

Meldeergebnis

OWL-IX 2008

Obenauf Wasserfest Leistungsstark - Impulsiv und fix

für die Jahrgänge 99, 00, 01, 02 u. jünger

Freitag, den 25. April 2008
Hallenbad Ahlen

Veranstalter: SV OWL e.V.
Ausrichter: Ahleener SG
Austragungsort: Hallenbad Ahlen
Bahnenlänge: 25 m
Wassertemperatur: ca. 27 °C
Wassertiefe: 2,80 m
Bahnen: 4 Bahnen

Einlass: 15:30 Uhr
Bewertersitzung: 15:45 Uhr
Einschwimmen: 15:45 Uhr - 16:00 Uhr
Beginn: 16:00 Uhr
Siegerehrungen: direkt im Anschluß



Ulrike Urbaniaß

Schwimmwartin

Wir bringen den Schwimmsport nach vorne!!!

Bereichsübersicht

Bereich 1 – Start

Ausschlaggebend ist das Durchbrechen der Wasseroberfläche mit dem Kopf!
Alle Übungen werden ohne Beinarbeit (Delphinbeinschläge) ausgeführt!

- 02/1/1 Sprung vom Beckenrand
- 01/1/1 Kraul-Startsprung – gleiten unter Wasser
Start vom Beckenrand möglich
- 00/1/1 Brust-Startsprung – mit einem Tauchzug und gleiten unter Wasser
- 99/1/1 Rücken-Startsprung - gleiten unter Wasser - Arme sind dabei nach vorne gestreckt

Bereich 2 - Unterwasserbewegung

99, 00, 01, 02 u. j.: Der Abstoß erfolgt unter Wasser – kein Start!

- 02/2/1 Tauchen beliebig
- 01/2/1 kräftiger Abstoß unter Wasser in Bauchlage + Kraul- Beinschläge
- 00/2/1 kräftiger Abstoß unter Wasser in Bauchlage + Delphin- Beinschläge (die Arme sind nach vorne gestreckt)
- 99/2/1 Unterwasser – Kraul-Schwimmen (Ganze Lage)

Bereich 3 – Koordination

99, 00, 01, 02 u. j.: Bei allen Übungen wird die Zeit gestoppt und geht mit in die Wertung ein!

- 02/3/1 25m Kraul- Beine – mit Brett
- 02/3/2 25m 4 Zyklen Brust u. 2 Zyklen Kraul im Wechsel
- 01/3/1 25m Altdeutsch-Arme und Rücken-Beine
- 01/3/2 25m Kraul mit 1 Rolle vorwärts
- 00/3/1 25m 2 Zyklen Kraul-Arme u. 2 Brust-Beinschläge im Wechsel
- 00/3/2 25m Kraul mit 3 er Zug – 3 Rollen vorwärts auf der Mitte der Bahn
- 99/3/1 25m Rücken – 2 Zyklen Rückenschwimmen, Arme oben und unten abstoppen und 1x über Wasser hin- und zurückführen
- 99/3/2 25m Kraul-/Rücken im Wechsel

Bereich 4 – Wendenausführung

99, 00, 01: Nach dem Abstoß an der Wand muss der Aktive zunächst mind. 1m unter Wasser gleiten. Danach dürfen Beinbewegungen die zur jeweiligen Wendenausführung gehören ausgeführt werden. Gemessen wird die Weite in Metern. Ausschlaggebend ist dabei das Durchbrechen der Wasseroberfläche mit dem Kopf.

- 02/4/1 5m Anschwimmen in Bauchlage – beliebige Wende
- 01/4/1 5m Anschwimmen – Brust-Wende mit Tauchzug – gleiten
- 00/4/1 5m Anschwimmen – Kraul-Rollwende mit abschließendem Abstoß in Bauchlage (Delphin- oder Kraul-Beinschläge möglich) - gleiten
- 99/4/1 5m Anschwimmen – Rücken-Rollwende mit abschließendem Abstoß in Rückenlage (Delphin- oder Rücken-Beinschläge möglich) – gleiten

Bereich 5 – Ausdauer

- 02/5/1 2 Minuten Dauerschwimmen beliebig
- 01/5/1 3 Minuten Dauerschwimmen 1. Bahn Rücken, 2. Bahn Brust, die restlichen Bahnen beliebig
- 00/5/1 4 Minuten Dauerschwimmen 1.+2.Bahn Rücken, 3.+4. Bahn Brust, die restlichen Bahnen
- 99/5/1 6 Minuten Dauerschwimmen 1.-3. Bahn Rücken, 4.- 6. Bahn Brust, die restlichen Bahnen

**OWL-IX 2008
Vorrunde**

Obenauf Wasserfest Leistungsstark - Impulsiv und fix
für die Jahrgänge 99, 00, 01, 02 u. jünger

Bereich 1 – Start

99, 00, 01, 02 u. j.

