **Ein-Start-Regel** gemäß § 125 (6) WB-SW durchgeführt.

Aktive, die am Mehrkampf (JMK/SMK) teilnehmen, sind an weiteren Wettkämpfen der Meisterschaft nicht teilnahmeberechtigt.

Meldungen und Meldeergebnis:

Meldungen sollen im aktuellen DSV-Format als E-Mail übersandt werden. In jedem Fall ist ein Ausdruck der Meldeliste beizufügen.

Es werden auch Meldungen auf herkömmlichen Meldelisten- und Meldebögen (im DSV-Format) in Druckschrift angenommen. Die Meldungen können auch per Briefpost an die Meldeanschrift gesandt werden. Für den rechtzeitigen Zugang der Meldungen sind allein die meldenden Vereine verantwortlich. Verspätet eingehende Meldungen werden nicht berücksichtigt.

Zusammen mit der Meldung müssen die Vereine eine Versicherung abgeben, dass die von ihnen gemeldeten Schwimmer das Startrecht für den Verein haben, die nach § 22 Abs. 1 vorgeschriebene Jahreslizenz bezahlt wurde und dass sie ihre **Sportgesundheit durch ein ärztliches Zeugnis** nachweisen können, welches nicht älter als ein Jahr ist. Ausschließlich bei der Abgabe der Meldung per Datenübermittlung nach DSV-Standard und EMail-Versand, darf der Meldebogen ohne Unterschrift und verbindlicher Erklärung zur Sportgesundheit nach WB-AT § 11 versandt und vom Ausrichter angenommen werden. **Die Unterschrift muss in diesem Fall vor Veranstaltungsbeginn nachgeholt oder ein unterschriebener Meldebogen (DSV Form 101 Version 2010-11) beim Ausrichter abgegeben werden. Ohne unterschriebenen Meldebogen ist der Verein nicht startberechtigt.**

Den Veranstalter und den Ausrichter des Wettkampfes trifft keine Haftung, falls sich herausstellt, dass eine Sportgesundheit oder die gültige Jahreslizenz nicht vorliegt

Laufsetzung / Startbeschränkungen:

Die Wettkämpfe werden jahrgangsweise gesetzt, mit Ausnahme der 400m Freistil, die ausschließlich nach Meldezeiten gesetzt werden.

Der Veranstalter behält sich je nach Anzahl der Meldungen vor, die 400 m- Freistilwettkämpfe mit zwei Schwimmern auf einer Bahn zu starten und sofern erforderlich/möglich auch im Wettkampf des anderen Geschlechts. Die Bahnverteilung dieser Wettkämpfe erfolgt mit getrennt gesetzten Läufen. Die Vereine melden Ausfälle von Aktiven bis zum Beginn der jeweiligen KR-Sitzung, damit eine optimale Laufeinteilung erfolgen kann. Die Laufeinteilungen werden im Anschluss an die KR-Sitzung durch Aushang bekanntgegeben und je ein Exemplar den teilnehmenden Vereinen zur Verfügung gestellt. Schwimmer, die von ihrem Recht zur Abmeldung keinen Gebrauch gemacht haben und dennoch nicht antreten, müssen ein ENM von 60,00 Euro zahlen. Eine Befreiung vom ENM (auch bei Nachweis einer Pflichtzeit/ärztl. Attest) erfolgt in diesem Fall nicht!

Besondere Startbeschränkungen für die Teilnehmer am JMK und SMK:

Im Jugendmehrkampf (weiblich und männlich Jahrgang 2006/2007) und im Schwimm-Mehrkampf (weiblich 2005 sowie männlich 2004 und 2005) sind nur die Aktiven startberechtigt, die die Pflichtzeit über 200m Lagen im entsprechenden Jahrgang im Zeitraum 18.04.2016 bis 25.04.2017 auf der 25m- oder 50m-Bahn nachweisen können. Als Nachweis gilt ausschließlich die DSV-Bestenliste. Meldungen zum Mehrkampf, die diese Voraussetzung nicht erfüllen, werden abgewiesen. **Aktive, die am Mehrkampf (JMK/SMK) teilnehmen, sind an weiteren Wettkämpfen der Meisterschaft nicht teilnahmeberechtigt.**

Meldegeld:

Für die Veranstaltung wird zusätzlich eine pauschale Bearbeitungsgebühr von 20,-- € erhoben. Diese Bearbeitungsgebühr entfällt, wenn die Meldung in Form einer Datei im aktuellen DSV-Format abgegeben wird.

