

# Meldeergebnis

## OWL-IX Endrunde 2025

**Obenauf Wasserfest Leistungsstark - Impulsiv und fiX**  
für die Jahrgänge 2016, 2017, 2018, 2019 u. jünger

**Datum:** 09.11.2025

**Veranstalter:** SV OWL

**Ausrichter:** 1. Paderborner SV

**Austragungsort:** Residenzbad  
Am Schloßgarten 7  
33104 Paderborn

**Einlass:** 09:00 Uhr

**Einschwimmen:** 09:00 - 09:40 Uhr

**Beginn:** 09:45 Uhr

**Ehrungen:** direkt im Anschluss



Wir bringen den Schwimmsport nach vorne!

| <b><u>Teilnehmende Vereine</u></b> |                   |             |             |             |                   |
|------------------------------------|-------------------|-------------|-------------|-------------|-------------------|
| <b>Teilnehmende Vereine</b>        | <b>Teilnehmer</b> | <b>2016</b> | <b>2017</b> | <b>2018</b> | <b>2019 u. j.</b> |
| 1 1. Paderborner SV                | 2                 | 0           | 0           | 0           | 2                 |
| 2 SC Herford                       | 1                 | 1           | 0           | 0           | 0                 |
| 3 SC Undine Beckum                 | 13                | 3           | 5           | 4           | 1                 |
| 4 SC Steinhagen-Amshausen          | 7                 | 3           | 0           | 4           | 0                 |
| 5 Ahlemer SG                       | 1                 | 0           | 0           | 1           | 0                 |
| 6 SV Neptun Lübbecke               | 1                 | 0           | 0           | 1           | 0                 |
| 7 SG Oelde                         | 3                 | 0           | 2           | 1           | 0                 |
| 8 TG Ennigloh                      | 5                 | 1           | 1           | 1           | 2                 |
| 9 TuS Viktoria Rietberg            | 6                 | 3           | 1           | 0           | 2                 |
| 10 SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock | 1                 | 1           | 0           | 0           | 0                 |
| <b>Insgesamt:</b>                  | <b>40</b>         | <b>12</b>   | <b>9</b>    | <b>12</b>   | <b>7</b>          |

| <b><u>Bewerteraufstellung</u></b> |                    |        |
|-----------------------------------|--------------------|--------|
| <b>Protokoll</b>                  | Nina Höhmann       | SV OWL |
| <b>Auswertung</b>                 | Steve Rulik        | SV OWL |
| <b>Ehrungen</b>                   | Nina Höhmann       | SV OWL |
|                                   | Steve Rulik        | SV OWL |
| <b>Sprecher<br/>Starter</b>       | Patrick Beyer      | SV OWL |
|                                   | Alexander Taschner | SV OWL |
| <b>Bahn 1</b>                     | Catharina Suchy    | SV OWL |
| <b>Bahn 2</b>                     | Sara Schießl       | SV OWL |
| <b>Bahn 3</b>                     | Keven Klemm        | SV OWL |
| <b>Bahn 4</b>                     | Nina Höhmann       | SV OWL |

**Bereich 1 – Start****19/1/1 Sprung vom Beckenrand oder vom Block - ohne Bewegung**

Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m

**Lauf 1**

|        |                  |      |                       |
|--------|------------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Jule Drewing     | 2019 | TG Ennigloh           |
| Bahn 2 | Lanea Peitzmeier | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 3 | Emma Laikom      | 2019 | 1. Paderborner SV     |
| Bahn 4 | Lucy Bergmeier   | 2019 | TG Ennigloh           |

**Lauf 2**

|        |                 |      |                       |
|--------|-----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Emil Hillemeier | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 2 | Mateo Kube      | 2019 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 3 | Carla Wolf      | 2019 | 1. Paderborner SV     |
| Bahn 4 |                 |      |                       |

**18/1/1 Kraul-Startsprung – Gleiten unter Wasser - ohne Arm- oder Beinarbeit  
(die Arme sind nach vorne gestreckt)**

Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m

**Lauf 1**

|        |                      |      |                         |
|--------|----------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Carla Marie Schultze | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Charlotte Beelmann   | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 3 | Jonathan Milan Jung  | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Evi Marlen Dankwart  | 2018 | Ahlener SG              |

**Lauf 2**

|        |                   |      |                         |
|--------|-------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Katharina Langner | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 2 | Jule Reith        | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Sebastian Doroiu  | 2018 | SG Oelde                |
| Bahn 4 | Nadja Poloch      | 2018 | SC Undine Beckum        |