Ausschlaggebend ist das Durchbrechen der Wasseroberfläche mit dem Kopf!
Alle Übungen werden ohne Beinarbeit (Delphinbeinschläge) ausgeführt!

02 u. j. Bei Ausführung eines Kopfsprungs erhält der Aktive 2 Bonuspunkte

Bereich 2 – Unterwasserbewegung

99, 00, 01, 02 u. j.

Der Abstoß erfolgt unter Wasser – kein Start!

Bereich 3 – Koordination

99, 00, 01, 02 u. j.

Bei allen Übungen wird die Zeit gestoppt und geht mit in die Wertung ein!

00/3/1 so wenig Wechsel wie möglich

00/3/2 Zwischen den jeweiligen Rollen mind. 2 Schwimmzüge

99/3/2 3 Kraul- und 4 Rücken- Armzüge

Bereich 4 – Wendenausführung

99, 00 u. 01

Nach dem Abstoß an der Wand muss der Aktive zunächst mind. 1m unter Wasser gleiten. Danach dürfen Beinbewegungen die zur jeweiligen Wendenausführung gehören ausgeführt werden. Gemessen wird die Weite in Metern. Ausschlaggebend ist dabei das Durchbrechen der Wasseroberfläche mit dem Kopf.

Bereich 5 – Ausdauer

99/5/1 Pro fehlender Rollwende beim Kraulschwimmen gibt es Punktabzüge

<u>Teilnehmende Vereine</u>					
Teilnehmende Vereine	Teilnehmer	1999	2000	2001	2002 u. j.
1. Ahlener SG	6	3	3	0	0
2. SG Oelde	2	0	1	1	0
3. TV Ennigerloh	7	3	3	1	0
Insgesamt:	15	6	7	2	0

<u>Bewerteraufstellung</u>		
Protokoll/Urkunden Auswertung	Corinna Derdau Markus Ventur	SV OWL SV OWL
Siegerehrung	Brigitte Zippert	SV OWL
Sprecher Starter	N.N. N.N.	Ahlener SG TV Ennigerloh
Startordner Bahn 1 Bahn 2 Bahn 3 Bahn 4	N.N. N.N. Corinna Derdau N.N. N.N.	Ahlener SG SG Oelde SV OWL TV Ennigerloh Ahlener SG

<u>Bereich 1 – Start</u>

01/1/1 Kraul-Startsprung – gleiten unter Wasser
--

Start vom Beckenrand bzw. von unten ist möglich

Lauf 1

Bahn 1			
Bahn 2	Maria Empting	2001	TV Ennigerloh
Bahn 3	Svenja Vennewald	2001	SG Oelde
Bahn 4			

00/1/1 Brust-Startsprung – mit einem Tauchzug und gleiten unter Wasser

Lauf 1

Bahn 1	Sabrina Wolke	2000	Ahlener SG
Bahn 2	Yannik Hoyer	2000	TV Ennigerloh
Bahn 3	Fine Dortmann	2000	Ahlener SG
Bahn 4			

Lauf 2

Bahn 1	Kevin Kotsch	2000	TV Ennigerloh
Bahn 2	Sofia Bartuli	2000	Ahlener SG
Bahn 3	Konstantin Eirich	2000	SG Oelde
Bahn 4	Uta Kramer	2000	TV Ennigerloh

99/1/1 Rücken-Startsprung - gleiten unter Wasser - Arme sind dabei nach vorne gestreckt
--

Lauf 1

Bahn 1	Helena Brüning	1999	Ahlener SG
Bahn 2	Laura Sonnenberg	1999	TV Ennigerloh
Bahn 3	Jan Burg	1999	Ahlener SG
Bahn 4			

