

Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG
Société Suisse de Sauvetage SSS
Società Svizzera die Salvataggio SSS
Scoietad Svizra da Salvament SSS

Mitglied des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK
Membre de la Coix-Rouge Suisse CRS
Membro dell Croce Rossa Svizzera CRS



Reglement

Schweizermeisterschaften SLRG

Ingress

Im vorliegenden Dokument beziehen sich sämtliche verwendeten Begriffe sowohl auf die weibliche als auch auf die männliche Sprachform.
Im Falle von Interpretationsschwierigkeiten ist der deutschsprachige Text massgebend.

Sinn und Geist der Wettkämpfe

Durch fairen, sportlichen Wettkampfgeist sollen die Techniken und Leistungsfähigkeit der Rettungsschwimmer verbessert und der Rettungsgedanke aufrecht erhalten werden.

Nebst dem Wettkampfgedanken soll genügend Zeit und Raum für Begegnung, Gedankenaustausch sowie Pflege der Kameradschaft vorhanden sein.

Inhaltsverzeichnis

- 1. Teilnahmeberechtigung**
- 2. Wettkämpfe**
 - 2.1. Kategorien
 - 2.2. Anzahl Wettkämpfer
 - 2.3. Disziplinen
 - 2.4. Bahnverteilung
- 3. Allgemeine Bestimmungen**
 - 3.1. Sanitätsdienst
 - 3.2. Material
 - 3.3. Wettkampfbekleidung
 - 3.4. Schwimmbrillen
 - 3.5. Behinderung
 - 3.6. Anzahl Bahnen
 - 3.7. Befugnisse Chef Rettungssport
 - 3.8. Mannschaftsänderungen während dem Wettkampf
- 4. Bewertung/Rangierung**
 - 4.1. Wertungen
 - 4.2. Ranglisten
 - 4.3. Preise/Auszeichnungen
 - 4.4. Disqualifikation
 - 4.5. Schiedsgericht
 - 4.6. Beschwerden
- 5. Start/Zeitnahme**
 - 5.1. Der Start
 - 5.2. Der Startablauf
 - 5.3. Fehlstart
 - 5.4. Zeitnahme
 - 5.5. Beschwerden Zeitnahme
- 6. Technische Regeln für die Wettkämpfe**
 - 6.1. Puppenstaffel 4 x 25 m
 - 6.2. Gurtretterstaffel 4 x 50 m
 - 6.3. Rettungsleinenstaffel 4 x 100 m
 - 6.4. Hindernisschwimmen 4 x 50 m
 - 6.5. Kombinierte Flossenstaffel 4 x 50 m
 - 6.6. Rettungsbrettstaffel 4 x 50 m
 - 6.7. Rettungsballzielwurf 4 x 2 Bälle

Anhang 1 - Beschreibung des Materials

1. Teilnahmeberechtigung

Um an den Schweizermeisterschaften startberechtigt zu sein wird mindestens ein gültiges SLRG Brevet Basis Pool benötigt.

Vor dem Wettkampf sind die Brevet-Ausweise, ein amtlicher Ausweis mit Foto (Pass, ID, Führerausweis, GA oder Halbtax) und das vom Mannschaftsleiter unterschriebene Mannschaftsdatenblatt abzugeben.

2. Wettkämpfe

2.1. Kategorien

Es wird zwischen den Kategorien Damen und Herren unterschieden. In der Kategorie Herren dürfen sowohl Herren als auch Damen, in der Kategorie Damen nur Damen starten.

2.2. Anzahl Wettkämpfer

Eine Mannschaft setzt sich aus **mindestens 4 und maximal 6 Wettkämpfern** zusammen. Wettkämpfer dürfen nur in einer Mannschaft starten. Der Chef Rettungssport setzt die maximale Anzahl Teilnehmer zusammen mit der organisierenden Sektion fest.

2.3. Disziplinen

Alle Kategorien bestreiten die gleichen Disziplinen:

Puppenstaffel	4 x 25 m
Gurtretterstaffel	4 x 50 m
Rettungsleinenstaffel	4 x 100 m
Hindernisschwimmen	4 x 50 m
Kombinierte Flossenstaffel	4 x 50 m
Rettungsbrettstaffel	4 x 50 m
Rettungsballzielwurf	4 x 2 Bälle

2.4. Bahnverteilung

Die Bahnen werden aufgrund der Gesamtzeit der Vorjahre zugeteilt. Die schnellsten Mannschaften starten im letzten Lauf. In letzter Instanz entscheidet der Chef Rettungssport.