**Lauf 3**

|        |                   |      |                         |
|--------|-------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Luna Lewanzik     | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Marie Cyl         | 2018 | TG Ennigloh             |
| Bahn 3 | Nele Kowalczyk    | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 4 | Janne Strathmeier | 2018 | SV Neptun Lübbecke      |

**17/1/1 Brust-Startsprung mit einem Tauchzug und anschließendem Gleiten unter Wasser**

Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m

**Lauf 1**

|        |                   |      |                  |
|--------|-------------------|------|------------------|
| Bahn 1 |                   |      |                  |
| Bahn 2 | Savva Saliy       | 2017 | SG Oelde         |
| Bahn 3 | Jorin Dünninghaus | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 4 | Lotta Drewing     | 2017 | TG Ennigloh      |

**Lauf 2**

|        |                 |      |                       |
|--------|-----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Amira Oudghough | 2017 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 2 | Paul McKeen     | 2017 | SG Oelde              |
| Bahn 3 | Clara Wolferts  | 2017 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 4 | Arne Berhorst   | 2017 | TuS Viktoria Rietberg |

**Lauf 3**

|        |                |      |                  |
|--------|----------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Johanna Sommer | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 2 |                |      |                  |
| Bahn 3 |                |      |                  |
| Bahn 4 | Lia Kößmeier   | 2017 | SC Undine Beckum |

**16/1/1** Rücken-Startsprung - Gleiten unter Wasser - ohne Arm- Beinarbeit  
(die Arme sind nach vorne gestreckt)  
Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m

**Lauf 1**

|        |                 |      |                         |
|--------|-----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Victoria Loreto | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 2 | Nele Gräfe      | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Matthis de Man  | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |
| Bahn 4 | Jonna Jostmeier | 2016 | SC Undine Beckum        |

**Lauf 2**

|        |              |      |                         |
|--------|--------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Henry Töws   | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Lena Geipel  | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 3 | Melina Mende | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |
| Bahn 4 | Jara Kalisch | 2016 | SC Herford              |

**Lauf 3**

|        |                    |      |                                 |
|--------|--------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Nic Julius Ernst   | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen         |
| Bahn 2 | Moritz Schlichting | 2016 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3 | Marlen Wörmann     | 2016 | TuS Viktoria Rietberg           |
| Bahn 4 | Till Bergmeier     | 2016 | TG Ennigloh                     |

**Bereich 2 - Unterwasserbewegung**

**19/2/1** Kräftiger Abstoß unter Wasser – Tauchen beliebig  
Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m – 25m.

**Lauf 1**

|        |                  |      |                       |
|--------|------------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 |                  |      |                       |
| Bahn 2 | Jule Drewing     | 2019 | TG Ennigloh           |
| Bahn 3 | Lanea Peitzmeier | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 4 | Emma Laikom      | 2019 | 1. Paderborner SV     |

**Lauf 2**

|        |                 |      |                       |
|--------|-----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Lucy Bergmeier  | 2019 | TG Ennigloh           |
| Bahn 2 | Emil Hillemeyer | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 3 | Mateo Kube      | 2019 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 4 | Carla Wolf      | 2019 | 1. Paderborner SV     |

**18/2/1** Kräftiger Abstoß unter Wasser in Bauchlage + Kraul-Beinschläge  
(die Arme sind nach vorne gestreckt)  
Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m – 25m.

**Lauf 1**

|        |                      |      |                         |
|--------|----------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Janne Strathmeier    | 2018 | SV Neptun Lübbecke      |
| Bahn 2 | Carla Marie Schultze | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Charlotte Beelmann   | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 4 | Jonathan Milan Jung  | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |

**Lauf 2**

|        |                     |      |                         |
|--------|---------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Evi Marlen Dankwart | 2018 | Ahlener SG              |
| Bahn 2 | Katharina Langner   | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 3 | Jule Reith          | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Sebastian Doroiu    | 2018 | SG Oelde                |

**Lauf 3**

|        |                |      |                         |
|--------|----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Nadja Poloch   | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 2 | Luna Lewanzik  | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Marie Cyl      | 2018 | TG Ennigloh             |
| Bahn 4 | Nele Kowalczyk | 2018 | SC Undine Beckum        |

**17/2/1** Kräftiger Abstoß unter Wasser in Bauchlage + Delfin-Beinschläge  
 (die Arme sind nach vorne gestreckt)

Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 3m – 25m.

