

Meldeergebnis

OWL-IX 2008

Obenauf **W**asserfest **L**eistungstark - **I**mpulsiv und **fi**X

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

- Endrunde -

Dienstag, den 28. Oktober 2008

Hallenbad Gütersloh
(Herzebrocker Straße)

Veranstalter: SV OWL e.V.
Ausrichter: Gütersloher SV
Austragungsort: Hallenbad Gütersloh
Bahnenlänge: 25 m
Wassertemperatur: ca. 27 °C
Wassertiefe: 3,80 m
Bahnen: 5 Bahnen

Einlass: 15:00 Uhr
Bewertersitzung: 15:15 Uhr
Einschwimmen: 15:15 Uhr - 15:30
Uhr
Beginn: 15:30 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. i.: 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. i.: 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.

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

Infozettel zur Ausschreibung
OWL-IX 2008
Endrunde



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 | Jg 2002 u.j. | Jg 2001 | Jg 2000 | Jg 1999 |
| 1. 1. Paderborner SV | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| 2. Ahlemer SG | 3 | 0 | 0 | 3 | 0 |
| 3. Hövelhofer SV | 10 | 3 | 3 | 2 | 2 |
| 4. MTV 1860 Minden | 4 | 0 | 0 | 1 | 3 |
| 5. SC Herford | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| 6. SC Steinhagen-Amshausen | 5 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| 7. SG Oelde | 1 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| 8. SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock | 7 | 1 | 0 | 3 | 3 |
| 9. SV Halle | 2 | 1 | 1 | 0 | 0 |
| 10. TG Lage | 5 | 2 | 3 | 0 | 0 |
| 11. TuS Viktoria Rietberg | 2 | 0 | 2 | 0 | 0 |
| 12. TV Ennigerloh | 2 | 0 | 0 | 1 | 1 |
| 13. Wiedenbrücker TV | 5 | 3 | 1 | 0 | 1 |
| Gesamt: | 48 | 12 | 12 | 11 | 13 |

| <u>Bewerteraufstellung</u> | | |
|-----------------------------------|---------------------|---------------------------------|
| Protokoll/Urkunden | Corinna Derdau | SV OWL |
| Auswertung | Steve Rulik | SV OWL |
| Siegerehrung | Ulrike Urbaniak | SV OWL |
| | Brigitte Zippert | SV OWL |
| | Corinna Derdau | SV OWL |
| | OWL-IX Bewerterteam | |
| Sprecher | N. N. | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Starter | N. N. | TG Lage |
| Startordner | N.N. | Hövelhofer SV |
| Bahn 1 | Katrin Stranghöner | SV OWL |
| Bahn 2 | Corinna Derdau | SV OWL |
| Bahn 3 | Markus Ventur | SV OWL |
| Bahn 4 | Nicola Justus | SV OWL |

| |
|--------------------------|
| Bereich 1 - Start |
|--------------------------|

| |
|---|
| Ausschlaggebend ist das Durchbrechen der Wasseroberfläche mit dem Kopf! |
|---|

| |
|-------------------------------------|
| 02/1/1 Sprung vom Beckenrand |
|-------------------------------------|

Lauf 1

| | | | |
|--------|----------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Nick Pabst | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 2 | Vanessa Kube | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Malin Rothland | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 4 | Annica Stiller | 2002 | TG Lage |

Lauf 2

| | | | |
|--------|----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Carla Maibaum | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 2 | Lia Bartolain | 2002 | SV Halle |
| Bahn 3 | Silas Burstädt | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Noah Zwiener | 2002 | Hövelhofer SV |

Lauf 3

| | | | |
|--------|-----------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Michelle Witte | 2002 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 | Jasmin Wandert | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Justin Dick | 2002 | TG Lage |
| Bahn 4 | Nina Maren Schneegans | 2002 | Hövelhofer SV |

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

Start vom Beckenrand bzw. von unten ist möglich

Lauf 1

| | | | |
|--------|------------------|------|---------------|
| Bahn 1 | Carla Hamacher | 2001 | TG Lage |
| Bahn 2 | Marvin Struve | 2001 | SV Halle |
| Bahn 3 | Marielen Arnold | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 | Fabio Nottebrock | 2001 | TG Lage |

Lauf 2

| | | | |
|--------|------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Ron Balke | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 | Christina Cordes | 2001 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Laurenz Götz | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 4 | Mariyam Alakus | 2001 | Wiedenbrücker TV |