3. Allgemeine Bestimmungen

3.1. Sanitätsdienst

Während der ganzen Zeitdauer des Wettkampfes muss der Sanitätsdienst durch den Wettkampfveranstalter sichergestellt werden.

3.2. Material

Das während der Veranstaltung genutzte Material wird mit Ausnahme der Flossen den Teilnehmern von der SLRG zur Verfügung gestellt. Das Material darf nicht abgeändert werden. Die Verwendung von zusätzlichem Material und Hilfsmitteln ist nicht gestattet.

Das Rettungsmaterial ist gemäss dem angestammten Zweck zu tragen und entsprechend zu benutzen.

3.3. Wettkampfbekleidung

Kein Wettkämpfer oder keine Mannschaft darf etwas an sich tragen oder verwenden, das unlautere Vorteile gegenüber anderen Wettkämpfern oder Mannschaften bewirkt.

Der Badeanzug ist gemäss den Richtlinien der ILS (International Life Saving Federation) zu tragen.

Die Mannschaften tragen einheitliche Bademützen. Diese ist durch die jeweilige Sektion selbst zu organisieren. Die Farbe als auch das Material bestimmt die jeweilige Sektion. Ideal ist eine Farbwahl/Beschriftung der Bademütze, die auf die Herkunft der jeweiligen Sektion hindeutet. Einheitliche Mannschaftsbadeanzüge sind erwünscht aber nicht obligatorisch.

Die der Mannschaft bei Wettkampfbeginn zugewiesene Startnummer wird am rechten und linken Oberarm oder an der rechten und linken Hüftseite gut erkenntlich mit einem wasserfesten, antiallergischen Filzschreiber markiert.

Bei Allergikern darf an Stelle der Oberarme oder Oberschenkel die Bademütze mit der Startnummer beschriftet werden.

3.4. Schwimmbrillen

Bei allen Disziplinen sind Schwimmbrillen erlaubt.

3.5. Behinderung

Wird während einer Disziplin ein Teilnehmer behindert, muss er den Wettkampf trotzdem beenden. Das Schiedsgericht entscheidet über eine allfällig erneute Startberechtigung der betroffenen Mannschaft. In diesem Fall zählt das zweite Resultat.

3.6. Anzahl Bahnen

Das gesamte Wettkampfglement ist auf ein Schwimmbad mit 8 Bahnen ausgelegt. Sollten die Meisterschaften in einem Schwimmbecken mit weniger Bahnen durchgeführt werden, entscheidet der Chef Rettungssport über eine allfällige Disziplinenreduktion.

3.7. Befugnisse Chef Rettungssport

Der Chef Rettungssport hat die Befugnis, sämtliche Rechte und Pflichten zu delegieren.

3.8. Mannschaftsänderungen während dem Wettkampf

Fällt innerhalb einer Mannschaft ein Teilnehmer (z.B. infolge Krankheit, Unfall) aus, so besteht die Möglichkeit, diesen durch eine andere Person zu ersetzen. Dabei ist Punkt 2.2. zu berücksichtigen. Die endgültige Entscheidung fällt der Chef Rettungssport.

4. Wertungen/Rangierung

4.1. Wertungen

Die Leistungen der Wettkämpfer werden in Punkteangaben gewertet. Diese Punkte werden anhand einer von der SLRG vorgegebenen Wertungstabelle errechnet. Davon werden eventuelle Strafpunkte abgezogen. Es werden keine Minuspunkte gewertet. Die jeweils aktuelle Wertungstabelle ist während des Wettkampfes an der Infowand einsehbar

4.1.1. Wertung Rettungsballzielwurf

Innenkreis: 30 Punkte

Mittelkreis: 20 Punkte

Aussenkreis: 10 Punkte

4.1.2. Wertung Schwimmdisziplinen

Die aktuelle als Schweizerrekord registrierte Zeit gilt als Referenz für 1000 Punkte. Als Schweizerrekord gilt die an Schweizermeisterschaften oder internationalen Wettkämpfen offiziell gestoppte Bestzeit.

4.2. Ranglisten

Es werden pro Kategorie folgende Ranglisten erstellt:

4.2.1. Disziplinenrangliste

Die Rangfolge wird durch die erreichten Punktezahlen bestimmt.

4.2.2. Gesamtrangliste

Die Rangfolge wird durch die erreichten Punktezahlen bestimmt. Bei gleicher Punktezahl entscheidet die Totalzeit aller Schwimmdisziplinen (ohne Rettungsballzielwurf) für den besseren Rang.

