



# 32. AUGSBURGER ZIRBELNUSS-SCHWIMMEN AM 14./15.01.2017

## Info-Schreiben

### 1) Mehrkamp-Wertung

Übersicht der WK-Nummern für die geforderten Strecken:

			Mehrkampwertung (MK-Wertung)				
Jug.	Alter	Jhg	MKL = Mehrkampf-Lage				
E	8	2009	100 m F	50 m B	50 m R	50m Beine	----
	9	2008					
		M / W	10 / 11	12 / 13	5 / 6	16 / 17	----
D	10	2007	200 m F	100 m L	100 m MKL	50 m MKL	50 m MKL Beine
	11	2006					
		Delphin	1 / 2	18 / 19	20 / 21	28 / 29	32.1 / 33.1
		Rücken			34 / 35	12 / 13	32.2 / 33.2
		Brust			3 / 4	5 / 6	32.3 / 33.3
		Kraul			10 / 11	24 / 25	32.4 / 33.4
C	12	2005	400 m F	200 m L	200 m MKL	100 m MKL	50 m MKL Beine
	13	2004					
		Delphin	26 / 27	22 / 23	30 / 31	20 / 21	32.1 / 33.1
		Rücken			6 / 7	34 / 35	32.2 / 33.2
		Brust			14 / 15	3 / 4	32.3 / 33.3
		Kraul			1 / 2	10 / 11	32.4 / 33.4
B	14	2003/02	200 m F	200 m L	100m B/R/S	100m B/R/S	50 m F
	15						
A	16	2001/00					
	17						
Ü18	18+	1999 u. ä.					
		Männlich					
		Weiblich	2	23	4 / 35 / 21	4 / 35 / 21	25

## WICHTIG ZU BEACHTEN:

- Für die MK-Wertung gelten ausschließlich, die in der oberen Tabelle angegebenen WK-Nummern.
- Insbesondere bei den 50m-Strecken bitte sicherstellen, dass keine Verwechslung mit den 50m-Sprint-Wettbewerben in der offenen Klasse (WK-Nr. 37-44) vorliegt.
- Wer an beiden Wettbewerben teilnehmen möchte – Mehrkampfwertung und Sprint-Wettbewerbe – der muss ggf. die 50m Freistil zweimal melden: einmal für WK 24/25 (MK) und nochmal für WK 43/44 (Sprint).

## 2) Regeln für die 50m-Beine-Wettbewerbe

	<b>Delphin-, Brust- und Kraul-Beine</b>	<b>Rücken-Beine</b>
<i>Schwimmbrett</i>	Mit Brett.	Ohne Brett.
<i>Schwimmlage</i>	Das Brett wird zu jedem Zeitpunkt mit beiden Händen im vorderen Drittel gehalten.	In Rückenlage, Arme sind gestreckt, Hände zusammen.
<i>Start</i>	Der Start erfolgt im Wasser; eine Hand an der Wand/Blech, andere Hand hält das Brett, beide Füße an der Wand.	Normaler Rückenstart.
<i>Übergang</i>	Keine Kicks (außer Delphin), keine Tauchphase! Beide Hände umfassen das Brett nach dem Abstoß.	Kurze Tauchphase, max. 3 Kicks, dann Übergang zu Rückenbeine.
<i>Wende</i>	Anschlag erfolgt mit dem Brett (beide Hände in vorderen Drittel), dann offene Wende, keine Rollwende!	Einleitung einer Rollwende durch 180° Drehung um Körperachse, max. 1 Zug!
<i>Übergang</i>	Siehe oben.	Siehe oben.
<i>Zielanschlag</i>	Anschlag erfolgt mit dem Brett (beide Hände in vorderen Drittel).	Anschlag mit beiden Händen gleichzeitig in Rückenlage.

## 3) 50m-Sprint-Wettbewerben in der offenen Klasse (WK 37-44)

- Laut Ausschreibung sind **pro Verein max. 3 Aktive pro Geschlecht** zugelassen ⇒ **diese Einschränkung wird aufgehoben; es kann bis zum 10.01.2017 nachgemeldet werden.**
- Ebenso entfällt die Einschränkung auf 6 Läufe bzw. 30 Startplätze pro Lage und Geschlecht.
- Die Wertung erfolgt in der offenen Klasse, Startberechtigung ab C-Jugend (Jg. 2005 u.ä.).