



**Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft**

Einladung zum Ostercup 2017 in Langenhagen

Landesverband Niedersachsen

Bezirk Hannover-Land

Ortsgruppe Langenhagen e.V.

Referentin Wettkampfwesen

Christiane Nöhren

Am Pferdemarkt 73

30853 Langenhagen

Telefon: 0511 7287222

E-Mail: wettkampf@langenhagen.dlrg.de

Internet: www.langenhagen.dlrg.de

23. Januar 2017

Liebe Kameradinnen und Kameraden, hiermit möchten wir euch ganz herzlich zum Ostercup 2017 einladen.

Termin: Sonntag 26.03.2017

Ort: Hallenbad Godshorn

Ablauf:

Einlass ab:	10.30 Uhr
Wettkampfrichterbesprechung:	11.00 Uhr
Mannschaftsführerbesprechung:	11.00 Uhr
1.Start ca.:	11.20 Uhr
Ende ca.:	17.00 Uhr
Siegerehrung	schnellstmöglich nach Ende

Geschwommen wird auf 5 Bahnen à 25m mit Startblock auf einer Seite.
Wir weisen darauf hin dass das Schwimmbad nur in schwimmbadüblicher Bekleidung (keine Straßenkleidung) betreten werden darf. Im Schwimmbad sind keine Glasflaschen erlaubt.
Für Zuschauer steht die Cafeteria zur Verfügung.

Anmeldung:

Für den Ostercup 2017 gibt es wieder die Online-Anmeldung in 3 kleinen Schritten:

Anmeldung bis: 12.03.2017

unter: <http://langenhagen.dlrg.de/php/anmeldung/>

Anmeldungen werden nach der Reihenfolge der Anmeldung berücksichtigt.

Startgebühr:

10,- Euro pro gemeldete Mannschaft

Die Startgebühr ist auch fällig wenn die Mannschaft nicht antritt oder nach dem 19.03.2017 abgemeldet wird.

Ummeldungen in eine andere Altersklasse und/oder m/w sind kostenfrei möglich.

Bitte möglichst frühzeitig bekannt geben, damit am Wettkampftag so wenige Verzögerungen wie möglich entstehen.

(Wenn ein Schwimmer erkrankt ist, kann die Mannschaft auch mit 3 Schwimmern antreten und ein Schwimmer doppelt schwimmen)

Überweisung: DLRG Langenhagen e.V.

Kontonummer 0901 0733 26

BLZ 250 501 80

Bank Sparkasse Hannover

IBAN: DE34 2505 0180 0901 0733 26

BIC-/SWIFT-Code: SPKHDE2HXXX

Stichwort: Startgeld Ostercup

Überweisung bis zum 19.03.2017

Wettkampfrichter: Jede Ortsgruppe hat mindestens einen Kampfrichter mit Stoppuhr zu stellen! Der Kampfrichter sollte bitte ein weißes T-Shirt anziehen um besser erkennbar zu sein!

Wettkämpfe: Mannschaftswettkampf

(4-5 Schwimmer einer Altersklasse = eine Mannschaft)

weiblich, männlich (ab 1 männlichen Teilnehmer in der Mannschaft)

Altersklassen und Disziplinen:

Altersklassen:

- AK 10 = 6-10 Jahre
- AK 12 = 11-12 Jahre
- AK 13/14 = 13-14 Jahre
- AK 15/16 = 15-16 Jahre
- AK 17/18 = 17-18 Jahre
- Offene AK = alles was älter als 18 Jahre ist

Die AK richtet sich nach dem ältesten Schwimmer der Mannschaft

Das Alter richtet sich nach dem Alter am Tag des Wettkampfes es können auch jüngere Schwimmer 1 AK hoch gestuft werden um eine Mannschaft zu vervollständigen.