4.3. Preise/Auszeichnungen

- Wanderpreise für alle Kategoriensieger
- Definitive Gewinner: 3x in Reihenfolge oder 4 x ohne Reihenfolge.
Der definitive Gewinner organisiert einen neuen Wanderpreis.
- Die Ränge 1-3 im Gesamtklassement jeder Kategorie werden mit je 6 Gold-, Silber- und Bronze-Medaillen ausgezeichnet.

4.4. Disqualifikation

Disqualifikation (0 Punkte) in einzelnen Disziplinen erhält eine Mannschaft die nicht rechtzeitig zum Start erscheint oder eine Disziplin nicht entsprechend dem vorliegenden Reglement ausführt. Diese Disziplin wird in der Gesamtrangliste mitgewertet.

Eine Mannschaft wird vom gesamten Wettkampf disqualifiziert, wenn sie

- offensichtlich Ungehorsam oder Fehlverhalten zeigt (zum Beispiel, wenn ein Wettkämpfer in zwei verschiedenen Mannschaften startet)
- bewusst das Material verändert,
- Hilfen anwendet, die ihr gegenüber anderen Teilnehmern unlautere Vorteile verschafft.

Einzelne Teilnehmer werden nur in Ausnahmesituationen disqualifiziert.

Die definitive Entscheidung fällt der Chef Rettungssport.

4.5. Schiedsgericht

Das Schiedsgericht, bestehend aus drei Mitgliedern, wird durch den Chef Rettungssport bestimmt, welcher auch den Vorsitz einnimmt. Das Schiedsgericht besteht nicht aus Mitgliedern der gleichen Sektion. Der Chef Rettungssport wird als sektionsneutral gewertet. Es entscheidet in allen Fällen als letzte Instanz.

4.6. Beschwerden

Jede begründete Beschwerde muss spätestens 30 Minuten nach der Bekanntgabe der Ereignisse schriftlich im Wettkampfsekretariat abgegeben werden. Diese Beschwerde muss von der Einspruch erhebenden Mannschaft verfasst und vom Mannschaftsleiter unterzeichnet sein. Beschwerdeberechtigt sind nur direkt betroffene Mannschaften.

5. Start/Zeitnahme

5.1. Der Start

- Grundsätzlich erfolgt der Start mit einem Kopfsprung
- Für folgende Disziplinen erfolgt der Start im Wasser:
 - 4 x 25 m Puppenstaffel
 - 4 x 50 m Rettungsbrettstaffel
- Beim Rettungsballzielwurf wird der Start speziell angegeben.

5.2. Startablauf

Nach einem langen Pfiff des Wettkampfleiters begeben sich die Rettungsschwimmer auf den Startblock und verbleiben dort. Anschliessend übergibt der Wettkampfleiter den Startvorgang an den Starter. Mit seinem Kommando "Auf die Plätze" nehmen die Rettungsschwimmer unverzüglich die Starthaltung ein. Sobald sich alle ruhig verhalten, ertönt das Startsignal.

5.3. Fehlstart

Es gilt die Ein-Start-Regelung, das heisst: Der erste Start wird durchgeführt. Startet ein Rettungsschwimmer **unmittelbar** vor dem Startsignal wird die Disziplin fortgesetzt. Sämtliche zu früh gestarteten Mannschaften werden nach Beendigung der Disziplin mit 50 Strafpunkten belegt.

Der Startvorgang wird abgebrochen, wenn ein Rettungsschwimmer startet, ohne dass ein Startsignal ertönt ist. Sämtliche zu früh gestarteten Mannschaften werden mit 50 Strafpunkten belegt.

5.4. Zeitnahme

Die Zeitmessungen erfolgen auf eine 1/10 Sek. genau. Pro Lauf ist nebst jeder Bahn mindestens eine zusätzliche Uhr im Einsatz. Eine eventuelle elektronische oder halbelektronische Zeitmessanlage kann unter offizieller und kompetenter Aufsicht eingesetzt werden. Die eingerichtete Anlage darf die Schwimmer weder beim Starten noch beim Wenden behindern. Die elektronische Anlage wird vom Starter in Gang gesetzt. Zusätzlich zur elektronischen Zeitnahme ist wenigstens ein Zeitnehmer pro Bahn einzusetzen.