Lauf 3

| | | | |
|--------|------------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Jan Wernicke | 2001 | TG Lage |
| Bahn 2 | Felix Weigel | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 3 | Svenja Venneward | 2001 | SG Oelde |
| Bahn 4 | Denise Pietsch | 2001 | Hövelhofer SV |

| |
|--------------------------|
| Bereich 1 - Start |
|--------------------------|

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|-----------------|------|---------------|
| Bahn 1 | Fine Dortmann | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 2 | Tim Zwiener | 2000 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Sabrina Wolke | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 4 | Pia Schiermeyer | 2000 | Hövelhofer SV |

Lauf 2

| | | | |
|--------|---------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Kevin Kotsch | 2000 | TV Ennigerloh |
| Bahn 2 | Carolin Menge | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3 | Sofia Bartuli | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 4 | Yannik Hoyer | 2000 | TV Ennigerloh |

Lauf 3

| | | | |
|--------|-------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Miriam Friebe | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 | Matthew Southwick | 2000 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 3 | Svea-Dorit Loer | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 | Sinem Akca | 2000 | SC Steinhagen-Amshausen |

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|--------------|------|-----------------|
| Bahn 1 | Inken Brandt | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 2 | Lisa Finke | 1999 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Nina Vissing | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 4 | Melanie Kube | 1999 | Hövelhofer SV |

Lauf 2

| | | | |
|--------|----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Gina Fichtner | 1999 | SC Herford |
| Bahn 2 | Alicia Busert | 1999 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 3 | Gina Brechmann | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 | Gerrit Gräper | 1999 | MTV 1860 Minden |

Lauf 3

| | | | |
|--------|---------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Alec Witte | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 | Louis Pietsch | 1999 | 1. Paderborner SV |
| Bahn 3 | Markus Kracht | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 | Celine Rulik | 1999 | SC Steinhagen-Amshausen |

Bereich 2 - Unterwasserbewegung

Der Abstoß erfolgt unter Wasser – kein Start!

02/2/1 Tauchen beliebig

Lauf 1

| | | | |
|--------|-----------------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Nina Maren Schneegans | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 | Nick Pabst | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 3 | Vanessa Kube | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 | Malin Rothland | 2002 | Wiedenbrücker TV |

Lauf 2

| | | | |
|--------|----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Annica Stiller | 2002 | TG Lage |
| Bahn 2 | Carla Maibaum | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 3 | Lia Bartolain | 2002 | SV Halle |
| Bahn 4 | Silas Burstädt | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |

Lauf 3

| | | | |
|--------|----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Noah Zwiener | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 | Michelle Witte | 2002 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3 | Jasmin Wandert | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Justin Dick | 2002 | TG Lage |

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

Start vom Beckenrand bzw. von unten ist möglich

Lauf 1

| | | | |
|--------|-----------------|------|---------------|
| Bahn 1 | Denise Pietsch | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 | Carla Hamacher | 2001 | TG Lage |
| Bahn 3 | Marvin Struve | 2001 | SV Halle |
| Bahn 4 | Marielen Arnold | 2001 | Hövelhofer SV |

Lauf 2

| | | | |
|--------|------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Fabio Nottebrock | 2001 | TG Lage |
| Bahn 2 | Ron Balke | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Christina Cordes | 2001 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Laurenz Götz | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |

Lauf 3

| | | | |
|--------|------------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Mariyem Alakus | 2001 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 2 | Jan Wernicke | 2001 | TG Lage |
| Bahn 3 | Felix Weigel | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 4 | Svenja Vennewald | 2001 | SG Oelde |

Bereich 2 - Unterwasserbewegung

Der Abstoß erfolgt unter Wasser – kein Start!

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|---------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Sinem Akca | 2000 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Fine Dortmann | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 3 | Tim Zwiener | 2000 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 | Sabrina Wolke | 2000 | Ahlener SG |

Lauf 2

| | | | |
|--------|-----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Pia Schiermeyer | 2000 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 | Kevin Kotsch | 2000 | TV Ennigerloh |
| Bahn 3 | Carolin Menge | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 | Sofia Bartuli | 2000 | Ahlener SG |

Lauf 3

| | | | |
|--------|-------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Yannik Hoyer | 2000 | TV Ennigerloh |
| Bahn 2 | Miriam Friebe | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3 | Matthew Southwick | 2000 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 4 | Svea-Dorit Loer | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|--------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Celine Rulik | 1999 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Inken Brandt | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 3 | Lisa Finke | 1999 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 | Nina Vissing | 1999 | MTV 1860 Minden |

Lauf 2

| | | | |
|--------|----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Melanie Kube | 1999 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 | Gina Fichtner | 1999 | SC Herford |
| Bahn 3 | Alicia Busert | 1999 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 4 | Gina Brechmann | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |

Lauf 3

| | | | |
|--------|---------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Gerrit Gräper | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 2 | Alec Witte | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3 | Louis Pietsch | 1999 | 1. Paderborner SV |
| Bahn 4 | Markus Kracht | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |

| |
|---------------------------------|
| Bereich 3 - Koordination |
|---------------------------------|

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

| |
|--|
| 02/3/1 25m Kraul- Beine – mit Brett |
|--|

Lauf 1

| | | | |
|--------|-----------------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Justin Dick | 2002 | TG Lage |
| Bahn 2 | Nina Maren Schneegans | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Nick Pabst | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 4 | Vanessa Kube | 2002 | Hövelhofer SV |

Lauf 2

| | | | |
|--------|----------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Malin Rothland | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 2 | Annica Stiller | 2002 | TG Lage |
| Bahn 3 | Carla Maibaum | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 4 | Lia Bartolain | 2002 | SV Halle |

Lauf 3

| | | | |
|--------|----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Silas Burstädt | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Noah Zwiener | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Michelle Witte | 2002 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 | Jasmin Wandert | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|------------------|------|---------------|
| Bahn 1 | Svenja Vennewald | 2001 | SG Oelde |
| Bahn 2 | Denise Pietsch | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Carla Hamacher | 2001 | TG Lage |
| Bahn 4 | Marvin Struve | 2001 | SV Halle |

Lauf 2

| | | | |
|--------|------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Marielen Arnold | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 | Fabio Nottebrock | 2001 | TG Lage |
| Bahn 3 | Ron Balke | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 | Christina Cordes | 2001 | SC Steinhagen-Amshausen |

Lauf 3

| | | | |
|--------|----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Laurenz Götz | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 2 | Mariyem Alakus | 2001 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 3 | Jan Wernicke | 2001 | TG Lage |
| Bahn 4 | Felix Weigel | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |

Bereich 3 - Koordination

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

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|-----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Svea-Dorit Loer | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 | Sinem Akca | 2000 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Fine Dortmann | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 4 | Tim Zwiener | 2000 | Hövelhofer SV |

Lauf 2

| | | | |
|--------|-----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Sabrina Wolke | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 2 | Pia Schiermeyer | 2000 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Kevin Kotsch | 2000 | TV Ennigerloh |
| Bahn 4 | Carolin Menge | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |

Lauf 3

| | | | |
|--------|-------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Sofia Bartuli | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 2 | Yannik Hoyer | 2000 | TV Ennigerloh |
| Bahn 3 | Miriam Friebe | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 | Matthew Southwick | 2000 | MTV 1860 Minden |

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|---------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Markus Kracht | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 | Celine Rulik | 1999 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Inken Brandt | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 4 | Lisa Finke | 1999 | Hövelhofer SV |

Lauf 2

| | | | |
|--------|---------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Nina Vissing | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 2 | Melanie Kube | 1999 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Gina Fichtner | 1999 | SC Herford |
| Bahn 4 | Alicia Busert | 1999 | Wiedenbrücker TV |

Lauf 3

| | | | |
|--------|----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Gina Brechmann | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 | Gerrit Gräper | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 3 | Alec Witte | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 | Louis Pietsch | 1999 | 1. Paderborner SV |

| |
|---------------------------------|
| Bereich 3 - Koordination |
|---------------------------------|

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

| |
|---|
| 02/3/2 25m 4 Zyklen Brust u. 2 Zyklen Kraul im Wechsel |
|---|

Lauf 1

| | | | |
|--------|-----------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Jasmin Wandert | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Justin Dick | 2002 | TG Lage |
| Bahn 3 | Nina Maren Schneegans | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 | Nick Pabst | 2002 | Wiedenbrücker TV |

Lauf 2

| | | | |
|--------|----------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Vanessa Kube | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 | Malin Rothland | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 3 | Annica Stiller | 2002 | TG Lage |
| Bahn 4 | Carla Maibaum | 2002 | Wiedenbrücker TV |

Lauf 3

| | | | |
|--------|----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Lia Bartolain | 2002 | SV Halle |
| Bahn 2 | Silas Burstädt | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Noah Zwiener | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 | Michelle Witte | 2002 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|-----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Felix Weigel | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 2 | Svenja Vennwald | 2001 | SG Oelde |
| Bahn 3 | Denise Pietsch | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 | Carla Hamacher | 2001 | TG Lage |

Lauf 2

| | | | |
|--------|------------------|------|---------------|
| Bahn 1 | Marvin Struve | 2001 | SV Halle |
| Bahn 2 | Marielen Arnold | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Fabio Nottebrock | 2001 | TG Lage |
| Bahn 4 | Ron Balke | 2001 | Hövelhofer SV |