Disziplinen:

AK 10 4x 25 m Hindernisstafel 4x 25 m Gurtretterstaffel 4x 25 m Rücken ohne Armtätigkeit 4x 25 m Freistil	AK 12 4x 25 m Hindernisstafel 4x 25 m Gurtretterstaffel 4x 25 m Rücken o. Armtätigkeit 4x 25 m Rettungsstafel (siehe Regelwerk) 4x 25 m Flossenstaffel
AK 13/14 4x 50 m Hindernisstafel 4x 50 m Gurtretterstaffel 4x 25 m Puppenstaffel 4x 50 m Rettungsstafel (siehe Regelwerk) 4x 25 m Tauch-Schwimmstaffel m. Flossen	AK 15/16 – offene AK 4x 50 m Hindernisstafel 4x 50 m Gurtretterstaffel 4x 25 m Puppenstaffel 4x 50 m Rettungsstafel (siehe Regelwerk) 4x 50 m Tauch-Schwimmstaffel m. Flossen

Erklärung 4x 50m Tauch-Schwimmstaffel m. Flossen: jeder Schwimmer taucht 20-25m und den Rest Freistilschwimmen (spätestens beim Anschlag nach 50m muss der Schwimmer aufgetaucht sein, zur Überwachung der Schwimmers sollte ein Betreuer mit am Beckenrand stehen)

4x 25m Tauch-Schwimmstaffel m. Flossen: jeder Schwimmer taucht 10m und den Rest Freistilschwimmen (spätestens beim Anschlag nach 25m muss der Schwimmer aufgetaucht sein, zur Überwachung der Schwimmers sollte ein Betreuer mit am Beckenrand stehen)

Erklärung Gurtretterstaffel:

AK10 + AK 12 :

4x 25m Freistilschwimmen mit Gurtretter

Der Gurtretter wird jeweils im Wasser von einem Schwimmer auf den nächsten übergeben

AK 13-14 – offene AK :

1.Schwimmer 50m Freistilschwimmen

2.Schwimmer 50m Flossenschwimmen

3.Schwimmer 50m Freistil mit Gurtretter

4.Schwimmer 50m Flossenschwimmen mit Gurtretter + Verunglücktem (3.Schwimmer)

Erklärung Rettungsstaffel

AK 13/14 – offene AK:

1.Schwimmer 50m Flossenschwimmen

2.Schwimmer 25m Tauchen mit Flossen + 25m Flossenschwimmen

3.Schwimmer 50m Schleppen einer Puppe (wird schon vom 3. Schwimmer gehalten)

4.Schwimmer 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen

AK 12: 1.Schwimmer 25m Freistil

2.Schwimmer 25m Flossenschwimmen

3.Schwimmer 25m Rücken o. Arme

4.Schwimmer 25m Rücken o. Arme mit Flossen

Erklärung Flossenstaffel

AK 12: 4x25 m Freistilschwimmen mit Flossen

Da die **Puppen** ganz gefüllt sind, werden wir an den Startblöcken Halteschlaufen anbringen, aus denen die Puppen vor der Disziplin zu entnehmen sind und nach Ende der Disziplin wieder einzuhängen sind (wenn sie nicht direkt an die nachfolgende Mannschaft weitergereicht werden können).

Material: Jede Ortsgruppe sollte 1 Puppe und einen gelben Gurtretter stellen.

Flossen sollte jeder Teilnehmer selbst mitbringen.

Zur Gesundheit der Schwimmer: Die Überprüfung der Schwimmsporttauglichkeit in Anlehnung an die 8390 (Regelwerk) obliegt den teilnehmenden Ortsgruppen. Eine Überprüfung der Mitgliedsbücher durch uns ist nicht vorgesehen.

Wenn ihr noch Fragen habt, bitte an Christiane Nöhren E-Mail: wettkampf@langenhagen.dlrg.de oder Tel. 0511 7287222

Protokolle der letzten Jahre unter: langenhagen.dlrg.de/retten/ostercup/protokolle.html

Wir freuen uns über rege Teilnahme.