5.5. Beschwerden Zeitnahme

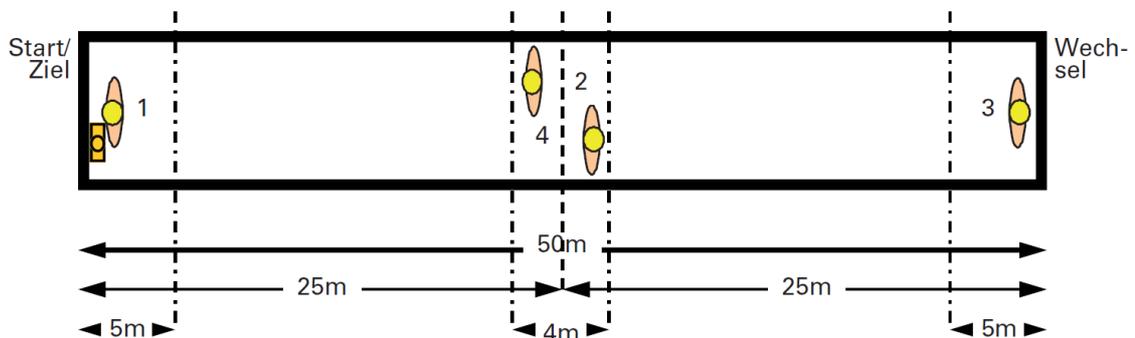
Stimmen bei einem Durchlauf die Klassifizierungen der Kampfrichter nicht mit den Zeiten der Zeitnehmer überein, entscheiden die Zielrichter welche Platzierung die Teilnehmer einnehmen. Beiden Mannschaften wird dieselbe Zeit gegeben, die durch das Mittel der von beiden erreichten Zeit berechnet wird.

6. Technische Regeln für die Wettkämpfe

6.1. Puppenstaffel (4 x 25 m)

6.1.1. Beschreibung der Disziplin

Alle vier Rettungsschwimmer starten im Wasser. Der erste Schwimmer hält sich mit einer Hand am Beckenrand/Startblock fest. In der anderen Hand hält er die Rettungspuppe mit Mund und Nase über der Wasserlinie. Nach dem Startsignal schleppt er die Rettungspuppe bis zur Wechselzone (4 Meter) in der Mitte des Beckens und übergibt sie dem zweiten Rettungsschwimmer, der sie nach dem Anschlagen auf der gegenüberliegenden Seite dem dritten Rettungsschwimmer übergibt. Dieser schleppt die Puppe bis zur Wechselzone und übergibt sie dem vierten Rettungsschwimmer. Die Disziplin ist beendet, wenn ein Körperteil des letzten Schwimmers die Beckenstirnwand berührt hat.



6.1.2. Abschleppmodalitäten

- die Rettungspuppe muss geschleppt, nicht geschoben werden. Sobald sich der Kopf der Rettungspuppe vor dem Kopf des Wettkämpfers befindet gilt dies als geschoben.
- Mund und/oder Nase der Rettungspuppe muss sich während mindestens 50% der Teilstrecke über der Wasserlinie befinden.

6.1.3. Wechsel

Der ankommende Rettungsschwimmer darf die Rettungspuppe erst loslassen, wenn der Nachfolgende sie ergriffen hat. Dabei muss immer ein Rettungsschwimmer mit mindestens einer Hand Kontakt zur Rettungspuppe halten. Der Wechsel vom 1. auf den 2. Rettungsschwimmer und vom 3. auf den 4. Rettungsschwimmer erfolgt innerhalb der gekennzeichneten Wechselzone.

6.1.4. Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers **50 Punkte**
- Vorzeitiger Start (Übergabe der Puppe vor dem Anschlagen, oder vorzeitiger Start des folgenden Teilnehmers) **100 Punkte**
- Loslassen der Puppe während des Abschleppens **100 Punkte**
- Übergabe ausserhalb der Wechselzone **200 Punkte**
- Mund und/oder Nase der Rettungspuppe befindet sich mehr als 50% einer der Teilstrecken unter der Wasserlinie **200 Punkte**