**Lauf 1**

|        |                   |      |                  |
|--------|-------------------|------|------------------|
| Bahn 1 |                   |      |                  |
| Bahn 2 | Lia Kößmeier      | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 3 | Savva Saliy       | 2017 | SG Oelde         |
| Bahn 4 | Jorin Dünninghaus | 2017 | SC Undine Beckum |

**Lauf 2**

|        |                 |      |                  |
|--------|-----------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Lotta Drewing   | 2017 | TG Ennigloh      |
| Bahn 2 | Amira Oudghough | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 3 | Paul McKeen     | 2017 | SG Oelde         |
| Bahn 4 | Clara Wolferts  | 2017 | SC Undine Beckum |

**Lauf 3**

|        |                |      |                       |
|--------|----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Arne Berhorst  | 2017 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 2 | Johanna Sommer | 2017 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 3 |                |      |                       |
| Bahn 4 |                |      |                       |

**16/2/1** Kräftiger Abstoß unter Wasser in Rückenlage + Delfin-Beinschläge  
 (die Arme sind nach vorne gestreckt)

Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 6m – 25m.

**Lauf 1**

|        |                 |      |                         |
|--------|-----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Till Bergmeier  | 2016 | TG Ennigloh             |
| Bahn 2 | Victoria Loreto | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 3 | Nele Gräfe      | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Matthis de Man  | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |

**Lauf 2**

|        |                 |      |                         |
|--------|-----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Jonna Jostmeier | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 2 | Henry Töws      | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Lena Geipel     | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 4 | Melina Mende    | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |

**Lauf 3**

|        |                    |      |                                 |
|--------|--------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Jara Kalisch       | 2016 | SC Herford                      |
| Bahn 2 | Nic Julius Ernst   | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen         |
| Bahn 3 | Moritz Schlichting | 2016 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 | Marlen Wörmann     | 2016 | TuS Viktoria Rietberg           |

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Bereich 3.1 – Koordination</b> |
|-----------------------------------|

|               |                                                                                        |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>19/3/1</b> | <b>25m Kraul-Beine mit Brett (das Brett wird unten und nur mit den Händen berührt)</b> |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                            |
|------------------------------------------------------------|
| Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:15,00 |
|------------------------------------------------------------|

**Lauf 1**

|        |                  |      |                       |
|--------|------------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Carla Wolf       | 2019 | 1. Paderborner SV     |
| Bahn 2 |                  |      |                       |
| Bahn 3 | Jule Drewing     | 2019 | TG Ennigloh           |
| Bahn 4 | Lanea Peitzmeier | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |

**Lauf 2**

|        |                 |      |                       |
|--------|-----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Emma Laikom     | 2019 | 1. Paderborner SV     |
| Bahn 2 | Lucy Bergmeier  | 2019 | TG Ennigloh           |
| Bahn 3 | Emil Hillemeyer | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 4 | Mateo Kube      | 2019 | SC Undine Beckum      |

|               |                                       |
|---------------|---------------------------------------|
| <b>18/3/1</b> | <b>25m Kraul mit 1 Rolle vorwärts</b> |
|---------------|---------------------------------------|

|                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------|
| (Brust-Beinschläge sowie Brust-Arme sind auf der ganzen Strecke nicht erlaubt) |
|--------------------------------------------------------------------------------|

|                                                            |
|------------------------------------------------------------|
| Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:10,00 |
|------------------------------------------------------------|

**Lauf 1**

|        |                      |      |                         |
|--------|----------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Nele Kowalczyk       | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 2 | Janne Strathmeier    | 2018 | SV Neptun Lübbecke      |
| Bahn 3 | Carla Marie Schultze | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Charlotte Beelmann   | 2018 | SC Undine Beckum        |

**Lauf 2**

|        |                     |      |                         |
|--------|---------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Jonathan Milan Jung | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Evi Marlen Dankwart | 2018 | Ahlener SG              |
| Bahn 3 | Katharina Langner   | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 4 | Jule Reith          | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |

**Lauf 3**

|        |                  |      |                         |
|--------|------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Sebastian Doroiu | 2018 | SG Oelde                |
| Bahn 2 | Nadja Poloch     | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 3 | Luna Lewanzik    | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Marie Cyl        | 2018 | TG Ennigloh             |

|               |                                                                   |
|---------------|-------------------------------------------------------------------|
| <b>17/3/1</b> | <b>25m 2 Zyklen Kraul-Arme und 2 Brust-Beinschläge im Wechsel</b> |
|---------------|-------------------------------------------------------------------|

|                                                           |
|-----------------------------------------------------------|
| (Brust-Armzüge sind auf der ganzen Strecke nicht erlaubt) |
|-----------------------------------------------------------|

|                                                            |
|------------------------------------------------------------|
| Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:10,00 |
|------------------------------------------------------------|

**Lauf 1**

|        |              |      |                  |
|--------|--------------|------|------------------|
| Bahn 1 |              |      |                  |
| Bahn 2 |              |      |                  |
| Bahn 3 | Lia Kößmeier | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 4 | Savva Saliy  | 2017 | SG Oelde         |

**Lauf 2**

|        |                   |      |                  |
|--------|-------------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Jorin Dünninghaus | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 2 | Lotta Drewing     | 2017 | TG Ennigloh      |
| Bahn 3 | Amira Oudghough   | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 4 | Paul McKeen       | 2017 | SG Oelde         |

**Lauf 3**

|        |                |      |                       |
|--------|----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Clara Wolferts | 2017 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 2 | Arne Berhorst  | 2017 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 3 | Johanna Sommer | 2017 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 4 |                |      |                       |

|               |                                                                                                                                                                                               |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>16/3/1</b> | 12,5m Tauchen mit Delfin-Beinschlägen – die restlichen 12,5m Delfin-Abschlag<br>(2 x rechter Arm, 2x linker Arm, 2x ganze Lage)<br>Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:05,00 |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Lauf 1**

|        |                 |      |                         |
|--------|-----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Marlen Wörmann  | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |
| Bahn 2 | Till Bergmeier  | 2016 | TG Ennigloh             |
| Bahn 3 | Victoria Loreto | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 4 | Nele Gräfe      | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |

**Lauf 2**

|        |                 |      |                         |
|--------|-----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Matthis de Man  | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |
| Bahn 2 | Jonna Jostmeier | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 3 | Henry Töws      | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Lena Geipel     | 2016 | SC Undine Beckum        |

**Lauf 3**

|        |                    |      |                                 |
|--------|--------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Melina Mende       | 2016 | TuS Viktoria Rietberg           |
| Bahn 2 | Jara Kalisch       | 2016 | SC Herford                      |
| Bahn 3 | Nic Julius Ernst   | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen         |
| Bahn 4 | Moritz Schlichting | 2016 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |

**- 5 Minuten PAUSE -**

|                                   |
|-----------------------------------|
| <b>Bereich 3.2 – Koordination</b> |
|-----------------------------------|

|               |                                             |
|---------------|---------------------------------------------|
| <b>19/3/2</b> | <b>25m Altdeutsch-Arme und Rücken-Beine</b> |
|---------------|---------------------------------------------|

|                                                            |
|------------------------------------------------------------|
| Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:10,00 |
|------------------------------------------------------------|

**Lauf 1**

|        |              |      |                   |
|--------|--------------|------|-------------------|
| Bahn 1 | Mateo Kube   | 2019 | SC Undine Beckum  |
| Bahn 2 | Carla Wolf   | 2019 | 1. Paderborner SV |
| Bahn 3 |              |      |                   |
| Bahn 4 | Jule Drewing | 2019 | TG Ennigloh       |

**Lauf 2**

|        |                  |      |                       |
|--------|------------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Lanea Peitzmeier | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 2 | Emma Laikom      | 2019 | 1. Paderborner SV     |
| Bahn 3 | Lucy Bergmeier   | 2019 | TG Ennigloh           |
| Bahn 4 | Emil Hillemeier  | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |

|               |                                 |
|---------------|---------------------------------|
| <b>18/3/2</b> | <b>25m Fußvorwärtsschwimmen</b> |
|---------------|---------------------------------|

|                                                            |
|------------------------------------------------------------|
| Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 2:15,00 |
|------------------------------------------------------------|

**Lauf 1**

|        |                      |      |                         |
|--------|----------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Marie Cyl            | 2018 | TG Ennigloh             |
| Bahn 2 | Nele Kowalczyk       | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 3 | Janne Strathmeier    | 2018 | SV Neptun Lübbecke      |
| Bahn 4 | Carla Marie Schultze | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |

**Lauf 2**

|        |                     |      |                         |
|--------|---------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Charlotte Beelmann  | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 2 | Jonathan Milan Jung | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Evi Marlen Dankwart | 2018 | Ahlener SG              |
| Bahn 4 | Katharina Langner   | 2018 | SC Undine Beckum        |

**Lauf 3**

|        |                  |      |                         |
|--------|------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Jule Reith       | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Sebastian Doroiu | 2018 | SG Oelde                |
| Bahn 3 | Nadja Poloch     | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 4 | Luna Lewanzik    | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |

|               |                                                                                                                                                                                       |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>17/3/2</b> | <b>25m Kraul mit 3 er Zug – 3 Rollen vorwärts auf der Mitte der Bahn - zwischen den Rollen mindestens ein 3er-Zug (Brust-Beinschläge sind auf der gesamten Strecke nicht erlaubt)</b> |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                            |
|------------------------------------------------------------|
| Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:10,00 |
|------------------------------------------------------------|

**Lauf 1**

|        |                |      |                  |
|--------|----------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Johanna Sommer | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 2 |                |      |                  |
| Bahn 3 |                |      |                  |
| Bahn 4 | Lia Kößmeier   | 2017 | SC Undine Beckum |

**Lauf 2**

|        |                   |      |                  |
|--------|-------------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Savva Saliy       | 2017 | SG Oelde         |
| Bahn 2 | Jorin Dünninghaus | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 3 | Lotta Drewing     | 2017 | TG Ennigloh      |
| Bahn 4 | Amira Oudghough   | 2017 | SC Undine Beckum |

**Lauf 3**

|        |                |      |                       |
|--------|----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Paul McKeen    | 2017 | SG Oelde              |
| Bahn 2 | Clara Wolferts | 2017 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 3 | Arne Berhorst  | 2017 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 4 |                |      |                       |

|               |                                                                                                                     |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>16/3/2</b> | <b>25m Kraul-/Rücken im Wechsel (3 Kraul- und 4 Rücken-Armzüge, wobei der Schwimmer über die lange Achse dreht)</b> |
|               | Bewertung: Bonuspunkte gibt es für eine Zeit unter 1:05,00                                                          |

**Lauf 1**

|        |                    |      |                                 |
|--------|--------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Moritz Schlichting | 2016 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 2 | Marlen Wörmann     | 2016 | TuS Viktoria Rietberg           |
| Bahn 3 | Till Bergmeier     | 2016 | TG Ennigloh                     |
| Bahn 4 | Victoria Loreto    | 2016 | SC Undine Beckum                |

**Lauf 2**

|        |                 |      |                         |
|--------|-----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Nele Gräfe      | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Matthis de Man  | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |
| Bahn 3 | Jonna Jostmeier | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 4 | Henry Töws      | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |

**Lauf 3**

|        |                  |      |                         |
|--------|------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Lena Geipel      | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 2 | Melina Mende     | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |
| Bahn 3 | Jara Kalisch     | 2016 | SC Herford              |
| Bahn 4 | Nic Julius Ernst | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |

**Bereich 4 – Wendenausführung**

|               |                                                                                                                         |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>19/4/1</b> | <b>5m Anschwimmen in Bauchlage – Anschlag – Abstoß unter Wasser in Bauchlage (Gleiten ohne Arm- oder Beintätigkeit)</b> |
|               | Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m.                                                                                   |

**Lauf 1**

|        |                 |      |                       |
|--------|-----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Emil Hillemeier | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 2 | Mateo Kube      | 2019 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 3 | Carla Wolf      | 2019 | 1. Paderborner SV     |
| Bahn 4 |                 |      |                       |

**Lauf 2**

|        |                  |      |                       |
|--------|------------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Jule Drawing     | 2019 | TG Ennigloh           |
| Bahn 2 | Lanea Peitzmeier | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 3 | Emma Laikom      | 2019 | 1. Paderborner SV     |
| Bahn 4 | Lucy Bergmeier   | 2019 | TG Ennigloh           |

|               |                                                            |
|---------------|------------------------------------------------------------|
| <b>18/4/1</b> | <b>5m Anschwimmen – Brust-Wende mit Tauchzug – Gleiten</b> |
|---------------|------------------------------------------------------------|

Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m.

