



# SMK OWL-IX

## ***Ausschreibung für den***

### ***OWL-Schwimm-Mehrkampf und OWL-IX 2023***

***Veranstalter: SV OWL***

***Ausrichter: TG Ennigloh***

#### **Veranstaltungsdaten**

1. Abschnitt am Samstag, den 04.03.2023

Einlass/Einschwimmen: 09:00 Uhr

Kampfrichtersitzung: 09:15 Uhr

Ende Einschwimmen: 09:55 Uhr

Beginn: 10:00 Uhr

2. Abschnitt am Sonntag, den 05.03.2023

Einlass/Einschwimmen: 09:00 Uhr

Kampfrichtersitzung: 09:15 Uhr

Ende Einschwimmen: 09:55 Uhr

Beginn: 10:00 Uhr

***Ausschreibung für den SMK und OWL-IX 2023***

<b>Wettkampfprogramm für den SMK im SV OWL &amp; OWL-IX 2023</b>			
<b>1. Abschnitt</b>		Einlass/Einsch.:	09:00 Uhr
Samstag, den 04.03.2023		KaRi-Sitzung:	09:15 Uhr
		Beginn:	10:00 Uhr
<b>Wettkampffolge</b>			
<i>OWL-IX I</i>	Start	<i>Jahrgang 2017 - 2014</i>	
<i>OWL-IX II</i>	Unterwasserbewegung	<i>Jahrgang 2017 - 2014</i>	
<b>Auswahlübung I</b>	3	100 m Schmetterling Frauen	Jahrgang 2013
	4	100 m Schmetterling Männer	Jahrgang 2013
	5	200 m Schmetterling Frauen	Jahrgang 2012 & 2011
	6	200 m Schmetterling Männer	Jahrgang 2012 & 2011
	7	200 m Rücken Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	8	200 m Rücken Männer	Jahrgang 2013 - 2011
	9	200 m Brust Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	10	200 m Brust Männer	Jahrgang 2013 - 2011
	11	200 m Kraul Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	12	200 m Kraul Männer	Jahrgang 2013 - 2011
<i>OWL-IX III.I</i>	Koordination I	<i>Jahrgang 2017 - 2014</i>	
<i>OWL-IX III.II</i>	Koordination II	<i>Jahrgang 2017 - 2014</i>	
<b>Auswahlübung II</b>	13	50 m Schmetterling – Beine Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	14	50 m Schmetterling – Beine Männer	Jahrgang 2013 - 2011
	15	50 m Rücken – Beine Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	16	50 m Rücken – Beine Männer	Jahrgang 2013 - 2011
	17	50 m Brust – Beine Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	18	50 m Brust – Beine Männer	Jahrgang 2013 - 2011
	19	50 m Kraul – Beine Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	20	50 m Kraul – Beine Männer	Jahrgang 2013 - 2011
<i>OWL-IX IV</i>	Wendenausführung	<i>Jahrgang 2017 - 2014</i>	
<i>OWL-IX V</i>	Ausdauer	<i>Jahrgang 2017 - 2014</i>	
<b>Pflicht- übung I</b>	1	400 m Freistil Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	2	400 m Freistil Männer	Jahrgang 2013 - 2011
<b>2. Abschnitt</b>		Einlass/Einsch.:	09:00 Uhr
Sonntag, den 05.03.2023		KaRi-Sitzung:	09:15 Uhr
		Beginn:	10:00 Uhr
<b>Wettkampffolge</b>			
<b>Pflichtübung II</b>	21	15 m Delfin-Beine Bauchlage weiblich	Jahrgang 2013
	22	15 m Delfin-Beine Rückenlage weiblich	Jahrgang 2013
	23	15 m Delfin-Beine Bauchlage männlich	Jahrgang 2013
	24	15 m Delfin-Beine Rückenlage männlich	Jahrgang 2013
	25	25 m Delfin-Beine Bauchlage weiblich	Jahrgang 2012 & 2011
	26	25 m Delfin-Beine Rückenlage weiblich	Jahrgang 2012 & 2011
	27	25 m Delfin-Beine Bauchlage männlich	Jahrgang 2012 & 2011
	28	25 m Delfin-Beine Rückenlage männlich	Jahrgang 2012 & 2011
<i>OWL-IX I</i>	Start	<i>Jahrgang 2017 - 2014</i>	
<i>OWL-IX II</i>	Unterwasserbewegung	<i>Jahrgang 2017 - 2014</i>	
<b>Auswahlübung III</b>	29	50 m Schmetterling Frauen	Jahrgang 2013
	30	50 m Schmetterling Männer	Jahrgang 2013
	31	100 m Schmetterling Frauen	Jahrgang 2012 & 2011
	32	100 m Schmetterling Männer	Jahrgang 2012 & 2011
	33	100 m Rücken Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	34	100 m Rücken Männer	Jahrgang 2013 - 2011
	35	100 m Brust Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	36	100 m Brust Männer	Jahrgang 2013 - 2011
	37	100 m Kraul Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	38	100 m Kraul Männer	Jahrgang 2013 - 2011