6.1.5. Disqualifikation

- Ein Schwimmer absolviert mehr als eine Teilstrecke

6.2. Gurtretterstaffel (4 x 50 m)

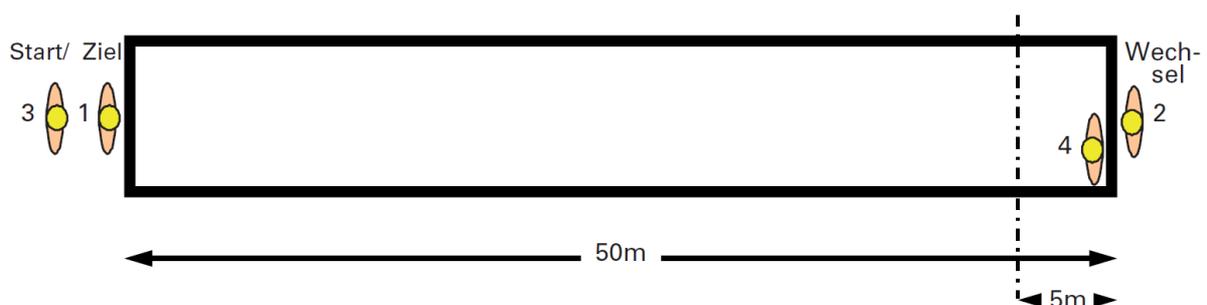
6.2.1. Beschreibung der Disziplin

1. Rettungsschwimmer: 50 m Freistil
2. Rettungsschwimmer: 50 m Freistil mit Flossen
3. Rettungsschwimmer: 50 m Freistil mit Gurtretter, anschliessend Rettling
4. Rettungsschwimmer: 50 m Freistil mit Flossen, Gurtretter und Abschleppen des Rettlings

Nach dem Startsignal schwimmt der 1. Rettungsschwimmer 50 m Freistil, anschließend der 2. Rettungsschwimmer 50 m Freistil mit Flossen. Der 3. Rettungsschwimmer legt den Gurtretter über eine Schulter an. Er muss sicherstellen, dass während des Starts kein Teil des Gurtretters in eine benachbarte Bahn ragt. Nach dem Anschlag des 2. Rettungsschwimmers absolviert er 50 m Freistil mit Gurtretter. Der 4. Rettungsschwimmer trägt Flossen und wartet im Wasser mit einer Hand am Beckenrand/Startblock auf den Anschlag des 3. Rettungsschwimmers. Nach dem Anschlag übernimmt er den Gurtretter und legt ihn über eine Schulter an. Der 3. Rettungsschwimmer wird zum Rettling und ergreift innerhalb des 5 m Bereichs mit beiden Händen den Auftriebskörper und hält diese Position. Der 4. Rettungsschwimmer zieht den Rettling mit dem Gurtretter 50 m ins Ziel.

Eine Mithilfe des Rettlings durch Beinbewegung ist erlaubt. Beim Wechsel und bei der Wende darf er sich von der Beckenwand abstossen. Ein ständiger Kontakt zum Gurtretter muss von den Rettungsschwimmern gewährleistet sein.

Die Leine zwischen Gurt und Auftriebskörper muss im Wasser hinter jedem Rettungsschwimmer in voller Länge ausgelegt und darf in keiner Form verkürzt sein. Bei der Wende/beim Anschlag mit Gurtretter und Rettling reicht der Anschlag des Retters.



6.2.2. Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers **50 Punkte**
- Gurt beim Start nicht über eine Schulter angelegt **50 Punkte**
- Frühstart bei den Ablösungen **100 Punkte**
- Nicht Anschlagen bei Wende (3. Schwimmer) **100 Punkte**
- Rettling hält Auftriebskörper nicht regelgerecht **200 Punkte**
- Leine des Gurtretters verkürzt **200 Punkte**

6.2.3. Disqualifikation

- Ein Schwimmer (ausser Schwimmer 3) schwimmt mehr als eine der vier Teilstrecken
- Wende / Anschlag ohne Gurtretter oder Rettling
- Rettling verliert nach der 5 m Markierung Kontakt zum Auftriebskörper
- Rettling unterstützt mit Armbewegung

6.3. Rettungsleinenstaffel (4 x 100 m)

6.3.1 Beschreibung der Disziplin

Die Wettkämpfer stehen am Start mit Rettungsleine und Gurt bereit. Ein Teilnehmer befindet sich als Rettling auf der gegenüberliegenden Seite. Auf das Startkommando schwimmt der erste Teilnehmer mit der Leine 50 m im freien Stil. Nach dem Anschlagen fasst er den dort bereit stehenden Rettling unter den Schultern. Anschliessend ziehen zwei Wettkämpfer der Mannschaft ohne Hilfsmittel mit der Leine Retter und Rettling an den Startort zurück. Nach dem Anschlagen des Retters schwimmt der nächste Teilnehmer mit der Leine gleich wie der vorhergehende, wobei sich ein weiterer Teilnehmer als Rettling auf die Gegenseite begibt. Beim Start und bei den Ablösungen dürfen die Mannschaftskameraden nach dem Anschlagen, respektive dem Startsignal behilflich sein. Im Verlauf der Staffel muss jeder Teilnehmer einmal als Retter (Schwimmer) und einmal als Rettling (Opfer) eingesetzt werden. Die Disziplin wird durch Anschlagen des letzten Retters nach dem Zurückziehen beendet. Verliert ein Retter seinen Rettling vor der 5 m Marke, so kann der Retter wieder zum Rettling zurück schwimmen ohne Ahndung des Verstosses.