**Lauf 1**

|        |                   |      |                         |
|--------|-------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Luna Lewanzik     | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Marie Cyl         | 2018 | TG Ennigloh             |
| Bahn 3 | Nele Kowalczyk    | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 4 | Janne Strathmeier | 2018 | SV Neptun Lübbecke      |

**Lauf 2**

|        |                      |      |                         |
|--------|----------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Carla Marie Schultze | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Charlotte Beelmann   | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 3 | Jonathan Milan Jung  | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 | Evi Marlen Dankwart  | 2018 | Ahlener SG              |

**Lauf 3**

|        |                   |      |                         |
|--------|-------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Katharina Langner | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 2 | Jule Reith        | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Sebastian Doroiu  | 2018 | SG Oelde                |
| Bahn 4 | Nadja Poloch      | 2018 | SC Undine Beckum        |

|               |                                                                                                                               |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>17/4/1</b> | 5m Anschwimmen – Kraul-Rollwende mit anschließendem Abstoß unter Wasser in Bauchlage (Delfin- oder Kraul-Beinschläge möglich) |
|               | Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 2m.                                                                                         |

**Lauf 1**

|        |                |      |                       |
|--------|----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1 | Arne Berhorst  | 2017 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 2 | Johanna Sommer | 2017 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 3 |                |      |                       |
| Bahn 4 |                |      |                       |

**Lauf 2**

|        |                   |      |                  |
|--------|-------------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Lia Kößmeier      | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 2 | Savva Saliy       | 2017 | SG Oelde         |
| Bahn 3 | Jorin Dünninghaus | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 4 | Lotta Drewing     | 2017 | TG Ennigloh      |

**Lauf 3**

|        |                 |      |                  |
|--------|-----------------|------|------------------|
| Bahn 1 | Amira Oudghough | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 2 | Paul McKeen     | 2017 | SG Oelde         |
| Bahn 3 | Clara Wolferts  | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 4 |                 |      |                  |

|               |                                                                                                                    |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>16/4/1</b> | 5m Anschwimmen - Rücken-Rollwende mit anschließendem Abstoß in Rückenlage (Delfin- oder Rückenbeinschläge möglich) |
|               | Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 1m.                                                                              |

**Lauf 1**

|        |                    |      |                                 |
|--------|--------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1 | Nic Julius Ernst   | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen         |
| Bahn 2 | Moritz Schlichting | 2016 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 3 | Marlen Wörmann     | 2016 | TuS Viktoria Rietberg           |
| Bahn 4 | Till Bergmeier     | 2016 | TG Ennigloh                     |

**Lauf 2**

|        |                 |      |                         |
|--------|-----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Victoria Loreto | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 2 | Nele Gräfe      | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 3 | Matthis de Man  | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |
| Bahn 4 | Jonna Jostmeier | 2016 | SC Undine Beckum        |

**Lauf 3**

|        |              |      |                         |
|--------|--------------|------|-------------------------|
| Bahn 1 | Henry Töws   | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2 | Lena Geipel  | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 3 | Melina Mende | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |
| Bahn 4 | Jara Kalisch | 2016 | SC Herford              |

|                             |
|-----------------------------|
| <b>Bereich 5 – Ausdauer</b> |
|-----------------------------|

|               |                                                 |
|---------------|-------------------------------------------------|
| <b>19/5/1</b> | <b>2 Minuten Dauerschwimmen: beliebige Lage</b> |
|---------------|-------------------------------------------------|

|                                                     |
|-----------------------------------------------------|
| Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 10m bis max. 140m |
|-----------------------------------------------------|

**Lauf 1**

|         |                  |      |                       |
|---------|------------------|------|-----------------------|
| Bahn 1a | Emil Hillmeyer   | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 1b | Mateo Kube       | 2019 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 2a | Carla Wolf       | 2019 | 1. Paderborner SV     |
| Bahn 2b | Jule Drewing     | 2019 | TG Ennigloh           |
| Bahn 3a | Lanea Peitzmeier | 2019 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 3b | Emma Laikom      | 2019 | 1. Paderborner SV     |
| Bahn 4a | Lucy Bergmeier   | 2019 | TG Ennigloh           |
| Bahn 4b |                  |      |                       |

|               |                                                                                                      |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>18/5/1</b> | <b>3 Minuten Dauerschwimmen: 1. Bahn Rücken, 2. Bahn Brust, die restlichen Bahnen beliebige Lage</b> |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                     |
|-----------------------------------------------------|
| Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 50m bis max. 130m |
|-----------------------------------------------------|

