



# SMK OWL-IX

## ***Ausschreibung für den***

### ***OWL-Schwimm-Mehrkampf und OWL-IX 2024***

**Veranstalter:** SV OWL

**Ausrichter:** TG Ennigloh

#### **Veranstaltungsdaten**

1. Abschnitt am Samstag, den 24.02.2024

Einlass/Einschwimmen: 09:00 Uhr

Kampfrichtersitzung: 09:15 Uhr

Ende Einschwimmen: 09:55 Uhr

Beginn: 10:00 Uhr

2. Abschnitt am Sonntag, den 25.02.2024

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 2024**

| <b>Wettkampfprogramm für den SMK im SV OWL &amp; OWL-IX 2024</b> |                     |  |                      |
|--|---------------------|--|----------------------|
| <b>1. Abschnitt</b>  |                     | Einlass/Einsch.:                                     | 09:00 Uhr            |
| Samstag, den 24.02.2024  |                     | KaRi-Sitzung:  | 09:15 Uhr            |
|  |                     | Beginn:  | 10:00 Uhr            |
| <b>Wettkampffolge</b>  |                     |  |                      |
| <i>OWL-IX I</i>  | Start               | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |
| <i>OWL-IX II</i>   | Unterwasserbewegung | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |
| <b>Auswahlübung I</b>  | 3                   | 100 m Schmetterling Frauen                           | Jahrgang 2014        |
|  | 4                   | 100 m Schmetterling Männer                           | Jahrgang 2014        |
|  | 5                   | 200 m Schmetterling Frauen                           | Jahrgang 2013 & 2012 |
|  | 6                   | 200 m Schmetterling Männer                           | Jahrgang 2013 & 2012 |
|  | 7                   | 200 m Rücken Frauen                                  | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 8                   | 200 m Rücken Männer                                  | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 9                   | 200 m Brust Frauen                                   | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 10                  | 200 m Brust Männer                                   | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 11                  | 200 m Kraul Frauen                                   | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 12                  | 200 m Kraul Männer                                   | Jahrgang 2014 - 2012 |
| <i>OWL-IX III.I</i>  | Koordination I      | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |
| <i>OWL-IX III.II</i>   | Koordination II     | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |
| <b>Auswahlübung II</b>   | 13                  | 50 m Schmetterling – Beine Frauen                    | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 14                  | 50 m Schmetterling – Beine Männer                    | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 15                  | 50 m Rücken – Beine Frauen                           | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 16                  | 50 m Rücken – Beine Männer                           | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 17                  | 50 m Brust – Beine Frauen                            | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 18                  | 50 m Brust – Beine Männer                            | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 19                  | 50 m Kraul – Beine Frauen                            | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 20                  | 50 m Kraul – Beine Männer                            | Jahrgang 2014 - 2012 |
| <i>OWL-IX IV</i>   | Wendenausführung    | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |
| <i>OWL-IX V</i>  | Ausdauer            | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |
| <b>Pflicht-<br/>übung I</b>                                      | 1                   | 400 m Freistil Frauen                                | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 2                   | 400 m Freistil Männer                                | Jahrgang 2014 - 2012 |
| <b>2. Abschnitt</b>  |                     | Einlass/Einsch.:                                     | 09:00 Uhr            |
| Sonntag, den 24.02.2024  |                     | KaRi-Sitzung:  | 09:15 Uhr            |
|  |                     | Beginn:  | 10:00 Uhr            |
| <b>Wettkampffolge</b>  |                     |  |                      |
| <b>Pflicht-<br/>übung II</b>                                     | 21                  | 2 x 15 m Delfin-Beine (Bauch- & Rückenlage) weiblich | Jahrgang 2014        |
|  | 22                  | 2 x 15 m Delfin-Beine (Bauch- & Rückenlage) männlich | Jahrgang 2014        |
|  | 23                  | 2 x 25 m Delfin-Beine (Bauch- & Rückenlage) weiblich | Jahrgang 2013 & 2012 |
|  | 24                  | 2 x 25 m Delfin-Beine (Bauch- & Rückenlage) männlich | Jahrgang 2013 & 2012 |
| <i>OWL-IX I</i>  | Start               | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |
| <i>OWL-IX II</i>   | Unterwasserbewegung | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |
| <b>Auswahlübung III</b>  | 25                  | 50 m Schmetterling Frauen                            | Jahrgang 2014        |
|  | 26                  | 50 m Schmetterling Männer                            | Jahrgang 2014        |
|  | 27                  | 100 m Schmetterling Frauen                           | Jahrgang 2013 & 2012 |
|  | 28                  | 100 m Schmetterling Männer                           | Jahrgang 2013 & 2012 |
|  | 29                  | 100 m Rücken Frauen                                  | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 30                  | 100 m Rücken Männer                                  | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 31                  | 100 m Brust Frauen                                   | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 32                  | 100 m Brust Männer                                   | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 33                  | 100 m Kraul Frauen                                   | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 34                  | 100 m Kraul Männer                                   | Jahrgang 2014 - 2012 |
| <i>OWL-IX III.I</i>  | Koordination I      | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |
| <i>OWL-IX III.II</i>   | Koordination II     | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |
| <b>Pflicht-<br/>übung III</b>                                    | 35                  | 200 m Lagen Frauen                                   | Jahrgang 2014 - 2012 |
|  | 36                  | 200 m Lagen Männer                                   | Jahrgang 2014 - 2012 |
| <i>OWL-IX IV</i>   | Wendenausführung    | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |
| <i>OWL-IX V</i>  | Ausdauer            | <i>Jahrgang 2018 - 2015</i>                          |                      |



