

DLRG Ortsgruppe Pirmasens e.V.

EINLADUNG

Vereinsmeisterschaften 2023 im Rettungsschwimmen

am 20. Januar 2024 in Pirmasens - PLUB



Deutsche
Lebens-Rettungs-
Gesellschaft
Ortsgruppe Pirmasens
Lemberger Str. 41
66955 Pirmasens
Tel./Fax.: 06331/42880

1. November 23

Liebe DLRG`ler,

die OG Pirmasens e.V. veranstaltet am **20. Januar 2024** ihre Vereinsmeisterschaft im Rettungsschwimmen, Beginn 13.30 Uhr im PLUB.

Teilnehmen kann jedes Mitglied der OG Pirmasens e.V. ab 5 Jahren, das im Besitz des „Seepferdchen“ ist. Wir würden uns über eine zahlreiche Teilnahme freuen, denn wir bieten hier unseren Mitgliedern die Möglichkeit, auch im Wettkampf tätig zu sein.

Die Altersklassen und Disziplinen werden wieder in unserem Schaukasten am PLUB ausgehängt oder können beim jeweiligen Übungsleiter nachgefragt werden. Auch auf der Homepage findet man die Altersklassen und Disziplinen.

Veranstalter und Ausrichter:	DLRG Jugend Pirmasens
Schwimmbecken:	25 m Sportbecken
Bahnen:	6 Bahnen
Ort:	Pirmasenser Luft und Badepark (PLUB) Lemberger Straße 41, 66953 Pirmasens
Veranstaltungsort:	Pirmasenser Luft und Badepark (PLUB) 6 Bahnen à 25 m Wassertiefe: Startseite 2,00m und Wendeseite 1,80m Wassertemperatur: ca. 26° C
Datum:	20. Januar 2024
Meldeschluss:	12. Januar 2024
Treffpunkt & Einlass ins Bad:	ab 13.30 Uhr
Einschwimmen:	ab 13.45 Uhr
Letzte Kampfrichterbesprechung:	14.00 Uhr
Begrüßung und Ansprachen:	14:15 Uhr
Wettkampfbeginn:	14.30 Uhr
Pausen:	zwischen den Wettkämpfen, ca. 10 Minuten
Wettkampfbende:	gegen 19:00 Uhr, wenn alles planmäßig verläuft
Siegerehrung:	direkt nach Ende des Wettkampfes und fertiger Auswertung

Link zur Anmeldung:

<https://pirmasens.dlrg.de/mitmachen/kursanmeldung-extern/vereinsmeisterschaften-2024-der-dlrg-og-219396-s/#seminarDetail>

Altersklassen

Für die Meisterschaft 2024 gilt in den Einzelwettkämpfen getrennt nach Geschlecht folgende Altersklasseneinteilung:

Altersklasse	Jahrgänge
Ak Mini	2018 & jünger
Ak 7/8	2016 & 2017
Ak 9/10	2014 & 2015
Ak 11/12	2012 & 2013
Ak Flossi	2010 & 2011
Ak 13/14	2010 & 2011
Ak 15/16	2008 & 2009
Ak 17/18	2006 & 2007
Ak offen	2005 & älter

Über die Zugehörigkeit zu den Altersklassen entscheidet das Geburtsjahr im jeweiligen Wettkampfsjahr. Wenn Unklarheiten bezüglich der Altersklasse bestehen, in welcher der Teilnehmer schwimmt, bitte beim Übungsleiter nachfragen.

Qualifikationskriterien und Zulassung

Voraussetzung für die Teilnahme ist die Vereinsmitgliedschaft. (Ausnahmen sind mit der DLRG Jugend Pirmasens abzusprechen.) Zuständig für die Zulassung ist die DLRG Jugend Pirmasens.

Veröffentlichung Zulassung/Meldeergebnis

Die Veröffentlichung des Meldeergebnisses erfolgt bis zum 18. Januar 2023.

Regelwerk

Die Vereinsmeisterschaften werden nach dem aktuell gültigen Regelwerk geschwommen.

