



Wettbewerbsdисziplinen

für den Bundeswettbewerb Rettungsschwimmen
Kinder und Jugendliche

Stand: 24.02.2011



5. Wettbewerbsdisziplinen für den schwimmerischen Teil

5.1 Wettbewerbsdisziplinen für Altersklasse 1

5.1.1. Bruststilstaffel 4 x 25 m

- Der Start jedes Schwimmers erfolgt vom Startblock.
- Es werden 25 m im Bruststil geschwommen.
- Schwimmer 2 – 4 verfahren in gleicher Weise.
- Der Wechsel erfolgt nach Anschlag mit zwei Händen.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit zwei Händen.

5.1.2 Balltransportstaffel 4 x 25 m

- Der Start jedes Schwimmers erfolgt im Wasser von der Beckenwand.
- Der Startschwimmer hält den Ball dabei mit einer Hand fest.
- Schwimmer 1 bis 4 schwimmen jeweils 25 m im Bruststil und transportieren den Ball zur anderen Seite, ohne dass er festgehalten wird.
- Der Ball darf nicht geworfen werden.
- Jeder Schwimmer muss nach 25 m mit einer Hand an der Wand anschlagen, bevor der Ball an den nächsten Schwimmer übergeben wird.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.1.2.a	Wenn der Ball geworfen wird (je Ball)	10
5.1.2.b	Wenn der Ball die Bahn verlässt (je Ball)	2
5.1.2.c	Wenn der Ball festgehalten wird (je Ball)	10

5.1.3 Tauchstaffel 4 x 25 m

- Der Start jedes Schwimmers erfolgt vom Startblock.
- Die Schwimmer 1 bis 4 tauchen jeweils 8 m und schwimmen in beliebiger Schwimm-
lage bis zur Wendemarke weiter.
- Der Wechsel erfolgt jeweils nach Anschlag des Schwimmers mit einer Hand.
- Der Auftauchpunkt ist gekennzeichnet.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.1.3.a	Bei nicht durchtauchter Strecke	10

5.1.4 Transportstaffel 4 x 25 m

- Der Start jedes Schwimmers erfolgt im Wasser von der Beckenwand.
- Die Schwimmer 1 bis 4 schwimmen jeweils 25 m Rücklage mit beliebiger Beinbewegung und halten einen Tauchspielring mit beiden Händen vor dem Körper fest.
- Nachdem der Schwimmer an der Beckenwand mit einer Hand angeschlagen hat, übergibt er den Tauchspielring an den Folgeschwimmer.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.1.4.a	Wenn der Ring nicht mit beiden Händen vor dem Körper festgehalten wird.	10

5.1.5 Rettungsringstaffel 4 x 25 m

- Der Start erfolgt jeweils im Wasser von der Beckenwand.
- Der Schwimmer sitzt oder liegt auf dem Rettungsring und transportiert diesen 25 m in beliebiger Schwimmlage.
- Nachdem der Schwimmer an der Beckenwand mit einer Hand angeschlagen hat, übergibt er den Rettungsring an den Folgeschwimmer.
- Die Schwimmer 2 – 4 verfahren in gleicher Weise.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

5.1.6 Kombinierte Staffel 4 x 25 m

- Der Schwimmer 1 startet im Wasser von der Beckenwand und schwimmt 25 m sitzend oder liegend auf einem Rettungsring in beliebiger Schwimmlage.
- Der Schwimmer 2 startet im Wasser von der Beckenwand und schwimmt 25 m in Rückenlage mit beliebiger Beinbewegung und hält einen Tauchspielring mit beiden Händen vor dem Körper fest.
- Der Schwimmer 3 startet vom Startblock und schwimmt 25 m im Bruststil.
- Der Schwimmer 4 startet vom Startblock und schwimmt 25 m im Freistil.
- Der Wechsel erfolgt jeweils nach dem Anschlag des Schwimmers mit einer Hand.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.1.5.a	Wenn der Ring nicht mit beiden Händen festgehalten wird	10

5.2 Wettbewerbsdisziplinen für Altersklasse 2

5.2.1 Flossenstaffel 4 x 25 m

- Alle Schwimmer sind mit Flossen ausgerüstet.
- Der Start der Schwimmer 1 und 3 erfolgt vom Startblock.
- Der Start der Schwimmer 2 und 4 erfolgt im Wasser von der Beckenwand.
- Schwimmer 1 und 3 schwimmen 25 m Kraulstil mit Flossen.
- Schwimmer 2 und 4 schwimmen 25 m Rückenstil mit Flossen.
- Der Wechsel erfolgt jeweils nach dem Anschlag des Schwimmers mit einer Hand.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.2.1.a	Wenn der Rückenschwimmer seine Lage beim Anschlag ändert.	5