Das Meldegeld beträgt 7,50 € je Einzelstart sowie 40,00 € je Mehrkampfteilnehmer und ist durch Überweisung bis Meldeschluss auf das Konto des Landesschwimmverbandes Niedersachsen unter Angabe des Vereinsnamens und der Kostenstelle **K 1106** zu überweisen. Die Bankverbindung des Landesschwimmverbandes Niedersachsen lautet:

Volksbank Pattensen: BLZ: 251 933 31 / Konto 151 351 00
IBAN: DE 63 251 933 31 00 151 351 00
BIC: GENODEF1PAT

Die Bestätigung der Überweisung muss vor Veranstaltungsbeginn vorgelegt werden, sofern es erforderlich wird. Sofern eine Einzugsermächtigung vorliegt, ist diese mit Abgabe der Meldungen zu kennzeichnen. Sofern unmittelbar vor Veranstaltungsbeginn ein Verein das Meldegeld nicht fristgerecht überwiesen hat, kann er nur an den Start gehen, wenn er das Meldegeld zzgl. einer Verzugsgebühr i.H. von 10,-- € entweder per Scheck oder per Bargeld bei einem Verantwortlichen des Landesschwimmverbandes Niedersachsen bezahlt.

Erhöhtes nachträgliches Meldegeld (ENM):

Bei Nichterfüllen der Meldung bzw. Nichterreichen der jeweiligen Pflichtzeit ist ein ENM in Höhe von € 40,00 zu zahlen. Das ENM entfällt durch Nachweis, dass die entsprechende Pflichtzeit, in der Zeit vom 25.04.2016 bis 25.04.2017 bei einem offiziellen Wettkampf erreicht wurde (Bahnlänge 25 oder 50 m). Dieser Nachweis erfolgt ausschließlich durch automatischen Abgleich mit der DSV Bestenliste. Ist die Nachweiszeit beim DSV nicht gespeichert, muss sie bis 10 Tage nach der Veranstaltung bei dem Sachbearbeiter im FA-Schwimmen Andreas Tölke, Schillerstr. 22, 31542 Bad Nenndorf, email: toelke.mannheimer@t-online.de, anhand eines vollständigen Protokolls nachgewiesen werden.

Meldeanschrift:

Gerald Vornholt
Bertolt-Brecht-Str. 101
49088 Osnabrück
Tel.: 0176 / 22 09 86 00
E-Mail: ausrichter@sgosnabrueck.de

Meldeschluss:

Es werden alle Meldungen berücksichtigt, die bis **25.04.2017** bei der Meldeanschrift vorliegen.

Für den ordnungsgemäßen und rechtzeitigen Eingang der Meldungen ist ausschließlich der meldende Verein verantwortlich. Entscheidend ist der Eingang bei der Meldeanschrift.

Den meldenden Vereinen wird 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 LSN-Homepage über die aufgenommenen Meldungen informieren. Sollte die Meldebestätigung innerhalb von 24 Stunden nach Meldeschluss ausbleiben, hat der meldende Verein umgehend selbstständig Rücksprache bei der Meldeanschrift zu halten. Erfolgt keine eigenständige Kontaktaufnahme bis spätestens 48 Stunden nach Meldeschluss gilt die Meldung als nicht abgegeben.

Beanstandungen zu den aufgenommenen Meldungen müssen bis spätestens **48 Stunden** nach Meldeschluss an den Ausrichter erfolgen. Nach Ablauf dieser Frist sind Beanstandungen oder Rückfragen zu Meldungen direkt an den Vorsitzenden der Fachsparte Schwimmen zu richten.

Das Meldeergebnis wird ausschließlich im Internet bereitgestellt. Die teilnehmenden Vereine/SG teilen notwendige Korrekturen (z.B. Eingabe oder Einlesefehler) bitte unmittelbar dem Ausrichter mit. Ein Meldeergebnis in Papierform wird nur auf Anforderung bis zum Meldeschluss beim Ausrichter im Protokollraum ausgehändigt.

Kampfgericht:

Mit Abgabe der Meldungen erkennen die Vereine/SG die Verpflichtung an, Kampfrichter zu stellen, die am Tage der Veranstaltung im Besitz einer gültigen Kampfrichterlizenz sind. Jeder Verein/SG hat in jedem Abschnitt, in dem Aktive von ihm teilnehmen, Kampfrichter zu stellen und zwar

bis 5 Meldungen	1 Kampfrichter
bis 10 Meldungen	2 Kampfrichter
bis 15 Meldungen	3 Kampfrichter
bis 20 Meldungen	4 Kampfrichter
über 20 Meldungen	5 Kampfrichter

Im Meldeergebnis erscheinen jeweils der Verein und die zu besetzende Kampfrichterposition.

