

Protokoll

OWL-IX

Obenauf Wasserfest Leistungsstark - Impulsiv und fix

für die Jahrgänge 96, 97, 98 u. jünger

- Vorrunde -

Dienstag, den 09. Mai 2006
Kreisschwimmhalle Minden

Veranstalter:	SV Ostwestfalen-Lippe e.V.
Ausrichter:	MTV Minden
Austragungsort:	Kreisschwimmhalle Minden
Bahnlänge:	25 m
Wassertemperatur:	ca. 27 °C
Wassertiefe:	3,50 m - 2,00 m
Bahnen:	4 Bahnen/Trainingsleinen
Einlass:	16:00 Uhr
Bewertersitzung:	16:15 Uhr
Einschwimmen:	16:15 Uhr
Beginn:	16:30 Uhr
Siegerehrungen:	direkt im Anschluß



Wir bringen den Schwimmsport nach vorne!!!

Teilnehmende Vereine

Teilnehmende Vereine	Teilnehmer	Jg 96	Jg 97	Jg 98 u. j.
1. MTV Minden	7	3	2	2
2. TG Ennigloh	9	3	3	3
3. TG Schötmar	6	-	3	3
Insgesamt:	22	6	8	8

Bewerteraufstellung

Protokoll/Urkunden	Corinna Derdau	SV OWL
Auswertung	Corinna Derdau	SV OWL
Siegerehrung	Corinna Derdau	SV OWL
Sprecher	Karin Kaufmann	MTV Minden
Starter	Christian Müller	TG Schötmar
Startordner	Olaf Hanau	MTV Minden
Bahn 1	Daniel Wester	TG Ennigloh
Bahn 2	Hildegard Frommeyer	MTV Minden
Bahn 3	Frauke Gräper	MTV Minden
Bahn 4	Hermann Wester	TG Ennigloh

Bereichsübersicht

Bereich 1 – Start

Ausschlaggebend ist das Durchbrechen der Wasseroberfläche mit dem Kopf!

- 98/1** Kraul-Startsprung – gleiten unter Wasser
97/1 Brust-Startsprung – mit einem Tauchzug und gleiten unter Wasser
96/1 Rücken-Startsprung - gleiten unter Wasser - Arme sind dabei nach vorne gestreckt

Bereich 2 - Unterwasserbewegung

Der Abstoß erfolgt unter Wasser – kein Start!

- 98/2/1** kräftiger Abstoß aus dem Wasser in Bauchlage + Kraul- Beinschläge
98/2/2 Tauchen
97/2/1 kräftiger Abstoß aus dem Wasser in Bauchlage + Delphin- Beinschläge
97/2/2 Unterwasser – Kraulschwimmen (Ganze Lage)
96/2/1 Abstoß unter Wasser in Rückenlage, wobei die Arme über den Kopf in Schwimmrichtung gestreckt sind + Delphinbeinschläge
96/2/2 Unterwasser – Rückenschwimmen (Ganze Lage)

Bereich 3 – Koordination

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

- 98/3/1** 25m Brust- Arme und Kraul- Beine
98/3/2 25m Kraul mit 1 Rolle vorwärts
97/3/1 25m Kraul- Arme (Abschlag) + Brust- Beine
 Die Atmung erfolgt seitlich – 1 Armzug pro Beinschlag – so wenig Zyklen wie möglich
97/3/2 25m Kraul mit 3 er Zug – 3 Rollen vorwärts auf der Mitte der Bahn
 Zwischen den jeweiligen Rollen mind. 2 Schwimmzüge!
96/3/1 25m Brust - linker Arm, rechter Arm, linkes Bein, rechtes Bein immer im Wechsel, die jeweiligen anderen 3 Gliedmaßen dürfen nicht bewegt werden und bleiben in Strecklage ruhig an der Wasseroberfläche liegen
 Beurteilt werden die 4 aufeinanderfolgenden aktiven Bewegungen!
96/3/2 25m Kraul-/Rücken im Wechsel
 3 Kraul- und 4 Rücken- Armzüge

Bereich 4 – Wendenausführung

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

- 98/4** 5m Anschwimmen – Brust-Wende mit anschließendem Tauchzug in Bauchlage – gleiten
97/4 5m Anschwimmen – Kraul-Rollwende mit abschließendem Abstoß in Bauchlage (Delphin- oder Kraul-Beinschläge möglich, sonst gleiten)
96/4 5m Anschwimmen – Rücken-Rollwende mit abschließendem Abstoß in Rückenlage (Delphin- oder Rücken-Beinschläge möglich, sonst gleiten)
 Rückenlage (Delphin- oder Rücken-Beinschläge möglich, sonst gleiten)

Bereich 5 – Ausdauer

- 98/5** 3 Minuten Dauerschwimmen 1. Bahn Rücken, 2. Bahn Brust, die restlichen Bahnen beliebig
97/5 4 Minuten Dauerschwimmen 1.+2. Bahn Rücken, 3.+4. Bahn Brust, die restlichen Bahnen Kraul
96/5 6 Minuten Dauerschwimmen 1.-3. Bahn Rücken, 4.- 6. Bahn Brust, die restlichen Bahnen Kraul
 Pro fehlender Rollwende beim Kraulschwimmen gibt es Punktabzüge!

Jahrgang 1998 u. jünger

Platz	Name	Jg	Verein	Punkte
1.	Neele Fleer	1998	TG Ennigloh	42
1.	Niklas Möller	1998	TG Schötmar	42
3.	Merle Diestelhorst	1998	TG Ennigloh	41
4.	Nina Vissing	1998	MTV Minden	32
5.	Lara Hanau	1998	MTV Minden	31,5

nicht angetreten:

Jasmin Lückemeier	1998	TG Ennigloh
Laines Gerhardt	1998	TG Schötmar
Kira Johannfunke	1998	TG Schötmar

Jahrgang 1997

Platz	Name	Jg	Verein	Punkte
1.	Kim Diestelhorst	1997	TG Ennigloh	69
2.	Antonia Graw	1997	TG Schötmar	51
3.	Silvana Gräper	1997	MTV Minden	46
4.	Merle Meyer	1997	TG Ennigloh	45
5.	Niclas Horstmann	1997	TG Ennigloh	44
6.	Marie Lüdecke	1997	TG Schötmar	38
7.	Felix Schulze- Varnholt	1997	MTV Minden	30
8.	Alea Sehring	1997	TG Schötmar	28,5

Jahrgang 1996

Platz	Name	Jg	Verein	Punkte
1.	Patricia Wartenberg	1996	MTV Minden	55
2.	Matthias Lehradt	1996	TG Ennigloh	49
3.	Nadine Göbel	1996	TG Ennigloh	45
3.	Arabella Knegendorf	1996	TG Ennigloh	45
5.	Jean Schumacher	1996	MTV Minden	39
6.	Clara Kratzsch	1996	MTV Minden	33