



Regionaltreffen

Rettungsschwimm-Wettkämpfe

der SLRG Region Zürich

WETTKAMPF - REGLEMENT

Ausgabe Juli 2007

INHALTSVERZEICHNIS

1. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN	3
1.1 Allgemeines	3
1.2 Kategorien	3
1.3 Preise	3
1.4 Wertung	4
1.5 Startkommando	4
1.6 Fehlstart	4
1.7 Versicherung	4
2. DISZIPLINEN	
2.1 Mannschaftsschwimmen mit Kleidern	5
2.2 RFT-Stafette 2 x 75 m	6
2.3 Kombistafette	7/8
2.4 Stabtauch-Stafette	8
2.5 Rettungs-Staffel	9/10

1. ALLGEMEINE BESTIMMUNGEN

1.1 Allgemeines

Das Regionaltreffen ist ein regional ausgeschriebener Rettungswettkampf, welcher von jeder Sektion der Region Zürich organisiert werden kann. Möglich und sehr erwünscht ist die Kombination des Wettkampfes in einem 25 m - Hallenbad mit einem Abendessen. Der Wettkampf wird an einem Samstag oder Sonntag durchgeführt. Die Möglichkeiten für die Gestaltung des Abends sind sehr vielfältig und Sache des Organisators.

Jede teilnehmende Sektion muss zwingend einen Funktionär stellen. Ohne Funktionär sind die Mannschaften der jeweiligen Sektionen nicht startberechtigt und werden disqualifiziert.

Der Wettkampf wird für Mannschaften mit vier (4) Teilnehmern in den folgenden Kategorien durchgeführt:.

1.2 Kategorien:

A	Herren	(mindestens ein Herr, sonst frei)
B	Damen	(keine Herren erlaubt)
C	Plausch	(Gemischte, d.h. mindestens ein Herr und mindestens eine Dame)

- Die organisierende Sektion und die Region Zürich haben die Möglichkeit, Gastsektionen einzuladen. Diese können jedoch nur ausser Konkurrenz teilnehmen.
- Der Einfachheit halber wird im folgenden nur von 'Schwimmer' gesprochen, womit weibliche und männliche Teilnehmer in gleichberechtigter Weise gemeint sind.
- Die Schwimmer müssen im Besitz des SLRG Brevet-I sein. Zusätzlich sind Inhaber eines Jugendbrevets, welche im Laufe des Jahres das 14. Altersjahr erreichen, zugelassen.
- Es wird erwartet, dass sich die Mannschaften im Sinne von *Fairplay* an dieses Reglement halten.
- Pro Mannschaft können vier bis sechs Schwimmer gemeldet werden.

1.3 Preise:

- Für die ersten drei Mannschaften der Kategorien A und B werden Auszeichnungen abgegeben. Die erste Mannschaft erhält einen Wanderpreis. Er darf von der Mannschaft behalten werden, die ihn dreimal in Serie oder total viermal in loser Folge gewonnen hat.

- In der Kategorie C werden Naturalpreise unter allen teilnehmenden Mannschaften verlost.

1.4 Wertung:

Zu den Zeiten werden allfällige Strafzeiten addiert. Für die Endwertung werden die Zeiten aller Disziplinen zusammengezählt.

Wer eine andere Mannschaft behindert oder eine Disziplin nicht richtig erfüllt, wird in der entsprechenden Disziplin mit der Maximalzeit plus 20 Sekunden auf den letzten Platz gesetzt.

Kombistafette CPR Teil: Wertung gemäss Disziplinen Beschrieb S. 8

1.5 Startkommando:

- | | |
|-----------------------------|---|
| - langer Pfiff | Schwimmer <i>gehen an</i> den Start |
| - Kommando "Auf die Plätze" | Schwimmer <i>gehen in</i> Startposition |
| - Startsignal | Schwimmer starten |

1.6 Fehlstart:

- Ein Fehlstart wird durch wiederholtes Signal und durch Fallenlassen der Fehlstartleine signalisiert. Bei Tauchdisziplinen wird mit einem unter Wasser ebenfalls hörbaren Signal das Abbrechen des Starts angezeigt.
- Kommt es in einem Lauf zu einem zweiten Fehlstart, wird der Start nicht mehr abgebrochen. Die fehlbare oder die fehlbaren Mannschaften werden mit einem Zeitzuschlag von 10 Sekunden bestraft.