6.3.2. Start

Das Berühren der Leine (inkl. Gurt) darf erst nach dem Startsignal erfolgen.

6.3.3. Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers **50 Punkte**
- Frühstart bei der Staffelablösung **100 Punkte**
- Nicht Anschlagen des Schwimmers bei der Wende **100 Punkte**
- Berühren von Gurt und/oder Leine unmittelbar vor dem Start **200 Punkte**

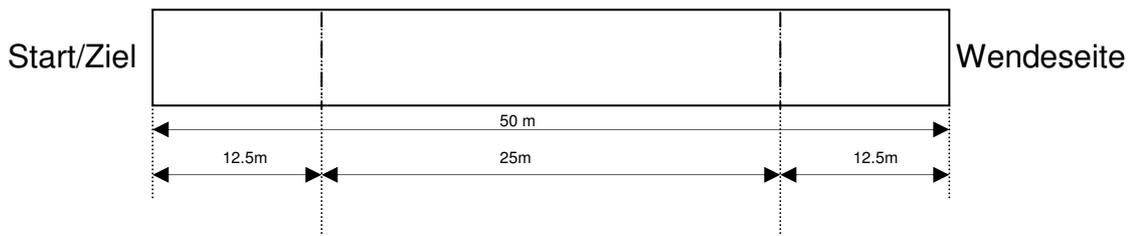
6.3.4. Disqualifikation

- Nicht jeder Wettkämpfer ist einmal Schwimmer und Rettling
- Loslassen des Rettlings vor der 5 m Marke ohne dessen Wiederaufnahme.

6.4. Hindernisschwimmen (4 x 50 m)

6.4.1. Beschreibung der Disziplin

Nach dem Startsignal legen die Rettungsschwimmer nacheinander die Strecke in Freistil zurück und untertauchen die Hindernisse. Jeder Rettungsschwimmer muss dabei nach seinem Start vor und hinter jedem Hindernis mindestens einmal auftauchen. Überschwimmt ein Rettungsschwimmer ein Hindernis, schwimmt er jedoch wieder zurück und untertaucht es, kann er die Disziplin ohne Ahndung des Verstosses fortsetzen.



Die Hindernisse sind 12,5 m von den Beckenstirnseiten entfernt. Der Abstand zwischen den beiden Hindernissen beträgt 25 m.

6.4.2. Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers **50 Punkte**
- Frühstart bei der Staffelablösung **100 Punkte**
- Nicht Auftauchen vor und nach den Hindernissen **100 Punkte**

6.4.3 Disqualifikation

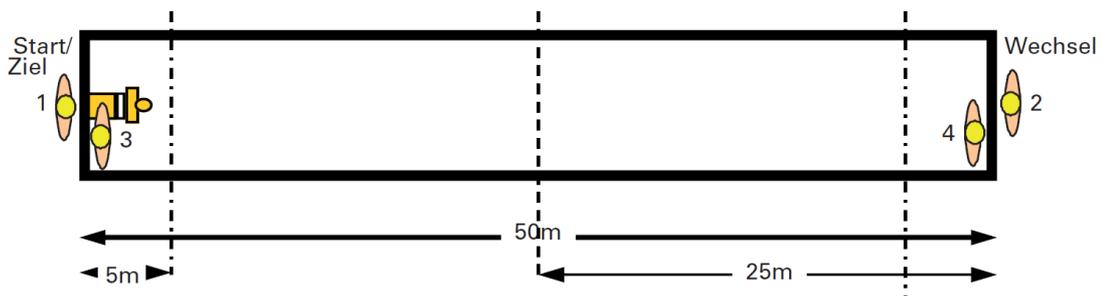
- Ein Schwimmer absolviert mehr als eine Teilstrecke
- Überschwimmen Hindernis (ohne zurück schwimmen und untertauchen)

6.5. Kombinierte Flossenstaffel (4 x 50 m)

6.5.1. Beschreibung der Disziplin

1. Rettungsschwimmer: 50 m Flossenschwimmen
2. Rettungsschwimmer: 25 m Tauchen mit Flossen, 25 m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme
3. Rettungsschwimmer: 50 m Schleppen einer Rettungspuppe
4. Rettungsschwimmer: 50 m Schleppen einer Rettungspuppe mit Flossen