5.2.2 Balltransportstaffel 4 x 25 m

- Der erste Schwimmer startet vom Startblock und hält den Ball beim Start mit beiden Händen fest.
- Die Schwimmer 2 bis 4 starten aus dem Wasser von der Beckenwand.
- Schwimmer 1 und 3 schwimmen jeweils 25 m im Bruststil.
- Schwimmer 2 und 4 schwimmen jeweils 25 m im Kraulstil.
- Der Ball wird zur anderen Seite transportiert, ohne dass er festgehalten wird.
- Der Ball darf weder beim Start noch während des Schwimmens geworfen werden.
- Jeder Schwimmer muss nach 25 m mit einer Hand an der Wand anschlagen, bevor der Ball an den nächsten Schwimmer übergeben wird.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.2.2.a	Wenn der Ball geworfen wird (je Ball)	10
5.2.2.b	Wenn der Ball die Bahn verlässt (je Ball)	2
5.2.2.c	Wenn der Ball festgehalten wird (je Ball)	10

5.2.3 Tauchstaffel 4 x 25 m

- Vor dem Start werden bei 12,5 m 4 Tauchspielringe abgelegt.
- Der Start jedes Schwimmers erfolgt vom Startblock
- Die Schwimmer 1 bis 4 tauchen jeweils 12,5 m, nehmen einen auf dem Boden liegenden Tauchspielring auf und schwimmen in beliebiger Schwimmlage bis zur Wendemarke weiter.
- Der Wechsel erfolgt jeweils nach dem Anschlag des Schwimmers mit einer Hand.
- Der Tauchring muss nach dem Wechsel auf dem Beckenrand abgelegt werden.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.2.3.a	Wenn Tauchspielringe nicht herausgeholt werden (je fehlendem Ring)	15
5.2.3.b	Wenn vorzeitig aufgetaucht wird	2 je m

5.2.4. Transportstaffel 4 x 25 m

- Der Start erfolgt jeweils im Wasser von der Beckenwand.
- Der Schwimmer 1 transportiert den 2. Schwimmer mit dem Achselgriff.
- Der Schwimmer 2 transportiert den 1. Schwimmer 25 m mit dem Schiebegriff.
- Der Schwimmer 3 verfährt wie Schwimmer 1 und Schwimmer 4 wie Schwimmer 3.
- Der Wechsel erfolgt jeweils nach Anschlag des Retters mit einer Hand. Eine Rollwende ist nicht zulässig.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.2.4.a	Wenn Achselschleppgriff/Schiebegriff nicht korrekt ausgeführt werden	10
5.2.4.b	Wenn der Rettling den Retter unterstützt	15
5.2.4.c	Wenn der Retter nicht anschlägt	5

5.2.5. Rettungsmittelstaffel 4 x 25 m

- Schwimmer 1 startet mit einem Rettungsring im Wasser von der Beckenwand und schwimmt 25 m in beliebigem Schwimmstil.
- Schwimmer 2 trägt Flossen und transportiert Schwimmer 1 mit dem Rettungsring 25 m in Rückenlage. Dabei zieht er den Ring mit einer oder beiden Händen. Schwimmer 1 liegt dabei mit aufgelegten Armen in Rückenlage im Innenkreis des Rettungsringes.
- Schwimmer 3 startet mit einer Rettungsboje vom Startblock und schwimmt mit dieser 25 m in beliebigem Schwimmstil.
- Schwimmer 4 trägt Flossen und transportiert Schwimmer 3 mit der Rettungsboje 25 m in Rückenlage. Schwimmer 3 liegt dabei mit aufgelegten Armen und in Rückenlage unter der Boje. Der Retter greift unter den Armen des Rettlings hindurch und fasst die Boje mit beiden Händen an den Handgriffen.
- Der Rettling darf den Retter nicht unterstützen.
- Der Wechsel erfolgt jeweils nach Anschlag des Retters mit einer Hand.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.2.5.a	Wenn der Rettling den Retter durch aktive Schwimmbewegungen unterstützt	10
5.2.5.b	Wenn die Lage des Rettlings nicht korrekt ist	5
5.2.5.c	Wenn der Retter nicht anschlägt	5