**Lauf 1**

|         |                      |      |                         |
|---------|----------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1a |                      |      |                         |
| Bahn 1b | Jonathan Milan Jung  | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2a | Luna Lewanzik        | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2b | Nele Kowalczyk       | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 3a | Janne Strathmeier    | 2018 | SV Neptun Lübbecke      |
| Bahn 3b | Carla Marie Schultze | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4a | Charlotte Beelmann   | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 4b |                      |      |                         |

**Lauf 2**

|         |                     |      |                         |
|---------|---------------------|------|-------------------------|
| Bahn 1a |                     |      |                         |
| Bahn 1b | Katharina Langner   | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 2a | Jule Reith          | 2018 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 2b | Sebastian Doroiu    | 2018 | SG Oelde                |
| Bahn 3a | Evi Marlen Dankwart | 2018 | Ahlener SG              |
| Bahn 3b | Marie Cyl           | 2018 | TG Ennigloh             |
| Bahn 4a | Nadja Poloch        | 2018 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 4b |                     |      |                         |

|               |                                                                                                          |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>17/5/1</b> | <b>4 Minuten Dauerschwimmen: 1. &amp; 2. Bahn Rücken, 3. &amp; 4. Bahn Brust, restliche Bahnen Kraul</b> |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                      |
|------------------------------------------------------|
| Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 125m bis max. 220m |
|------------------------------------------------------|

**Lauf 1**

|          |                   |      |                  |
|----------|-------------------|------|------------------|
| Bahn 1a  |                   |      |                  |
| Bahn 1b  |                   |      |                  |
| Bahn 2a  | Johanna Sommer    | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 2b  | Lia Kößmeier      | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 3a  | Savva Saliy       | 2017 | SG Oelde         |
| Bahn 3b  | Jorin Dünninghaus | 2017 | SC Undine Beckum |
| Bahn 4 a |                   |      |                  |
| Bahn 4 b |                   |      |                  |

**Lauf 2**

|          |                 |      |                       |
|----------|-----------------|------|-----------------------|
| Bahn 1a  |                 |      |                       |
| Bahn 1b  | Amira Oudghough | 2017 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 2a  | Paul McKeen     | 2017 | SG Oelde              |
| Bahn 2b  | Clara Wolferts  | 2017 | SC Undine Beckum      |
| Bahn 3a  | Lotta Drewing   | 2017 | TG Ennigloh           |
| Bahn 3b  | Arne Berhorst   | 2017 | TuS Viktoria Rietberg |
| Bahn 4 a |                 |      |                       |
| Bahn 4 b |                 |      |                       |

|               |                                                                                           |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>16/5/1</b> | 6 Minuten Dauerschwimmen: 1. - 3. Bahn Rücken, 4. - 6. Bahn Brust, restliche Bahnen Kraul |
|               | Bewertung: Bonuspunkte gibt es ab 225m bis max. 320m                                      |

**Lauf 1**

|          |                 |      |                         |
|----------|-----------------|------|-------------------------|
| Bahn 1a  |                 |      |                         |
| Bahn 1b  | Jara Kalisch    | 2016 | SC Herford              |
| Bahn 2a  | Matthis de Man  | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |
| Bahn 2b  | Marlen Wörmann  | 2016 | TuS Viktoria Rietberg   |
| Bahn 3a  | Till Bergmeier  | 2016 | TG Ennigloh             |
| Bahn 3b  | Victoria Loreto | 2016 | SC Undine Beckum        |
| Bahn 4 a | Nele Gräfe      | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen |
| Bahn 4 b |                 |      |                         |

**Lauf 2**

|          |                    |      |                                 |
|----------|--------------------|------|---------------------------------|
| Bahn 1a  |                    |      |                                 |
| Bahn 1b  | Henry Töws         | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen         |
| Bahn 2a  | Lena Geipel        | 2016 | SC Undine Beckum                |
| Bahn 2b  | Melina Mende       | 2016 | TuS Viktoria Rietberg           |
| Bahn 3a  | Jonna Jostmeier    | 2016 | SC Undine Beckum                |
| Bahn 3b  | Moritz Schlichting | 2016 | SSC 90 Schloß Holte-Stukenbrock |
| Bahn 4 a | Nic Julius Ernst   | 2016 | SC Steinhagen-Amshausen         |
| Bahn 4 b |                    |      |                                 |

**- SIEGEREHRUNGEN -**