Nach dem Startsignal absolviert der 1. Rettungsschwimmer 50 m Freistil mit Flossen. Der 2. Rettungsschwimmer taucht mindestens 25 m mit Flossen, legt die restliche Strecke in Freistil zurück und holt die am Bassinboden auf Rücken liegende Rettungspuppe (Fussteil an der Beckenstirnwand) an die Wasseroberfläche. Dabei hat der Kopf der Puppe vor dem 2. Rettungsschwimmer die Wasseroberfläche zu durchstossen. Der 3. Schwimmer wartet im Wasser und hält sich mit mindestens einer Hand am Beckenrand bzw. Startblock fest. Er ergreift die Puppe mit der freien Hand, nachdem ihr Kopf die Wasseroberfläche durchstossen hat. Erst wenn dieser Kontakt besteht, darf er die andere Hand vom Beckenrand lösen und die Puppe 50 m schleppen. Der 4. Schwimmer trägt Flossen und wartet im Wasser mit mindestens einer Hand am Beckenrand bzw. Startblock. Nach dem Anschlag darf er die Puppe ergreifen und die letzte Teilstrecke damit zurücklegen.



6.5.2. Abschleppmodalitäten Rettungsschwimmer 3 und 4:

- Die Rettungspuppe muss geschleppt, nicht geschoben werden. Sobald sich der Kopf der Puppe vor dem Kopf des Wettkämpfers befindet gilt dies als geschoben.
- Mund und/oder Nase der Rettungspuppe muss sich während mindestens 50% der Teilstrecke über der Wasserlinie befinden.

6.5.3. Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers **50 Punkte**
- Frühstart bei der Staffelablösung **100 Punkte**
- Auftauchen des Schwimmers 2 bevor der Kopf der Rettungspuppe die Wasseroberfläche durchbrochen hat **100 Punkte**
- Loslassen der Rettungspuppe während des Abschleppens **100 Punkte**
- Mund und/oder Nase der Rettungspuppe befindet sich mehr als 50% einer der Teilstrecken unter der Wasserlinie **200 Punkte**

6.5.4. Disqualifikation

- Schwimmer 2 holt die Rettungspuppe nicht an die Oberfläche
- Zu frühes Auftauchen von Schwimmer 2
- Ein Schwimmer absolviert mehr als eine Teilstrecke

6.6. Rettungsbrettstaffel (4 x 50 m)

6.6.1. Beschreibung der Disziplin

Eine Mannschaft besteht aus 4 Wettkämpfern. Jede Mannschaft verfügt über 3 Rettungsbretter. Es stehen pro Mannschaft 2 Bahnen zur Verfügung.

Der erste Schwimmer befindet sich neben dem Brett im Wasser. Der Heckteil des Brettes sowie eine Hand des ersten Schwimmers berührt die Startwand. Nach dem Startsignal wirft sich der erste Schwimmer auf das Brett und paddelt damit 50 m. Nach dem Anschlagen mit dem Brett startet der zweite Schwimmer gleich wie der erste. Beim Anschlag mit dem Brett muss mit mindestens einer Hand des Schwimmers Kontakt zum Brett gehalten werden. Jeder Teilnehmer startet und paddelt gleich wie der erste Schwimmer. Beim Start und bei den Ablösungen dürfen die Mannschaftsmitglieder nach dem Anschlag behilflich sein. Die Disziplin ist beendet, wenn der letzte Schwimmer mit dem Brett angeschlagen hat.

6.6.2. Strafpunkte

- | | |
|--|-------------------|
| - Fehlstart des Startschwimmers | 50 Punkte |
| - Frühstart bei den Ablösungen | 100 Punkte |
| - Kein Kontakt zum Brett beim Anschlag | 100 Punkte |

6.6.3. Disqualifikation

- Ein Schwimmer absolviert mehr als eine Teilstrecke
- Nicht Anschlagen mit dem Brett

6.7. Rettungsballzielwurf (4 x 2 Bälle)

6.7.1. Beschreibung der Disziplin

Es wird ab einem Podium in ein für Damen 13 m und Herren 18 m entferntes Ziel geworfen. Der Mannschaft stehen für die Würfe 2 x 2 Minuten zur Verfügung. Während des Unterbruchs können die bereits geworfenen Bälle aus den Zielfeldern entfernt werden. Bewertet wird nach dem Stillstand des Balles. Werden bereits geworfene und gewertete Bälle nachträglich verschoben, werden sie nicht neu gewertet.

6.7.2. Start

Start, Unterbruch, Zweitstart und Ende durch Kommando des entsprechenden Funktionärs.