5.2.6. Kombinierte Staffel 4 x 25 m

- Vor dem Start wird ein kleiner Tauchspielring bei 12,5 m abgelegt.
- Schwimmer 1 startet vom Startblock und schwimmt 12,5 m Freistil, taucht dann ab und nimmt den Tauchspielring auf. Nach der Aufnahme des Rings schwimmt er die verbleibenden 12,5 m in Rückenlage und hält dabei den Ring mit beiden Händen vor dem Körper. Nach dem Anschlag mit einer Hand und der Ablage des Rings auf dem Beckenrand startet der im Wasser an der Beckenwand wartende Schwimmer 2 und transportiert den Schwimmer 1 25 m mit dem Achselschleppgriff.
- Schwimmer 3 startet vom Startblock und schwimmt 25 m im Bruststil mit einem T-Shirt bekleidet.
- Schwimmer 4 startet vom Startblock und schwimmt 25 m im Freistil mit Flossen.
- Der Wechsel erfolgt jeweils nach Anschlag mit einer Hand.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.2.6.a	Wenn der Ring nicht mit beiden Händen vor dem Körper festgehalten wird	10
5.2.6.b	Wenn der Ring nicht heraufgeholt wird	15
5.2.6.c	Wenn der Achselschleppgriff nicht korrekt ausgeführt wird	10
5.2.6.d	Wenn Schwimmer 2 durch Schwimmer 1 mit aktiver Schwimmbewegung unterstützt wird	10

5.3 Wettbewerbsdisziplinen für Altersklasse 3

5.3.1 Flossenstaffel 4 x 50 m

- Alle Schwimmer sind mit Flossen ausgerüstet.
- Der Start der Schwimmer 1 und 3 erfolgt vom Startblock.
- Der Start der Schwimmer 2 und 4 erfolgt im Wasser von der Beckenwand.
- Schwimmer 1 und 3 schwimmen 25 m Kraulstil mit Flossen.
- Schwimmer 2 und 4 schwimmen 25 m Rückenstil mit Flossen.
- Der Wechsel erfolgt jeweils nach dem Anschlag des Schwimmers mit einer Hand.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.3.1.a	Wenn der Rückenschwimmer seine Lage beim Anschlag oder mehr als 4 m vor der Wende ändert.	5

5.3.2 Kleiderschwimmstaffel 4 x 50 m

- Alle Schwimmer tragen eine Drillichjacke, die vor dem Start geschlossen und durch einen kurzen Aufenthalt im Wasser nass gemacht werden muss.
- Der Start erfolgt jeweils vom Startblock.
- Schwimmer 1 und Schwimmer 3 schwimmen 50 m im Bruststil.
- Schwimmer 2 und Schwimmer 4 schwimmen 50 m im Kraulstil.
- Der Wechsel erfolgt jeweils nach dem Anschlag des Schwimmers mit einer Hand.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

5.3.3 Tauchstaffel 4 x 25 m

- Vor dem Start werden bei 10 m und 15 m je 2 Tauchspielringe abgelegt.
- Der Start erfolgt jeweils vom Startblock.
- Die Schwimmer 1 bis 4 tauchen jeweils 15 m, nehmen einen auf dem Boden liegenden Tauchspielring auf und schwimmen in beliebiger Schwimmlage bis zur Wendemarke weiter.
- Der Wechsel erfolgt jeweils nach dem Anschlag des Schwimmers mit einer Hand.
- Der Tauchspielring muss nach dem Anschlag auf dem Beckenrand abgelegt werden.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.3.3.a	Wenn Tauchspielringe nicht herausgeholt werden (je fehlendem Ring)	15
5.3.3.b	Wenn die Strecke nicht durchtaucht wird	10

5.3.4 Transportstaffel 4 x 25 m

- Der Start erfolgt jeweils im Wasser von der Beckenwand.
- Die Schwimmer 1 und 2 tragen eine Drilllichjacke. Die Jacke ist geschlossen.
- Schwimmer 1 transportiert den Schwimmer 2 25 m mit dem Achselschleppgriff.
- Schwimmer 2 transportiert den Schwimmer 1 25 m mit dem Schiebegriff.
- Der Schwimmer 3 verfährt wie Schwimmer 1 und Schwimmer 4 wie Schwimmer 3.
- Der Wechsel erfolgt nach dem Anschlag des Retters mit einer Hand.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.3.4.a	Wenn Achselschlepp-/Schiebegriff nicht korrekt ausgeführt werden	10
5.3.4.b	Wenn der Rettling den Retter durch aktive Schwimmbewegungen unterstützt	10
5.3.4.c	Wenn der Retter nicht anschlägt	5
5.3.4.d	Wenn das Gesicht des Rettlings mehr als 1 m weit unter Wasser ist	2 je m