Disziplinen:

AK Mini

25 m Freistil

AK 7/8

50 m Freistil

AK 9/10 und AK 11/12

50m Hindernisschwimmen

50 m Kombiniertes Schwimmen

50m Flossenschwimmen

AK Flossi (nur für Schwimmer die die Disziplinen in 13/14 nicht beherrschen)

100m Hindernisschwimmen

50m Kombiniertes Schwimmen

50m Flossen

AK 13/14

100 m Hindernisschwimmen
50 m retten einer Puppe
50 m Retten einer Puppe mit Flossen

AK 15/16, AK 17/18 und Offene AK

200 m Hindernisschwimmen
50 m Retten einer Puppe
100 m Retten einer Puppe mit Flossen
100 m Kombinierte Rettungsübung
100 m Retten einer Puppe mit Flossen und Gurtretter
200 m Super Lifesaver

Da die Startseite eine Tiefe von 2,00 m aufweist, ist bei der Wettkampfdisziplin „100 Retten einer Puppe mit Flossen“ die Puppe auf den Boden zu legen. Bei der 100 m Kombinierte Rettungsübung wird die Puppe bei einer Tiefe von ca. 1,86 m auf den Boden gelegt.

In der offenen AK, sowie in der AK 17/18 und AK 15/16 werden in diesem Jahr alle vom Regelwerk vorgesehenen Disziplinen angeboten. Rettungssportler dieser Altersklasse können maximal vier Disziplinen absolvieren. Die drei punktbesten Disziplinen werden gewertet.

Ausrüstung und Hilfsmittel:

Hindernisse, Gurtretter und Puppen werden bei Meisterschaften vom Veranstalter gestellt und sind von den Schwimmern zu benutzen. Schwimmbrillen sind erlaubt, es wird auf das Gefährdungspotential nach Merkblatt M3-001 in der jeweils gültigen Version hingewiesen.

Mit kameradschaftlichen Grüßen

Die Bedeutung der Disziplinen

- Das **Hindernis** ist ein Gitter von ca. 70 cm Höhe bzw. Tiefe, das sich in der Mitte einer 25m Bahn befindet. Dieses Gitter muss beim 50m Schwimmen 2x, beim 100m Schwimmen 4x und beim 200m Schwimmen 8x untertaucht werden. Der Schwimmstil ist Freistil. Es ist vor und nach dem Hindernis aufzutauchen. Abstoßen vom Beckenboden unter dem Hindernis ist erlaubt.
- Die Puppe beim **Retten** ist ein Torso mit etwa 65 kg Gewicht. Diese Puppe liegt am Ende einer 25m Bahn auf dem Boden und muss vom Schwimmer zuerst im Freistil angeschwommen, angetaucht und aufgenommen werden und dann die restlichen 25m abgeschleppt werden.
- Das **kombinierte Schwimmen** besteht aus 25m Freistilschwimmen, danach sind sofort bei Beckenberührung in Rückenlage und Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit die letzten 25m zurücklegen.
- Das **Retten mit Flossen** beinhaltet beim 50m Schwimmen: 25m Flossenschwimmen, danach Puppenaufnahme wobei die Puppe wieder auf dem Boden liegt, und die restlichen 25m Schleppen der Puppe. Beim 100m Retten werden die ersten 50m mit den Flossen in Freistil zurückgelegt, dann Puppenaufnahme und die restlichen 50m Schleppen der Puppe.
- Beim **Rückenschwimmen ohne Arme** dürfen die Arme nicht benutzt werden. Der Beinschlag kann mit Grätschschwung oder Flossenschlag ausgeführt werden.
- Beim **Retten** muss in der Aufnahmephase das Gesicht der Puppe innerhalb des Auftauchbereichs (ohne Flossen 5m, mit Flossen 10m) an die Wasseroberfläche gebracht werden.
- Beim 50m **Flossenschwimmen** der AK 9/10 und AK 11/12 werden 50m in Freistil mit den Flossen geschwommen.
- 100m **kombinierte Rettungsübung**: 50m Freistilschwimmen, 17,5m Tauchen, Puppenaufnahme, 32,5m Schleppen einer Puppe.
- **Freistilschwimmen** ist eine beliebige Fortbewegungsform an oder unter der Wasseroberfläche mittels Arm- und/oder Beinbewegungen.
- **200 m Super Lifesaver**: 75 m Freistil, Puppenaufnahme, 25 m Schleppen der Puppe, Anlegen von Flossen und Gurtretter, 50 m Flossenschwimmen mit Gurtretter, Puppenübernahme, 50 m Ziehen der Puppe mit Flossen und Gurtretter
- **Retten einer Puppe mit Flossen und Gurtretter**: 50 m Flossenschwimmen mit Gurtretter, Puppenübernahme, 50 m Ziehen der Puppe mit Flossen und Gurtretter