30. Oktober 2010

Ausbildungskommission SLRG

Pascal Reichmuth, Chef Rettungssport

Anhang 1

Beschreibung des Materials

1. Persönliches Material

1.1. Flossen

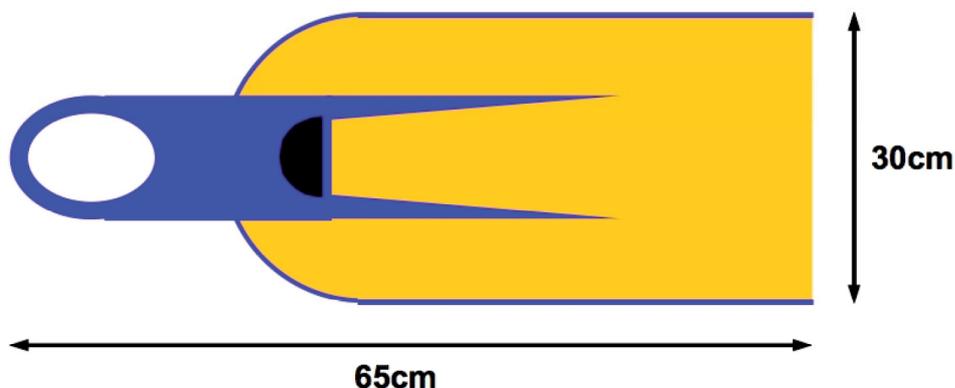
Die Flossen dürfen folgende Masse nicht überschreiten:

Länge: 65 cm inklusive Fußteil und Fersenband (s. Zeichnung)

Breite: 30 cm (gemessen am breitesten Teil des Flossenblattes)

Flossen, die nicht diesen Bestimmungen entsprechen oder andere Teilnehmer gesundheitlich gefährden könnten, sind nicht zum Wettkampf zugelassen.

Während der Messung darf das Fersenband in keiner Weise eingedrückt oder abgeknickt sein. Ausserdem muss es so eingestellt sein, wie es im Wettkampf verwendet wird, bzw. wurde (z.B. Taucherflossen).



2. Wettkampfmateriale SLRG

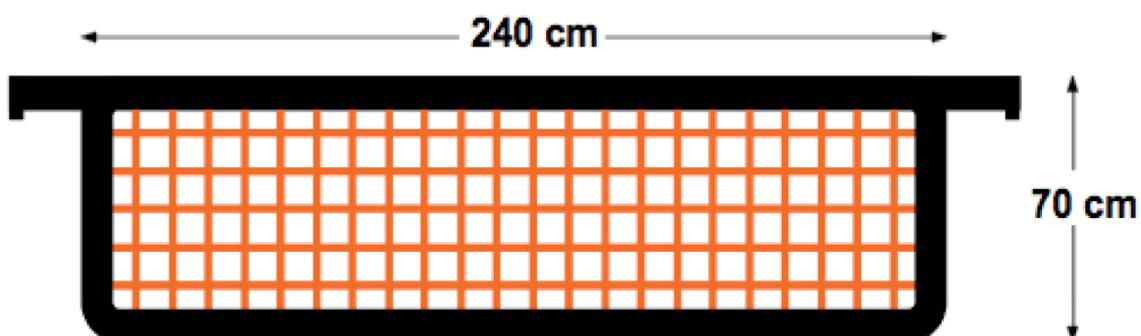
Sämtliches unter Punkt 2 aufgeführtes Material wird am Wettkampf durch die SLRG zur Verfügung gestellt.

2.1. Rettungspuppe

Offizielle Rettungspuppe der SLRG

2.2. Hindernis

Die Hindernisse sind ca. 2,40 m breit und ragen ca. 70 cm tief ins Wasser.



2.3. Rettungsleine

- Rettungsleine DN 10 mm, schwimmend, auf Haspel (mind. 55 m)
- Gürtelsystem SLRG

2.4. Gurtretter

Offizieller Gurtretter der SLRG

2.5. Rettungsbrett

Offizielles Rettungsbrett der SLRG (Hawaii-Kiki)

2.6. Rettungsball

Würfel / Schaumstoff-Schwimmkörper mit Nylon-Netz

2.6.1. Holzpodium

Ca. 100 x 80 x 50 cm (L x B x H)

2.6.2. Durchmesser Zielscheibe

- Innenkreis 2 m
- Mittelkreis 4 m
- Aussenkreis 6 m

11. Dezember 2010

Ausbildungskommission SLRG

Pascal Reichmuth, Chef Rettungssport