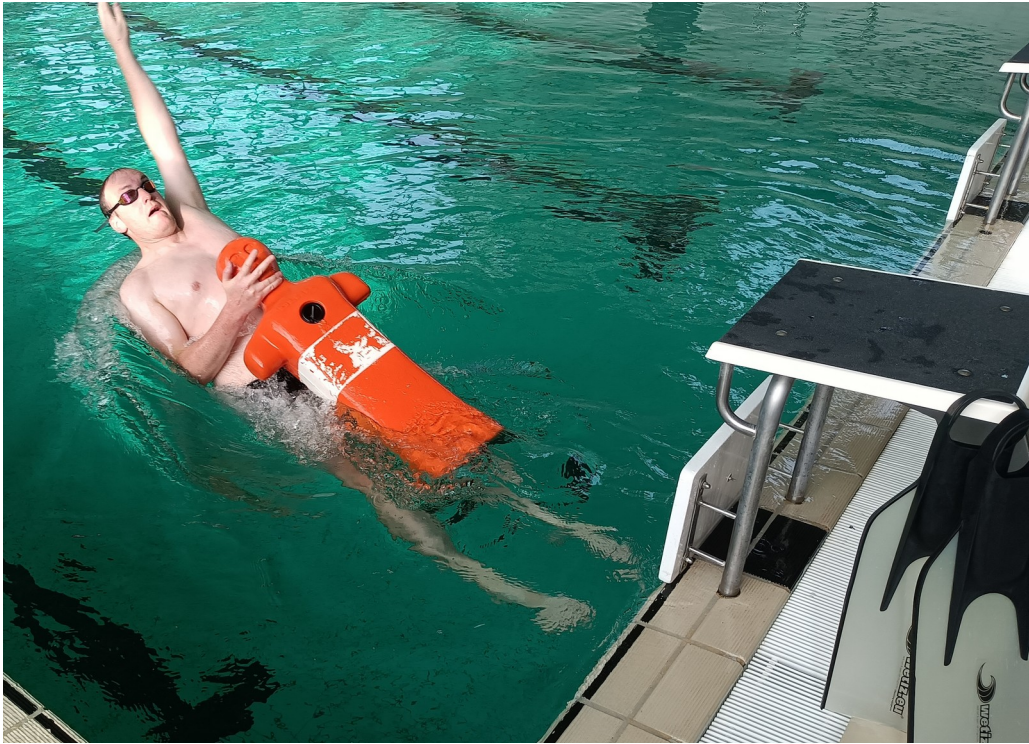


Einladung Ortsmeisterschaften 2025 DLRG Hude



Wir, die Trainer*innen der DLRG Ortsgruppe Hude, würden gerne mit euch, unseren aktiven Mitgliedern, einen Schwimmwettkampf bestreiten. Dazu laden wir euch zu den Ortsmeisterschaften 2025 ein, bei denen ihr euch im freundschaftlichen Wettbewerb miteinander messen könnt. Spannung bringen hier die Disziplinen, bei denen, je nach Alter, sogar simulierte Rettungen an einer Puppe durchgeführt werden.

Veranstalter: DLRG Ortsgruppe Hude
Ausrichter : DLRG Ortsgruppe Hude
Teilnehmer: Ihr, die aktiven Schwimmerinnen und Schwimmer der Ortsgruppe Hude
Datum: 22.11.2025
Ort: Hallenbad Hude, Auf dem Klüterort 13, 27798 Hude
Meldeschluss: 14.11.2025, 21:30 Uhr
Einlass & Start Einschwimmen: 9:00 Uhr
Kampfrichterbesprechung: 9:15 Uhr
Start des Wettkampfes: 9:45 Uhr bis ca. 13:00Uhr
Diese prognostizierte Endzeit ist eine grobe Schätzung und eine bessere Schätzung wird am Wettkampftag bekannt gegeben.

Was soll passieren?

Wir wollen mit euch einen rettungssportlichen Wettkampf nach aktuellem Regelwerk durchführen. Dieses Regelwerk erweitern wir etwas, damit auch die jüngeren Kinder unter euch teilnehmen können. Die Bahnen werden durch Wettkampfleinen abgetrennt und sogar eine Leine quer über das Becken gespannt, 5 m vom Rand entfernt. So ähnlich sieht es auch im Fernsehen aus, wenn ein Becken für Olympia präpariert wird.