Lauf 3

| | | | |
|--------|------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Christina Cordes | 2001 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Laurenz Götz | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 3 | Mariyem Alakus | 2001 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 4 | Jan Wernicke | 2001 | TG Lage |

| |
|---------------------------------|
| Bereich 3 - Koordination |
|---------------------------------|

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

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|-------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Matthew Southwick | 2000 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 2 | Svea-Dorit Loer | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3 | Sinem Akca | 2000 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Fine Dortmann | 2000 | Ahlener SG |

Lauf 2

| | | | |
|--------|-----------------|------|---------------|
| Bahn 1 | Tim Zwiener | 2000 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 | Sabrina Wolke | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 3 | Pia Schiermeyer | 2000 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 | Kevin Kotsch | 2000 | TV Ennigerloh |

Lauf 3

| | | | |
|--------|---------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Carolin Menge | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 | Sofia Bartuli | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 3 | Yannik Hoyer | 2000 | TV Ennigerloh |
| Bahn 4 | Miriam Friebe | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|---------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Louis Pietsch | 1999 | 1. Paderborner SV |
| Bahn 2 | Markus Kracht | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3 | Celine Rulik | 1999 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Inken Brandt | 1999 | MTV 1860 Minden |

Lauf 2

| | | | |
|--------|---------------|------|-----------------|
| Bahn 1 | Lisa Finke | 1999 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 | Nina Vissing | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 3 | Melanie Kube | 1999 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 | Gina Fichtner | 1999 | SC Herford |

Lauf 3

| | | | |
|--------|----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Alicia Busert | 1999 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 2 | Gina Brechmann | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3 | Gerrit Gräper | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 4 | Alec Witte | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |

Bereich 4 - Wendenausführung

Gemessen wird die Weite in Metern nach Abstoß an der Wand. Ausschlaggebend ist dabei das Durchbrechen der Wasseroberfläche mit dem Kopf!

02/4/1 5m Anschwimmen in Bauchlage – beliebige Wende

Lauf 1

| | | | |
|--------|-----------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Michelle Witte | 2002 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 | Jasmin Wandert | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Justin Dick | 2002 | TG Lage |
| Bahn 4 | Nina Maren Schneegans | 2002 | Hövelhofer SV |

Lauf 2

| | | | |
|--------|----------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Nick Pabst | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 2 | Vanessa Kube | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Malin Rothland | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 4 | Annica Stiller | 2002 | TG Lage |

Lauf 3

| | | | |
|--------|----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Carla Maibaum | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 2 | Lia Bartolain | 2002 | SV Halle |
| Bahn 3 | Silas Burstädt | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Noah Zwiener | 2002 | Hövelhofer SV |

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|------------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Jan Wernicke | 2001 | TG Lage |
| Bahn 2 | Felix Weigel | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 3 | Svenja Vennewald | 2001 | SG Oelde |
| Bahn 4 | Denise Pietsch | 2001 | Hövelhofer SV |

Lauf 2

| | | | |
|--------|------------------|------|---------------|
| Bahn 1 | Carla Hamacher | 2001 | TG Lage |
| Bahn 2 | Marvin Struve | 2001 | SV Halle |
| Bahn 3 | Marielen Arnold | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 | Fabio Nottebrock | 2001 | TG Lage |

Lauf 3

| | | | |
|--------|------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Ron Balke | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 | Christina Cordes | 2001 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Laurenz Götz | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 4 | Mariyem Alakus | 2001 | Wiedenbrücker TV |

Bereich 4 - Wendenausführung

Gemessen wird die Weite in Metern nach Abstoß an der Wand. Ausschlaggebend ist dabei das Durchbrechen der Wasseroberfläche mit dem Kopf!

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|-------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Miriam Friebe | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 | Matthew Southwick | 2000 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 3 | Svea-Dorit Loer | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 | Sinem Akca | 2000 | SC Steinhagen-Amshausen |

Lauf 2

| | | | |
|--------|-----------------|------|---------------|
| Bahn 1 | Fine Dortmann | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 2 | Tim Zwiener | 2000 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Sabrina Wolke | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 4 | Pia Schiermeyer | 2000 | Hövelhofer SV |

Lauf 3

| | | | |
|--------|---------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Kevin Kotsch | 2000 | TV Ennigerloh |
| Bahn 2 | Carolin Menge | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3 | Sofia Bartuli | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 4 | Yannik Hoyer | 2000 | TV Ennigerloh |