**Allgemeine Bestimmungen**

Es gelten die Allgemeinen Bestimmungen des SV OWLs in der aktuellsten Fassung.

**Wettkampfstätte**

Bündener Welle, Kloppenburgstraße 25, 32257 Bünde. 5 durch Wellenkillerleinen 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 12.02.2024 um 21:00 Uhr unter der Meldeanschrift.

**Besonderheit zum Meldeverfahren**

Die Meldungen sowohl für den OWL-IX als auch für den SMK erfolgen über das Online-Meldetool. Die Mannschaften des OWL-IX nehmen jeweils an einem der beiden Durchgänge teil. Die Teilnehmer am OWL-IX geben bitte an, ob diese vorzugsweise am Samstag oder am Sonntag starten möchten. **Terminwünsche können nicht gewährleistet werden.**

**Laufeinteilung**

Die Laufeinteilung erfolgt nach Jahrgängen ohne Anzeige von Meldezeiten.

**Meldeliste und Meldeergebnis**

Im Vorfeld der Veranstaltung wird eine Meldeliste für den SMK auf der Internetseite des SV OWLs zum Download bereitgestellt. Das Meldeergebnis selbst wird erst am jeweiligen Veranstaltungstag erstellt.

Für den OWL-IX wird direkt ein Meldeergebnis erstellt.

**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 2024 stehen folgende Streckenprofile zur Auswahl:

| <b>Jahrgang 2013 &amp; 2012</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 2014</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 2014 – 2012.

**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 Starthalterung 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 des Schwimmbretts.**
- 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 Delfinbeinbewegungen 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 Delfinbeinbewegungen 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 Delfinbeinbewegung 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 Delfinbeinbewegung 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 Zielanschlag 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 **2018 – 2015**.

**Übungsübersicht OWL-IX-Übungen**

| <b><u>Bereich I – Start</u></b>                |  |
|--|--|
| <b>18 / 1 / 1</b>                              | Sprung vom Beckenrand oder vom Block<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m   |
| <b>17 / 1 / 1</b>                              | Kraul-Startsprung – Gleiten unter Wasser – <b>ohne</b> Arm- oder Beinarbeit (die Arme sind nach vorne gestreckt)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m   |
| <b>16 / 1 / 1</b>                              | Brust-Startsprung mit einem Tauchzug und anschließendem Gleiten unter Wasser<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m   |
| <b>15 / 1 / 1</b>                              | Rücken-Startsprung – Gleiten unter Wasser – <b>ohne</b> Arm- oder Beinarbeit (die Arme sind nach vorne gestreckt)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m  |
| <b><u>Bereich II - Unterwasserbewegung</u></b> |  |
| <b>18 / 2 / 1</b>                              | Kräftiger Abstoß <b>unter Wasser</b> – Tauchen beliebig<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m – 25m.   |
| <b>17 / 2 / 1</b>                              | Kräftiger Abstoß <b>unter Wasser</b> in Bauchlage + Kraul-Beinschläge (die Arme sind nach vorne gestreckt)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m – 25m.  |
| <b>16 / 2 / 1</b>                              | Kräftiger Abstoß <b>unter Wasser</b> in Bauchlage + Delfin-Beinschläge (die Arme sind nach vorne gestreckt)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 3m – 25m.   |
| <b>15 / 2 / 1</b>                              | Kräftiger Abstoß <b>unter Wasser</b> in Rückenlage + Delfin-Beinschläge (die Arme sind nach vorne gestreckt)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 6m – 25m.  |
| <b><u>Bereich III - Koordination</u></b>       |  |
| <b>18 / 3 / 1</b>                              | 25m Kraul-Beine mit Brett (das Brett wird unten und nur mit den Händen berührt)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:20,00  |
| <b>18 / 3 / 2</b>                              | 25m Altdeutsch-Arme und Rücken-Beine<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:15,00   |
| <b>17 / 3 / 1</b>                              | 25m Kraul mit 1 Rolle vorwärts (Brust-Beinschläge sind auf der gesamten Strecke <b>nicht</b> erlaubt)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:15,00  |
| <b>17 / 3 / 2</b>                              | 25m Fußvorwärtsschwimmen<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 2:20,00   |
| <b>16 / 3 / 1</b>                              | 25m 2 Zyklen Kraul-Arme und 2 Brust-Beinschläge im Wechsel (Kraul- oder Delfin-Beinschläge sowie Brust-Armzüge sind auf der gesamten Strecke <b>nicht</b> erlaubt)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:15,00 |