Das Kampfgericht wird während der Kampfrichtersitzung vor dem jeweiligen Veranstaltungsabschnitt namentlich aufgestellt. Dazu geben die Vereine/SG's bis jeweils 10 Minuten vor Beginn der Kampfrichtersitzung die namentlichen Meldungen beim Sprecher ab. Die Kampfrichterkleidung soll neutral sein.

Für jeden nicht gestellten Kampfrichter oder für Kampfrichter, die am Wettkampftag keine gültige Lizenz vorlegen können, haben die Vereine/SG's eine Ordnungsgebühr in Höhe von € 100,00 je Abschnitt zu bezahlen.

Wertung, Auszeichnung und Siegerehrung:

Die Wertung erfolgt jahrgangsweise.

Als Auszeichnung erhalten die drei Erstplatzierten jeder Wertung Medaillen. In den Jahrgangswertungen erhalten alle Platzierten eine Urkunde.

Jugendmehrkampf

Die 3 Erstplatzierten jeden Jahrganges des Jugendmehrkampfes erhalten Medaillen.
Alle Platzierten erhalten eine Urkunde.

Schwimmerischer Mehrkampf

Gesamtergebnis je Kategorie: Platz 1-3 Medaillen
Alle Platzierten erhalten eine Urkunde.

Die Mehrkampf-Teilnehmer werden nur in der Mehrkampfwertung gewertet.

Die Siegerehrung ist Bestandteil des Wettkampfes.

Sonstige Bestimmungen und Hinweise:

Die Zeitnehmer nutzen selbst gestellte Digitaluhren.

Mit Abgabe der Meldungen wird bestätigt, dass die gemeldeten Aktiven bzw. deren gesetzliche Vertreter keine Einwände gegen die Veröffentlichung von Namen und Fotos im Rahmen der Protokollerstellung und Berichterstattungen haben.

Protokolle werden nur nach Anforderung durch die Vereine/SG's in Papierform zur Verfügung gestellt, sofern dies dem Ausrichter spätestens zur ersten Kampfrichtersitzung mitgeteilt wurde.

Das Nachsenden des Protokolls und Urkunden erfolgt nur gegen Hinterlegung eines ausreichend frankierten und mit Anschrift versehenen Briefumschlages im DIN C 4 Format.

Glasbehälter sind innerhalb der Schwimmhalle nicht gestattet. Bei Glasbruch trägt der Verein/SG des Verursachers eventuell erforderliche Kosten des Badbetreibers.

Weder der Veranstalter, der Ausrichter, noch der Rechtsträger der Sportstätte übernehmen für Verluste, Diebstahl, Beschädigung usw. eine Haftung.

Änderungen, insbesondere Anfangszeiten, vorbehalten.

Pflichtzeiten:**Weiblich**

	2005	2006	2007
50 m Freistil	0:35,00	0:37,00	0:40,00
100 m Freistil	1:15,00	1:20,00	1:28,00
200 m Freistil	2:45,00	2:55,00	3:15,00
400 m Freistil	5:50,00	6:15,00	6:50,00
50 m Brust	0:44,00	0:47,00	0:49,50
100 m Brust	1:36,00	1:42,00	1:48,00
200 m Brust	3:20,00	3:35,00	3:45,00
50 m Rücken	0:41,00	0:44,00	0:47,50
100 m Rücken	1:27,00	1:33,00	1:40,00
200 m Rücken	3:10,00	3:20,00	3:40,00
50 m Schmetterling	0:41,00	0:42,00	0:47,00
100 m Schmetterling	1:31,00	1:40,00	1:50,00
200 m Schmetterling	3:30,00	3:40,00	---
200 m Lagen / auch MK	2:57,00	3:10,00	3:30,00

Männlich

	2004	2005	2006	2007
50 m Freistil	0:33,00	0:35,00	0:37,50	0:40,00
100 m Freistil	1:12,00	1:15,00	1:23,00	1:30,00
200 m Freistil	2:39,00	2:48,00	3:05,00	3:20,00
400 m Freistil	5:32,00	5:54,00	6:35,00	6:59,00
50 m Brust	0:43,50	0:46,00	0:50,00	0:54,00
100 m Brust	1:33,00	1:38,00	1:48,00	1:54,00
200 m Brust	3:25,00	3:30,00	3:42,00	3:50,00
50 m Rücken	0:40,00	0:42,00	0:45,00	0:49,00
100 m Rücken	1:24,00	1:30,00	1:35,50	1:45,00
200 m Rücken	2:58,00	3:17,00	3:30,00	3:40,00
50 m Schmetterling	0:39,00	0:43,00	0:48,00	0:50,00
100 m Schmetterling	1:30,00	1:40,00	1:47,00	1:52,00
200 m Schmetterling	3:25,00	3:30,00	3:40,00	----
200 m Lagen/ auch MK	2:52,00	2:58,00	3:20,00	3:30,00