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

Lauf 1

| | | | |
|--------|---------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Alec Witte | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 | Louis Pietsch | 1999 | 1. Paderborner SV |
| Bahn 3 | Markus Kracht | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 | Celine Rulik | 1999 | SC Steinhagen-Amshausen |

Lauf 2

| | | | |
|--------|--------------|------|-----------------|
| Bahn 1 | Inken Brandt | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 2 | Lisa Finke | 1999 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3 | Nina Vissing | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 4 | Melanie Kube | 1999 | Hövelhofer SV |

Lauf 3

| | | | |
|--------|----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Gina Fichtner | 1999 | SC Herford |
| Bahn 2 | Alicia Busert | 1999 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 3 | Gina Brechmann | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 | Gerrit Gräper | 1999 | MTV 1860 Minden |

| |
|-----------------------------|
| Bereich 5 - Ausdauer |
|-----------------------------|

| |
|---|
| 02/5/1 2 Minuten Dauerschwimmen beliebig |
|---|

Lauf 1

| | | | |
|----------|----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 a | | | |
| Bahn 1 b | Noah Zwiener | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 a | Justin Dick | 2002 | TG Lage |
| Bahn 2 b | Nick Pabst | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 3 a | Lia Bartolain | 2002 | SV Halle |
| Bahn 3 b | Silas Burstädt | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 a | | | |
| Bahn 4 b | | | |

Lauf 2

| | | | |
|----------|-----------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 a | Jasmin Wandert | 2002 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 1 b | Michelle Witte | 2002 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 a | Vanessa Kube | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2 b | Malin Rothland | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 3 a | Annica Stiller | 2002 | TG Lage |
| Bahn 3 b | Carla Maibaum | 2002 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 4 a | Nina Maren Schneegans | 2002 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4 b | | | |

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

Lauf 1

| | | | |
|----------|------------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 a | | | |
| Bahn 1b | Felix Weigel | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 2a | Ron Balke | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2b | Fabio Nottebrock | 2001 | TG Lage |
| Bahn 3a | Laurenz Götz | 2001 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 3b | Marvin Struve | 2001 | SV Halle |
| Bahn 4a | Jan Wernicke | 2001 | TG Lage |
| Bahn 4b | | | |

Lauf 2

| | | | |
|----------|------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 a | | | |
| Bahn 1b | Marielen Arnold | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2a | Mariyem Alakus | 2001 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 2b | Christina Cordes | 2001 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3a | Carla Hamacher | 2001 | TG Lage |
| Bahn 3b | Svenja Vennewald | 2001 | SG Oelde |
| Bahn 4a | Denise Pietsch | 2001 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4b | | | |

| |
|-----------------------------|
| Bereich 5 - Ausdauer |
|-----------------------------|

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

Lauf 1

| | | | |
|---------|-------------------|------|-----------------|
| Bahn 1a | | | |
| Bahn 1b | | | |
| Bahn 2a | Kevin Kotsch | 2000 | TV Ennigerloh |
| Bahn 2b | Matthew Southwick | 2000 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 3a | Tim Zwiener | 2000 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3b | Yannik Hoyer | 2000 | TV Ennigerloh |
| Bahn 4a | | | |
| Bahn 4b | | | |

Lauf 2

| | | | |
|---------|-----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1a | Svea-Dorit Loer | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 1b | Sinem Akca | 2000 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2a | Fine Dortmann | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 2b | Miriam Friebe | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3a | Sabrina Wolke | 2000 | Ahlener SG |
| Bahn 3b | Pia Schiermeyer | 2000 | Hövelhofer SV |
| Bahn 4a | Carolin Menge | 2000 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4b | Sofia Bartuli | 2000 | Ahlener SG |

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

Lauf 1

| | | | |
|---------|---------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1a | | | |
| Bahn 1b | | | |
| Bahn 2a | Markus Kracht | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2b | Gerrit Gräper | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 3a | Louis Pietsch | 1999 | 1. Paderborner SV |
| Bahn 3b | Alec Witte | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4a | | | |
| Bahn 4b | | | |

Lauf 2

| | | | |
|---------|----------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1a | Inken Brandt | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 1b | Lisa Finke | 1999 | Hövelhofer SV |
| Bahn 2a | Alicia Busert | 1999 | Wiedenbrücker TV |
| Bahn 2b | Gina Brechmann | 1999 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3a | Melanie Kube | 1999 | Hövelhofer SV |
| Bahn 3b | Celine Rulik | 1999 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4a | Nina Vissing | 1999 | MTV 1860 Minden |
| Bahn 4b | Gina Fichtner | 1999 | SC Herford |