|                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| <b>16 / 3 / 2</b>                    | 25m Kraul mit 3er-Zug – 3 Rollen vorwärts auf der Mitte der Bahn – zwischen den Rollen mindestens ein 3er-Zug (Brust-Beinschläge sind auf der gesamten Strecke <b>nicht</b> erlaubt)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:15,00 |
| <b>15 / 3 / 1</b>                    | 12,5m Tauchen mit Delfin-Beinschlägen – die restlichen 12,5m Delfin-Abschlag (2x rechter Arm, 2x linker Arm, 2x ganze Lage)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:10,00  |
| <b>15 / 3 / 2</b>                    | 25m Kraul-/Rücken im Wechsel (3 Kraul- und 4 Rücken-Armzüge)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:10,00   |
| <b>Bereich IV - Wendenausführung</b> |  |
| <b>18 / 4 / 1</b>                    | 5m Anschwimmen in Bauchlage – Anschlagen – Abstoß in Bauchlage – Gleiten - <b>ohne</b> Arm- oder Beinarbeit<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m.   |
| <b>17 / 4 / 1</b>                    | 5m Anschwimmen – Brust-Wende mit Tauchzug – Gleiten<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m.   |
| <b>16 / 4 / 1</b>                    | 5m Anschwimmen – Kraul-Rollwende mit anschließendem Abstoß in Bauchlage – Delfin- oder Kraul-Beinschläge möglich<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m.  |
| <b>15 / 4 / 1</b>                    | 5m Anschwimmen – Rücken-Rollwende mit anschließendem Abstoß in Rückenlage – Delfin- oder Rücken-Beinschläge möglich<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m.   |
| <b>Bereich V - Ausdauer</b>          |  |
| <b>18 / 5 / 1</b>                    | 2 Minuten Dauerschwimmen: beliebige Lage<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 10m bis max. 140m  |
| <b>17 / 5 / 1</b>                    | 3 Minuten Dauerschwimmen: 1. Bahn Rücken, 2. Bahn Brust, restliche Bahnen beliebige Lage<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 50m bis max. 130m  |
| <b>16 / 5 / 1</b>                    | 4 Minuten Dauerschwimmen: 1. + 2. Bahn Rücken, 3. + 4. Bahn Brust, restliche Bahnen Kraul<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 125m bis max. 220m  |
| <b>15 / 5 / 1</b>                    | 6 Minuten Dauerschwimmen: 1. – 3. Bahn Rücken, 4. – 6. Bahn Brust, restliche Bahnen Kraul<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 225m bis max. 320m  |

**Bewertungsinformationen**

Jeder Aktive, der bei der jeweiligen Übung antritt, bekommt 2 Punkte. Wird die Übung richtig ausgeführt, bekommt er 5 Punkte + Bonuspunkte (s.o.).

Für alle Übungen aus den Bereichen **Start, Unterwasserbewegung und Wendenausführung** wird die Weite nach Sprung oder Abstoß in Metern gemessen. Ausschlaggebend ist dabei das Durchbrechen der Wasseroberfläche mit dem Kopf.

Für die Übungen aus dem Bereich **Koordination** wird die Zeit gestoppt und geht mit in die Wertung ein. Für die Übungen 18/3/1, 18/3/2 und 17/3/2 erfolgt der Start aus dem Wasser. Bei allen anderen Übungen erfolgt der Start vom Block bzw. vom Beckenrand.

Im Bereich **Ausdauer** kommt es für den Jahrgang 2015 pro fehlender Kraulrollwende zu Punktabzügen.



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

Zur Endrunde im OWL-IX qualifizieren sich die 12 punktbesten Teilnehmer der Vorrunde je Jahrgang. Die Übungen werden geschlechtsunabhängig gewertet.

Ein Nachrücken in die Endrunde ist möglich, sofern qualifizierte Teilnehmer von der Endrunde fristgerecht abmeldet werden.

Die Endrunde des OWL-IX findet voraussichtlich am 10.11.2024 statt.

**Erhöhtes nachträgliches Meldegeld (EnM)**

Erhöhtes nachträgliches Meldegeld (EnM) in Höhe von 5,00 € wird bei Nichterfüllung (Nichtantreten) einer Meldung erhoben.

Das EnM für das Nichtantreten entfällt, wenn ein Schwimmer spätestens einen Tag (Vorrunde) und drei Tage (Endrunde) vor Beginn der Veranstaltung abgemeldet wird. Die Abmeldung ist bei der SBin Aufbaumannschaften per E-Mail vorzunehmen.

**Wertung & Auszeichnungen**

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 & SBin Aufbaumannschaften***