5.3.5 Rettungsleinenstaffel 4 x 50 m

Die Durchführung geschieht nach folgendem Schema:

Lauf	Schwimmer	
	Retter	Zieher
1	1	4
2	2	1
3	3	2
4	4	3

- Der Start erfolgt jeweils vom Startblock.
- Alle 4 Schwimmer sind mit Nummern gekennzeichnet.
- Der Schwimmer 1 schwimmt 25 m Freistil mit dem Rettungsgurt und Leine.
- Bei 25 m taucht er ab und nimmt einen 5-kg-Tauchring vom Beckenboden auf. Danach wird er vom Schwimmer 4 zurückgezogen.
- Das Ziehen erfolgt aus dem Stand.
- Dabei hält der Schwimmer 1 den Tauchring mit beiden Händen vor dem Körper.
- Der Schwimmer 1 darf das Ziehen durch aktive Beinbewegung unterstützen.
- Zum Wechsel übergibt der Schwimmer 1 den Tauchring einem Mannschaftsmitglied, welches diesen auf dem Beckenrand ablegt.
- Nach Übergabe des Tauchrings erfolgt die Übergabe des Gurtes an den Schwimmer 2.
- Alle weiteren Schwimmer verfahren in gleicher Weise wie oben beschrieben.
- Die Schwimmer 1 bis 3 müssen vor der Ringabgabe nicht anschlagen.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.
- Den Ring darf er nach dem Anschlag übergeben.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.3.5.a	Wenn der 5-kg-Tauchring nicht mit beiden Händen gehalten wird	5
5.3.5.b	Wenn der Gurt vor dem Ablegen des 5-kg-Tauchring übergeben wird	5
5.3.5.c	Pro nicht an der Startseite abgelegten 5-kg-Tauchring	15
5.3.5.d	Wenn mehr als ein Zieher die Leine zurückzieht	10
5.3.5.e	Wenn nicht aus dem Stand gezogen wird	10

5.3.6 Kombinierte Staffel 4 x 25 m

- Vor dem Start wird ein 5-kg-Tauchring bei 12,5 m abgelegt.
- Schwimmer 1 startet vom Startblock und schwimmt 12,5 m Freistil, taucht dann ab und nimmt den 5-kg-Tauchring auf. Nach der Aufnahme des Rings schwimmt er die verbleibenden 12,5 m in Rückenlage und hält den Ring mit beiden Händen vor dem Körper.
- Nach dem Anschlag mit einer Hand und der Ablage des Tauchrings auf dem Beckenrand startet der im Wasser an der Beckenwand wartende Schwimmer 2 und transportiert den Schwimmer 1 mit dem Achselschleppgriff.
- Schwimmer 3 startet vom Startblock und schwimmt 25 m im Bruststil mit einer Drillhose bekleidet.
- Schwimmer 4 startet vom Startblock und schwimmt 25 m Freistil mit Flossen.
- Der Wechsel erfolgt jeweils nach Anschlag des Schwimmers mit einer Hand.
- Die Zeitnahme erfolgt nach Anschlag des 4. Schwimmers mit einer Hand.

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.3.6.a	Wenn der Tauchring nicht mit beiden Händen vor dem Körper festgehalten wird	10
5.3.6.b	Wenn der Tauchring nicht heraufgeholt wird	10
5.3.6.c	Wenn der Achselschleppgriff nicht korrekt ausgeführt wird	10
5.3.6.d	Wenn der Rettling den Retter durch aktive Schwimmbewegung unterstützt	10

5.4 Zeitzuschläge bei Verstößen gegen die allgemeinen Wettbewerbsregeln

Kennziffer	Beschreibung	Sekunden
5.4 b	Zweiter Fehlstart/Erster Fehlstart beim Tauchen	5
5.4 b	Fehlerhafte Staffelablösung/Wende/Anschlag	5
5.4 c	Tauchen nach Start (außer Tauchdisziplin) und Wende mehr als 12,5 m	5
5.4 d	Behinderung einer anderen Mannschaft	10
5.4 e	Reihenfolge der Disziplinen wird nicht eingehalten	10
5.4 f	Fehlerhafte Ausführung der Disziplin (Schwimmlage, Griffausführung)	10