Jugendmehrkampf

Zu schwimmende Strecken 10 und 11 Jahre weiblich und männlich, insgesamt 7 Starts

1. Zwei 100 m Schwimmstrecken (Schmetterling, Rücken, Brust, Freistil)
2. 200 m Lagen
3. 400 m Freistil
4. 50 m Kraulbeinschlag
5. 15 m Delfin Kicks in Brust- oder Rückenlage
6. 7,5 m Gleiten

Die benötigten Schwimmbretter werden vom Ausrichter gestellt.

Erläuterungen zu den einzelnen Wettkämpfen des Jugendmehrkampfes:

Die Schwimmstrecken

- 🕒 Die Wettkämpfe werden nach den gültigen Wettkampfbestimmungen ausgetragen.
- 🕒 Der Start erfolgt WB-konform vom Startblock bzw. bei Rücken aus dem Wasser.

50 m Kraulbeinschlag

- 🕒 Der Wettkampf wird aus dem Wasser gestartet. Nach dem langen Pfiff des Schiedsrichters begeben sich die Schwimmer ins Wasser.
- 🕒 Eine Hand befindet sich an der Starthaltung Rückenschwimmen des Startblocks. Die andere Hand befindet sich auf dem Schwimmbrett und umgreift die Vorderkante. Die Füße sind an der Wand. Auf das Startsignal erfolgt der Abstoß von der Wand. Beide Hände umgreifen sofort das Schwimmbrett von oben. Der Anschlag erfolgt mit dem Brett. Beide Hände müssen bis zum Schluss die Vorderkante des Schwimmbrettes von oben umgreifen.
- 🕒 Während der gesamten Schwimmstrecke sind ausschließlich Kraulbeinschlagbewegungen erlaubt. Delfin- und Brustbeinschlagbewegungen sind nicht zulässig.
- 🕒 Bei Durchführung der Übung auf einer 25 m Bahn darf zur Wendenausführung ein Arm komplett vom Brett gelöst werden. Der Wendeanschlag erfolgt mit gestreckten, auf dem Brett liegenden Armen, wobei es dem Schwimmer erlaubt ist, eine Hand vom Brett zu lösen. Der Arm muss nach dem Verlassen der Wand sofort aufs Brett zurückgeführt werden (Ein Armzug ist nicht erlaubt.).

15 m Delfin Kicks

- 🕒 Der Start erfolgt aus dem Wasser. Der Schwimmer stößt sich von der Wand ab. Über den Zeitpunkt des Starts entscheidet der Schwimmer. Es erfolgt kein Startsignal.
- 🕒 Mit Kopfdurchgang des Schwimmers bei 15 m ist der Versuch beendet. Die Zeit wird ermittelt vom Zeitpunkt des Lösens der Füße von der Wand bis zum Kopfdurchgang bei 15 m.
- 🕒 Es sind ausschließlich Delfinbeinbewegungen erlaubt.
- 🕒 Die 15 m müssen vollständig unter Wasser absolviert werden. Durchbricht ein Körperteil die Wasseroberfläche bevor der Kopf des Schwimmers die 15 m Marke erreicht hat, ist der Versuch ungültig.
- 🕒 Die Arme sind während der gesamten 15 m nach vorn gestreckt zu halten.
- 🕒 Die 15 m sind in Bauch- oder Rückenlage zurückzulegen. Die Entscheidung hierüber trifft ein Schiedsrichter der Veranstaltung durch Auslosung während der ersten Kampfrichtersitzung.

7,5 m Gleiten

- 🕒 Der Start erfolgt aus dem Wasser. Der Schwimmer stößt sich von der Wand ab. Über den Zeitpunkt des Starts entscheidet der Schwimmer. Es erfolgt kein Startsignal.
- 🕒 Mit Kopfdurchgang des Schwimmers bei 7,5 m ist der Versuch beendet. Die Zeit wird ermittelt vom Zeitpunkt des Lösens der Füße von der Wand bis zum Kopfdurchgang bei 7,5 m.
- 🕒 Während der gesamten 7,5 m sind keine Vortriebsbewegungen erlaubt. Während der Übung darf nicht aufgeatmet werden.
- 🕒 Die Arme sind während der gesamten 7,5 m nach vorn gestreckt zu halten.