Lauf 2

Bahn 1	Lea Empting	1999	TV Ennigerloh
Bahn 2	Jewgeni Bolotin	1999	Ahlener SG
Bahn 3	Pia Kramer	1999	TV Ennigerloh
Bahn 4			

Bereich 2 - Unterwasserbewegung
--

01/2/1 kräftiger Abstoß unter Wasser in Bauchlage + Kraul- Beinschläge

Lauf 1

Bahn 1			
Bahn 2			
Bahn 3	Maria Empting	2001	TV Ennigerloh
Bahn 4	Svenja Vennewald	2001	SG Oelde

00/2/1 kräftiger Abstoß unter Wasser in Bauchlage + Delphin- Beinschläge (die Arme sind nach vorne gestreckt)
--

Lauf 1

Bahn 1	Uta Kramer	2000	TV Ennigerloh
Bahn 2	Sabrina Wolke	2000	Ahlener SG
Bahn 3	Yannik Hoyer	2000	TV Ennigerloh
Bahn 4			

Lauf 2

Bahn 1	Fine Dortmann	2000	Ahlener SG
Bahn 2	Kevin Kotsch	2000	TV Ennigerloh
Bahn 3	Sofia Bartuli	2000	Ahlener SG
Bahn 4	Konstantin Eirich	2000	SG Oelde

99/2/1 Unterwasser – Kraul-Schwimmen (Ganze Lage)
--

Lauf 1

Bahn 1	Pia Kramer	1999	TV Ennigerloh
Bahn 2	Helena Brüning	1999	Ahlener SG
Bahn 3	Laura Sonnenberg	1999	TV Ennigerloh
Bahn 4			

Lauf 2

Bahn 1	Jan Burg	1999	Ahlener SG
Bahn 2	Lea Empting	1999	TV Ennigerloh
Bahn 3	Jewgeni Bolotin	1999	Ahlener SG
Bahn 4			

<u>Bereich 3 – Koordination</u>
--

01/3/1 25m Altdeutsch-Arme und Rücken-Beine
--

Lauf 1

Bahn 1	Svenja Vennewald	2001	SG Oelde
Bahn 2	Maria Empting	2001	TV Ennigerloh
Bahn 3			
Bahn 4			

00/3/1 25m 2 Zyklen Kraul-Arme u. 2 Brust-Beinschläge im Wechsel

Lauf 1

Bahn 1	Konstantin Eirich	2000	SG Oelde
Bahn 2	Uta Kramer	2000	TV Ennigerloh
Bahn 3	Sabrina Wolke	2000	Ahlener SG
Bahn 4			

Lauf 2

Bahn 1	Yannik Hoyer	2000	TV Ennigerloh
Bahn 2	Fine Dortmann	2000	Ahlener SG
Bahn 3	Kevin Kotsch	2000	TV Ennigerloh
Bahn 4	Sofia Bartuli	2000	Ahlener SG

99/3/1 25m Rücken – 2 Zyklen Rückenschwimmen, Arme oben und unten abstoppen und 1x über Wasser hin- und zurückführen

Lauf 1

Bahn 1	Jewgeni Bolotin	1999	Ahlener SG
Bahn 2	Pia Kramer	1999	TV Ennigerloh
Bahn 3	Helena Brüning	1999	Ahlener SG
Bahn 4			

Lauf 2

Bahn 1	Laura Sonnenberg	1999	TV Ennigerloh
Bahn 2	Jan Burg	1999	Ahlener SG
Bahn 3	Lea Empting	1999	TV Ennigerloh
Bahn 4			

<u>Bereich 3 – Koordination</u>
--

01/3/2 25m Kraul mit 1 Rolle vorwärts
--

Lauf 1

Bahn 1			
Bahn 2	Svenja Vennewald	2001	SG Oelde
Bahn 3	Maria Empting	2001	TV Ennigerloh
Bahn 4			

00/3/2 25m Kraul mit 3 er Zug – 3 Rollen vorwärts auf der Mitte der Bahn

Lauf 1

Bahn 1	Sofia Bartuli	2000	Ahlener SG
Bahn 2	Konstantin Eirich	2000	SG Oelde
Bahn 3	Uta Kramer	2000	TV Ennigerloh
Bahn 4			

Lauf 2

Bahn 1	Sabrina Wolke	2000	Ahlener SG
Bahn 2	Yannik Hoyer	2000	TV Ennigerloh
Bahn 3	Fine Dortmann	2000	Ahlener SG
Bahn 4	Kevin Kotsch	2000	TV Ennigerloh