<b>OWL-IX III.I</b>		Koordination I	Jahrgang 2017 - 2014
<b>OWL-IX III.II</b>		Koordination II	Jahrgang 2017 - 2014
<b>Pflicht- übung III</b>	39	200 m Lagen Frauen	Jahrgang 2013 - 2011
	40	200 m Lagen Männer	Jahrgang 2013 - 2011
<b>OWL-IX IV</b>		Wendenausführung	Jahrgang 2017 - 2014
<b>OWL-IX V</b>		Ausdauer	Jahrgang 2017 - 2014

### **Allgemeine Bestimmungen**

Es gelten die Allgemeinen Bestimmungen des SV OWLs für das Jahr 2023.

### **Wettkampfstätte**

Bündener Welle, Kloppenburgstraße 25, 32257 Bünde. 5 durch Wellenkilerleinen abgetrennte 25 m Bahnen, Wassertiefe zwischen 1,20 m und 1,80 m, Wassertemperatur ca. 25 °C

### **Zeitmessung**

Die Zeitmessung erfolgt per Handzeitnahme.

### **Meldeschluss**

Meldeschluss ist am 20.02.2023 um 21:00 Uhr unter der Meldeanschrift.

### **Besonderheit zum Meldeverfahren**

Es wird gebeten, sowohl für den SMK als auch für den OWL-IX den Meldebogen zu nutzen, welcher bereitgestellt wird. Eine Meldung als DSV7-Standard ist nicht nötig. Teilnehmer des OWL-IX sollen einen bestimmten Tag als Wunsch angeben. Terminwünsche können allerdings nicht gewährleistet werden.

### **Laufeinteilung**

Die Laufeinteilung erfolgt nach Jahrgängen ohne Anzeige von Meldezeiten.

### **Meldeergebnis**

Im Vorfeld der Veranstaltung wird ein Meldeergebnis auf der Internetseite des SV OWLs zum Download bereitgestellt. Im Meldeergebnis selbst werden keine Meldezeiten der Aktiven aufgeführt.

### **Besonderheiten zum SMK**

#### **Schwimm-Mehrkampf-Kombination**

Der Schwimm-Mehrkampf kann in vier Streckenprofilen bestritten werden, wobei jeder Sportler nur für ein Streckenprofil gemeldet werden kann. Für den Schwimm-Mehrkampf 2023 stehen folgende Streckenprofile zur Auswahl:



<b>Jahrgang 2012 &amp; 2011</b>			
<b><u>Pflichtstrecken für alle Profile</u></b>			
400 m Freistil	200 m Lagen	25 m Delfin-Beine Bauchlage	25 m Delfin-Beine Rückenlage
<b><u>Auswahlstrecken nach Profilen</u></b>			
<b><u>Profil I – Schmetterling</u></b>			
200 m Schmetterling	100 m Schmetterling	50 m Delfin-Beine	
<b><u>Profil II – Rücken</u></b>			
200 m Rücken	100 m Rücken	50 m Rücken-Beine	
<b><u>Profil III – Brust</u></b>			
200 m Brust	100 m Brust	50 m Brust-Beine	
<b><u>Profil IV – Kraul</u></b>			
200 m Kraul	100 m Kraul	50 m Kraul-Beine	
<b>Jahrgang 2013</b>			
<b><u>Pflichtstrecken für alle Profile</u></b>			
400 m Freistil	200 m Lagen	15 m Delfin-Beine Bauchlage	15 m Delfin-Beine Rückenlage
<b><u>Auswahlstrecken nach Profilen</u></b>			
<b><u>Profil I – Schmetterling</u></b>			
100 m Schmetterling	50 m Schmetterling	50 m Schmetterling-Beine	
<b><u>Profil II – Rücken</u></b>			
200 m Rücken	100 m Rücken	50 m Rücken-Beine	
<b><u>Profil III – Brust</u></b>			
200 m Brust	100 m Brust	50 m Brust-Beine	
<b><u>Profil IV – Kraul</u></b>			
200 m Kraul	100 m Kraul	50 m Kraul-Beine	

**Teilnahmeberechtigung**

Teilnahmeberechtigt für den SMK im SV OWL sind die Jahrgänge 2013 – 2011.

**Durchführungsbestimmungen für die Beinarbeit-Wettkämpfe**

Für die Wettkämpfe welche ausschließlich, die Beinbewegung der Auswahlstrecken betreffen, werden folgende Regeln festgelegt:

- Der Start erfolgt aus dem Wasser.
- Eine Hand befindet sich an der Starthaltung Rückenschwimmen des Startblocks. Die andere Hand befindet sich auf dem Schwimmbrett und umgreift die Vorderkante des Brettes.
- **Beide Füße** befinden sich mit der Sohle an der Wand.
- Es erfolgt wie beim Rückenschwimmen, **ein zweiter langer Pfiff des Schiedsrichters**
- Auf das Startsignal erfolgt der Abstoß von der Wand. Beide Hände umgreifen sofort die Vorderkante das Schwimmbrett.
- Der Anschlag erfolgt mit dem Brett. Beide Hände müssen bis zum Schluss die Vorderkante des Schwimmbrettes von oben umgreifen.
- Ausschließlich zum Wenden darf sich eine Hand des Sportlers vom Brett lösen, sofern im Vorfeld das Brett die Wand berührt hat. Mit Abstoß von der Wende muss die Hand unverzüglich die Vorderkante des Bretts von oben wieder umgreifen.
- Die Rückenbeinbewegung wird mit Wechselbeinschlag ohne Brett geschwommen und per Rückenstart, inklusive der Erlaubnis einer Delfinbeinbewegung unter Wasser bis maximal 15 m. Die Hände liegen mit gestreckten Armen vor dem Kopf. Der Zielanschlag erfolgt in Rückenlage mit einem beliebigen Teil des Körpers.
- Kraulbeinbewegungen werden in Bauchlage mit Wechselbeinschlag ausgeführt. Brustbeinschläge und Delfinkicks sind zu keiner Zeit erlaubt.



### **Punktewertung**

Die Punktewertung erfolgt anhand der World Aquatics-Punktliste. Die Punkte über 50m Beinbewegung werden wie folgt ermittelt: Für die erreichte Zeit über 50m Beinbewegung wird der Wert aus der World Aquatics-Punktetabelle über 50m Gesamtbewegung derselben Schwimmart genommen.