Wertung der Ergebnisse

- 🕒 Für die normalen Schwimmstrecken erfolgt die Beurteilung anhand der gültigen Fina-Punktetabelle 50 m Bahn.
- 🕒 Die Punktevergabe für die 50 m Kraulbeine, die Delphinkicks und den 7,5 m Gleittest erfolgt gemäß der Punktetabelle JMK
- 🕒 Es erfolgt eine Mehrkampfwertung je Jahrgang und Geschlecht

Schwimmerischer Mehrkampf

Zu schwimmende Strecken für 12 Jahre weiblich und 12 – 13 Jahre männlich, insgesamt 5 Starts:

1. 200 m Lagen
2. 400 m Freistil
3. Wahlweise eine Kategorie, bestehend aus
 - 3.1 50 m Beinarbeit
 - 3.2 100 m Gesamtstrecke
 - 3.3 200 m Gesamtstreckein Schmetterling / Rücken / Brust oder Freistil – die Auswahl für die Punkte 3.1 bis 3.3 sind einheitlich zu treffen.

Die benötigten Schwimmbretter werden vom Ausrichter gestellt.

Erläuterungen zu den einzelnen Wettkämpfen des SMK:

Die Schwimmstrecken

- 🕒 Die Wettkämpfe werden nach den gültigen Wettkampfbestimmungen ausgetragen.
- 🕒 Der Start erfolgt WB-konform vom Startblock bzw. bei Rücken aus dem Wasser.

50m Beinarbeit

- 🕒 Ausgangsposition im Wasser
- 🕒 Eine Hand befindet sich an der Starthaltung Rückenschwimmen des Startblocks. Die andere Hand befindet sich auf dem Schwimmbrett und umgreift die Vorderkante. Die Füße sind an der Wand. Auf das Startsignal erfolgt der Abstoß von der Wand. Beide Hände umgreifen sofort das Schwimmbrett von oben. Der Anschlag erfolgt mit dem Brett. Beide Hände müssen bis zum Schluss die Vorderkante des Schwimmbrettes von oben umgreifen.
- 🕒 Die Rückenbeinbewegung wird ohne Brett geschwommen und per Rückenstart inklusive der Erlaubnis einer Delfinbeinbewegung bis maximal 15 m ausgetragen. Maßgeblich für die Ausführung des Rückenstarts ist § 127 Abs. 1 und 2 (WB SW).
- 🕒 Bei Durchführung der Übung auf einer 25 m Bahn darf zur Wendenausführung ein Arm komplett vom Brett gelöst werden. Der Wendeanschlag erfolgt mit gestreckten, auf dem Brett liegenden Armen, wobei es dem Schwimmer erlaubt ist, eine Hand vom Brett zu lösen.
- 🕒 Der Arm muss nach dem Verlassen der Wand sofort aufs Brett zurückgeführt werden (Ein Armzug ist nicht erlaubt.). Bei der Ausführung in Rückenlage darf nach der Wende keine Tauchphase erfolgen.

Allgemeines:

- 🕒 Das Pflichtprogramm des schwimmerischen Mehrkampfes (SMK) besteht aus 200m Lagen, 400m Freistil und einer Kategorie 50m Beinarbeit, 100m und 200m gesamte Lage.
- 🕒 Bei Meldung entscheidet der Aktive, in welcher Schwimmlage er die Kategorie schwimmt, d.h. er absolviert 50m Beinarbeit sowie 100m und 200m gesamte Lage in der gleichen Schwimmlage (Schmetterling oder Rücken oder Brust oder Kraul). Grundsätzlich ist der Start nur in einer Kategorie möglich!

Wertung der Ergebnisse:

- 🕒 Für die „normalen“ Schwimmstrecken erfolgt die Beurteilung anhand der gültigen Fina-Punktetabelle 50 m Bahn.
- 🕒 Bei den 50 m Beinarbeit-Strecken erfolgt eine Punktwertung anhand der Fina-Punktetabelle für 50 m-Strecken der Gesamtbewegung derselben Schwimmart. Der Punktwert wird mit Faktor 3 multipliziert.
- 🕒 Es erfolgt eine Mehrkampfwertung je Jahrgang, Geschlecht und getrennt nach der gewählten Kategorie einschließlich der 200 m Lagen und 400m Freistil.

gez.
Holger Timmermann
LSN
Vorsitzender FA Schwimmen

gez.
Frank Knäuper
SG Osnabrück
Vorsitzender

gez.
Karsten Lippmann
LSN
SB Veranstaltungen