99/3/2 25m Kraul-/Rücken im Wechsel
--

Lauf 1

Bahn 1	Lea Empting	1999	TV Ennigerloh
Bahn 2	Jewgeni Bolotin	1999	Ahlener SG
Bahn 3	Pia Kramer	1999	TV Ennigerloh
Bahn 4			

Lauf 2

Bahn 1	Helena Brüning	1999	Ahlener SG
Bahn 2	Laura Sonnenberg	1999	TV Ennigerloh
Bahn 3	Jan Burg	1999	Ahlener SG
Bahn 4			

Bereich 4 – Wendenausführung

01/4/1 5m Anschwimmen – Brust-Wende mit Tauchzug – gleiten

Lauf 1

Bahn 1			
Bahn 2			
Bahn 3	Svenja Vennewald	2001	SG Oelde
Bahn 4	Maria Empting	2001	TV Ennigerloh

00/4/1 5m Anschwimmen – Kraul-Rollwende mit abschließendem Abstoß in Bauchlage (Delphin- oder Kraul-Beinschläge möglich) - gleiten

Lauf 1

Bahn 1	Kevin Kotsch	2000	TV Ennigerloh
Bahn 2	Sofia Bartuli	2000	Ahlener SG
Bahn 3	Konstantin Eirich	2000	SG Oelde
Bahn 4			

Lauf 2

Bahn 1	Uta Kramer	2000	TV Ennigerloh
Bahn 2	Sabrina Wolke	2000	Ahlener SG
Bahn 3	Yannik Hoyer	2000	TV Ennigerloh
Bahn 4	Fine Dortmann	2000	Ahlener SG

99/4/1 5m Anschwimmen – Rücken-Rollwende mit abschließendem Abstoß in Rückenlage (Delphin- oder Rücken-Beinschläge möglich) – gleiten
--

Lauf 1

Bahn 1	Jan Burg	1999	Ahlener SG
Bahn 2	Lea Empting	1999	TV Ennigerloh
Bahn 3	Jewgeni Bolotin	1999	Ahlener SG
Bahn 4			

Lauf 2

Bahn 1	Pia Kramer	1999	TV Ennigerloh
Bahn 2	Helena Brüning	1999	Ahlener SG
Bahn 3	Laura Sonnenberg	1999	TV Ennigerloh
Bahn 4			

Bereich 5 – Ausdauer

01/5/1 3 Minuten Dauerschwimmen 1. Bahn Rücken, 2. Bahn Brust, die restlichen Bahnen beliebig

Lauf 1

Bahn 1 a			
Bahn 1 b			
Bahn 2 a	Svenja Vennewald	2001	SG Oelde
Bahn 2 b	Maria Empting	2001	TV Ennigerloh
Bahn 3 a			
Bahn 3 b			
Bahn 4 a			
Bahn 4 b			

00/5/1 4 Minuten Dauerschwimmen 1.+2.Bahn Rücken, 3.+4. Bahn Brust, die restlichen Bahnen Kraul

Lauf 1

Bahn 1 a	Sofia Bartuli	2000	Ahlener SG
Bahn 1 b	Uta Kramer	2000	TV Ennigerloh
Bahn 2 a	Sabrina Wolke	2000	Ahlener SG
Bahn 2 b	Fine Dortmann	2000	Ahlener SG
Bahn 3 a	Kevin Kotsch	2000	TV Ennigerloh
Bahn 3 b	Konstantin Eirich	2000	SG Oelde
Bahn 4 a	Yannik Hoyer	2000	TV Ennigerloh
Bahn 4 b			

99/5/1 6 Minuten Dauerschwimmen 1.-3. Bahn Rücken, 4.- 6. Bahn Brust, die restlichen Bahnen Kraul

Lauf 1

Bahn 1 a			
Bahn 1 b	Pia Kramer	1999	TV Ennigerloh
Bahn 2 a	Helena Brüning	1999	Ahlener SG
Bahn 2 b	Laura Sonnenberg	1999	TV Ennigerloh
Bahn 3 a	Jan Burg	1999	Ahlener SG
Bahn 3 b	Jewgeni Bolotin	1999	Ahlener SG
Bahn 4 a	Lea Empting	1999	TV Ennigerloh
Bahn 4 b			