### **Definition zur Delfin-Beinbewegung**

Die 2x15m/2x25m Delfinbeinbewegung finden in Gruppen am Anfang des zweiten Abschnitts statt. Es ist je eine Teilstrecke in Bauch- und in Rückenlage zu absolvieren. Jede Teilstrecke wird als eigenständiger Wettkampf geschwommen und nach einer eigenen 1000-Punktetabelle bewertet. Die Punktetabellen männlich / weiblich orientieren sich an den aktuellen World Aquatics-Punktetabellen über 50m Gesamtbewegung Schmetterling. Konkret wird für die 25m Strecken die Zeit über 50m Schmetterling halbiert, die dann die Basis für eine neue 1000-Punktetabelle für die Bewertung der Delphinbeinbewegungen bildet. Bei den Jungen wird die 1000-Punkte-Zeit in Bauch- und Rückenlage auf jeweils 00:11,13 Min. und bei den Mädchen auf 00:12,21 Min. festgelegt.

Für die 15m Strecken wird die Zeit über 50m Schmetterling gedrittelt, die dann die Basis für eine neue 1000-Punktetabelle für die Bewertung der Delphinbeinbewegungen bildet. Bei den Jungen wird die 1000-Punkte-Zeit in Bauch- und Rückenlage auf jeweils 00:07,42 Min. und bei den Mädchen auf 00:08,14 Min. festgelegt.

Die Ausführung der Delphinbeinbewegung erfolgt nach dem Start vom Startblock bzw. bei der Rückenlage aus dem Wasser (vgl. § 125 WB-FT SW). Nach dem Start ist eine Tauchphase bis maximal 15m zulässig. Nach dem Auftauchen findet die Delphinbeinbewegung an der Wasseroberfläche statt. Dabei muss ein Körperteil die Wasseroberfläche permanent durchbrechen. Die Hände sind übereinander zu halten (streamline; keine Handbewegung erlaubt). Atmung ist erlaubt, solange die Hände übereinander bleiben. Gemessen wird die Zeit beim Durchgang der Hände bei 15m bzw. beim Anschlag bei 25m. Der Anschlag erfolgt mit beiden Händen. **Zur weiteren Erläuterung dient folgendes Video:** <https://1drv.ms/f/s!Ag4fAppxDkNukfEPNCU6rV-LxmWtjw>.

### **Definition zum Kraulschwimmen**

Im Profil Kraul darf in den Auswahlübungen lediglich Kraul geschwommen werden. Dabei gilt die Definition zum Kraulschwimmen des DSVs vorbehaltlicher Änderungen wie folgt:

*Der Start durch Sprung vom Startblock. Der/Die Sportler\*in muss die ganze Strecke in Bauchlage mit Wechselarmschlag (Kraularmzug) schwimmen, wobei die Arme über Wasser nach vorne geführt werden. Mit den Beinen darf nur Wechselbeinschlag (Kraulbeinschlag) geschwommen werden. Ein Brust- oder Delfinbeinschlag ist nicht erlaubt. Nur nach dem Start und jeder Wende darf der/die Sportler\*in, bis der Kopf erstmalig die Wasseroberfläche durchbricht (spätestens bei 15 Metern), Delfinbeinschläge ausführen. Danach muss sich bis zur nächsten Wende oder Anschlag immer ein Teil des Körpers oberhalb der Wasseroberfläche befinden. Beim Wenden bzw. beim Zielschlag muss der/die Sportler\*in die Wand mit einem beliebigen Teil seines Körpers berühren*

### **Wertung, Auszeichnung und Siegerehrung**

Die Wertung erfolgt jahrgangsweise. Eine Siegerehrung über die einzelnen Teildisziplinen erfolgt nicht.

Platz 1 - 3 Pokal für die Gesamtleistung

Alle Teilnehmer des SMKs erhalten, unabhängig von den Regelungen in den allgemeinen Durchführungsbestimmungen, eine Urkunde über Ihre Gesamtleistung mit der Übersicht über die einzelnen Wettkämpfe.



**Disqualifikation und Nachschwimmen im SMK**

Im Falle einer Disqualifikation auf einer einzelnen Strecke werden für diese Strecke null Punkte vergeben. Tritt ein Sportler oder eine Sportlerin auf einer einzelnen Strecke nicht an, wird analog verfahren. Der Sportler oder die Sportlerin verbleibt in beiden Fällen im Wettbewerb.