Je nach Alter und Geschlecht werdet ihr unterschiedlichen Altersklassen zugeordnet. Die Zuordnung basiert auf eurem Geburtsjahr. Folgende Aufteilung wird es für Mädchen und Jungen geben:

AK 5/6 (mit Abzeichen)	5 und 6 Jahre	Jahrgang 2019 und 2020
AK 7/8	7 und 8 Jahre	Jahrgang 2017 und 2018
AK 9/10	9 und 10 Jahre	Jahrgang 2015 und 2016
AK 11/12	11 und 12 Jahre	Jahrgang 2013 und 2014
AK 13/14	13 und 14 Jahre	Jahrgang 2011 und 2012
AK 15/16	15 und 16 Jahre	Jahrgang 2009 und 2010
AK 17/18	17 und 18 Jahre	Jahrgang 2007 und 2008
AK Offen	ab 19 Jahren	ab Jahrgang 2006

Ihr seht, an alle ist gedacht. Doch bevor wir zu den Disziplinen kommen, hier noch ein paar Hinweise.

- Ihr könnt euch direkt auf der Internetseite anmelden.
- Aktive der AK 15/16, 17/18 und offene AK legen die zu schwimmenden Disziplinen mit Anmeldung bekannt.
- **Gerne nehmen wir auch „Anmeldungen“ von Erwachsenen an, die uns an dem Tag unterstützen wollen. Zur Durchführung eines rettungssportlichen Wettkampfes sind viele Hände notwendig. Gerne würden wir hier auf eure Hilfe zählen. Eine Einweisung mit der Beschreibung der Aufgabe wird 30 min vor Wettkampfbeginn stattfinden.**
- 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 sowie Berichterstattung über diese Veranstaltung erheben. Für alle anderen Teilnehmer der Veranstaltung (Kampfrichter, Zuschauer, etc.) gilt das Gleiche.

Basierend auf der Altersklasse dürft ihr andere Disziplinen schwimmen.

AK 5/6, AK 7/8

- 25 m Hindernisschwimmen (mit Leine)
- 25 m Beine in Rückenlage (mit Brett)
- 25 m Freistil (Brust wäre regelgerecht)

AK 9/10

- 50 m Hindernisschwimmen (mit Leine)
- 25 m Beine in Rückenlage
- 25 m Flossenschwimmen

AK 11/12

- 50 m Hindernisschwimmen (mit Leine)
- 50 m kombiniertes Schwimmen
- 50 m Flossenschwimmen

AK 13/14

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

AK 15/16, 17/18 und offene AK (3-4 aus Liste schwimmen; 3 in die Wertung)

- 200 m Hindernisschwimmen
- 50 m Retten einer Puppe
- 100 m Retten einer Puppe mit Flossen
- 100 m Kombinierte Übung
- 100 m Retten einer Puppe mit Flossen und Gurtretter („Lifesaver“)
- 200 m „Super Lifesaver“

Doch was bedeuten diese Disziplinen?

Grundsätzlich dürft ihr schwimmen wie ihr wollt. Freistil heißt, man kann eine beliebige Fortbewegung an und unter der Wasseroberfläche machen. Das bedeutet, von Kraul über Brust bis Streckentauchen ist jeder Stil erlaubt.

Hindernisschwimmen

In der Mitte der Bahn ist ein Hindernis, das untertaucht werden muss. Bei den jüngeren Teilnehmern ist das Hindernis ein Seil und bei den älteren AKs ein 80 cm tiefes Netz.

Beine in Rückenlage

Die Strecke wird ohne Arme auf den Rücken geschwommen. Die Hände sind sichtbar zusammen vor dem Körper.

Flossenschwimmen

Freistil mit Flossen

50 m kombiniertes Schwimmen

25 m Freistil und 25 m Beine in Rückenlage

50 m Retten einer Puppe (siehe Foto)

25 m Freistil, Puppe vom Boden heben (1.80 m Tiefe) und 25 m die Puppe schleppen

Die Disziplinen der AK 15/16, 17/18 und offene AK sind auf dieser Seite beschrieben:

<https://www.dlrg.de/mitmachen/rettungssport/informationen/disziplinen/>

Nach Beendigung der Wettkämpfe wird es eine Siegerehrung und die Verleihung der Urkunden geben.

Während des Wettkampfes dürfen Trinkflaschen (**keine Glasflaschen!!**) mit ins Bad genommen werden.

Wir freuen uns auf Euch!

Euer Trainerteam der Ortsgruppe Hude