Im Falle einer Disqualifikation über eine der beiden Delfinbeine-Strecken (WK 17 – 20) ist ein einmaliges Nachschwimmen pro Strecke direkt im Anschluss an Wettkampf 20 möglich. Wird ein Sportler im Nachschwimmen erneut disqualifiziert, wird für beide Delfinbeine-Strecken die Punktzahl Null vergeben.

**Erhöhtes nachträgliches Meldegeld (EnM)**

Erhöhtes nachträgliches Meldegeld wird gemäß den Allgemeinen Bestimmungen des SV OWLs fällig, sofern die Meldung nicht erfüllt wird. EnM wird für das Nichterfüllen über den jeweiligen Teilwettkampf der Kombination fällig. Eine Pflichtpunktzahl oder Pflichtzeit muss nicht erfüllt werden.

**Besonderheiten zum OWL-IX**

Die Wettkampfbestimmungen des DSVs finden beim OWL-IX keine Berücksichtigung. Eine Teilnehmerbeschränkung je Verein und pro Jahrgang gibt es nicht. Jeder Aktive hat die sechs Teilübungen (im Bereich III jeweils zwei Übungen) zu absolvieren. Teilnahmeberechtigt sind die Jahrgänge 2017 – 2014.

**Übungsübersicht OWL-IX-Übungen**

<b><u>Bereich I – Start</u></b>	
<b>17 / 1 / 1</b>	Sprung vom Beckenrand oder vom Block Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m
<b>16 / 1 / 1</b>	Kraul-Startsprung – Gleiten unter Wasser – ohne Arm- oder Beinarbeit (die Arme sind nach vorne gestreckt) Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m
<b>15 / 1 / 1</b>	Brust-Startsprung mit einem Tauchzug und anschließendem Gleiten unter Wasser Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m
<b>14 / 1 / 1</b>	Rücken-Starts – Gleiten unter Wasser – ohne Arm- oder Beinarbeit (die Arme sind nach vorne gestreckt) Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2 m
<b><u>Bereich II - Unterwasserbewegung</u></b>	
<b>17 / 2 / 1</b>	Kräftiger Abstoß <b>unter Wasser</b> – Tauchen beliebig Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m – 25m.
<b>16 / 2 / 1</b>	Kräftiger Abstoß <b>unter Wasser</b> in Bauchlage + Kraul-Beinschläge (die Arme sind nach vorne gestreckt) Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m – 25m.
<b>15 / 2 / 1</b>	Kräftiger Abstoß <b>unter Wasser</b> in Bauchlage + Delfin-Beinschläge (die Arme sind nach vorne gestreckt) Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m – 25m.
<b>14 / 2 / 1</b>	Kräftiger Abstoß <b>unter Wasser</b> in Rückenlage + Delfin-Beinschläge (die Arme sind nach vorne gestreckt) Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m – 25m.
<b><u>Bereich III - Koordination</u></b>	
<b>17 / 3 / 1</b>	25m Kraul-Beine mit Brett (das Brett wird unten und nur mit den Händen berührt) Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:20,00
<b>17 / 3 / 2</b>	25m Altdeutsch-Arme und Rücken-Beine Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:15,00





16 / 3 / 1	25m Kraul mit 1 Rolle vorwärts Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:15,00
16 / 3 / 2	25m Fußvorwärtsschwimmen Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 2:20,00
15 / 3 / 1	25m 2 Zyklen Kraul-Arme und 2 Brust-Beinschläge im Wechsel Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:15,00
15 / 3 / 2	25m Kraul 3er-Zug – 3 Rollen vorwärts auf der Mitte der Bahn Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:15,00
14 / 3 / 1	12,5m Tauchen mit Delfin-Beinschlägen – die restlichen 12,5m Delfin-Abschlag (2 x rechter Arm, 2x linker Arm, 2x ganze Lage) Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:10,00
14 / 3 / 2	25m Kraul-/Rücken im Wechsel (3 Kraul- und 4 Rücken-Armzüge) Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:10,00
<b>Bereich IV - Wendenausführung</b>	
17 / 4 / 1	5m Anschwimmen in Bauchlage – Anschlagen – Abstoß in Bauchlage – Gleiten ohne Arm- oder Beintätigkeit Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m.
16 / 4 / 1	5m Anschwimmen – Brust-Wende mit Tauchzug – Gleiten Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m.
15 / 4 / 1	5m Anschwimmen – Kraul-Rollwende mit anschließendem Abstoß in Bauchlage – Delfin- oder Kraul-Beinschläge möglich Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m.
14 / 4 / 1	5m Anschwimmen – Rücken-Rollwende mit anschließendem Abstoß in Rückenlage – Delfin- oder Rücken-Beinschläge möglich Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m.
<b>Bereich V - Ausdauer</b>	
17 / 5 / 1	2 Minuten Dauerschwimmen: beliebige Lage Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 10m bis max. 140m
16 / 5 / 1	3 Minuten Dauerschwimmen: 1. Bahn Rücken, 2. Bahn Brust, die restlichen Bahnen beliebige Lage Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 50m bis max. 130m
15 / 5 / 1	4 Minuten Dauerschwimmen: 1. & 2. Bahn Rücken, 3. & 4. Bahn Brust, restliche Bahnen Kraul Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 125m bis max. 220m
14 / 5 / 1	6 Minuten Dauerschwimmen: 1. & 2. Bahn Rücken, 3. & 4. Bahn Brust, restliche Bahnen Kraul Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 225m bis max. 320m

**Bewertungsinformationen**

Jeder Aktive, der bei der Übung antritt, bekommt 2 Punkte. Wird die Übung richtig ausgeführt, bekommt er 5 Punkte + Bonuspunkte (s.o.). Für alle Übungen der Bereiche Start, Unterwasserbewegungen und Wenden wird die Weite nach Sprung oder Abstoß in Metern gemessen. Ausschlaggebend ist dabei das Durchbrechen der Wasseroberfläche mit dem Kopf.

**Erhöhtes nachträgliches Meldegeld (EnM)**

Im Rahmen des OWL-IX fällt ein EnM in Höhe von 5,- € an, wenn ein Sportler am OWL-IX nicht antritt und sich bei der **Vorrunde einen Tag** und bei der **Endrunde drei Tage**, vor Beginn der Veranstaltung abgemeldet hat. Die Abmeldung ist an die SBin Aufbaumannschaften, per E-Mail, zu geben.



**Qualifikation für die Endrunde des OWL-IX**

Zum Endkampf im OWL-IX qualifizieren sich die 12 punktbesten Teilnehmer der Vorrunde je Jahrgang. Ein Nachrücken in den Endkampf ist möglich, sofern qualifizierte Teilnehmer sich vom Endkampf fristgerecht abmelden.

Die Endrunde des OWL-IX findet voraussichtlich am 12.11.2022 in Paderborn Schloss Neuhaus statt.

**Wertung & Auszeichnungen**

Für den OWL-IX erfolgt die Wertung jahrgangsweise und geschlechterunabhängig.

Teilnehmer an der OWL-IX Vorrunde erhalten eine Teilnehmerurkunde und eine Überraschung.  
Qualifizierte Teilnehmer für die Endrunde des OWL-IX erhalten eine Wertungsurkunde sowie eine Überraschung.  
Die Plätze 1 bis 3 je Jahrgang erhalten eine Medaille.

***Diese Ausschreibung gilt vorbehaltlich. Änderungen der DSV-Richtlinien für den Schwimm-Mehrkampf können möglich sein.***

***Schwimmverband Ostwestfalen-Lippe e.V.***

Ulrike Urbaniak & Uwe Thost   Patrick Beyer & Nina Höhmann

***Fachwarte Schwimmen   SB Wettkampfwesen & SB'in Aufbaumannschaften***