1.7 Versicherung:

- Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

2. DISZIPLINEN

2.1 Mannschaftsschwimmen mit Kleidern

Aufgabe:	Es muss von sämtlichen Schwimmern inkl. einer Rettungspuppe eine Distanz von 100 m zurückgelegt werden. Alle Schwimmer haben dabei Kleider zu tragen (Herren: Latzhosen, Damen: Bluse und Jupe, von der Region zur Verfügung gestellt).	
Start:	Der Start erfolgt im Wasser, wobei jeder Wettkämpfer den Bassinrand berühren muss.	
Schwimmstil:	Der Schwimmstil ist frei. Die Puppe muss gezogen werden, das heisst, der Kopf der Puppe ist immer hinter dem Kopf des Retters (Zulässige Griffe: gemäss SLRG Ausbildungsnorm).	
Übergabe:	Die Schwimmer dürfen die Puppe beliebig oft übergeben respektive übernehmen. Sie darf aber niemals losgelassen werden. Vom Start bis ins Ziel muss sie immer von mindestens einer Hand gehalten werden.	
Wende:	Jeder Schwimmer berührt mit einem Körperteil die Wand. Die Puppe darf erst gewendet werden, wenn der Retter an der Wand angeschlagen hat.	
Ziel:	Alle Schwimmer berühren die Wand.	
Strafen:	Jedes Loslassen der Puppe:	20 Sekunden.
	Zu frühe Wende von Puppe oder Schwimmer:	10 Sekunden.
	Puppenkopf deutlich unter Wasser: (deutlich = 1m lang ununterbrochen)	20 Sekunden
	Falscher Griff	20 Sekunden

2.2 RFT-Stafette 2 x 75 m

- Aufgabe:** Zwei Wettkämpfer mit RFT-Ausrüstung starten gemeinsam und tauchen 25 m nach einer Puppe. Die Puppe liegt auf der Gegenseite am Bassinboden, mit dem Stumpf zur Wand. Die Puppe muss von den gleichen Wettkämpfern während 50 m transportiert werden. Die beiden anderen Wettkämpfer übernehmen die Puppe und transportieren diese zuerst 50 m. Im Anschluss daran müssen sie noch 25 m in Freistil (auch Tauchen möglich) zurücklegen.
- Start:** Der Start erfolgt im Wasser, wobei jeder Wettkämpfer den Bassinrand berühren muss.
- Schwimmstil:** Schwimm- und Tauchstil sind frei. Die Puppe muss gezogen werden, das heisst der Kopf ist immer hinter den Köpfen der Retter. Die Puppe kann von beiden Wettkämpfern gemeinsam gezogen werden, wobei sich der Kopf der Puppe über Wasser befinden muss.
- Ziel/Übergabe/
Wende:** Beide Schwimmer müssen am Bassinrand anschlagen.
- Ausrüstung:** RFT-Ausrüstung nach SLRG-Wettkampffreglement
- Strafen:** Zu frühes Auftauchen bei den ersten 25 m: 10 Sek.
- Nicht Anschlagen: 20 Sek.
- Puppenkopf deutlich unter Wasser:
(deutlich = 1m lang ununterbrochen) 20 Sek.

2.3 Kombistafette

Aufgabe: Alle vier Schwimmer legen gemeinsam 50 Meter im Freistil zurück. Anschliessend verlassen zwei Schwimmer das Schwimmbecken und begeben sich zum ihnen zugeteilten Phantom, wo sie sofort, ohne ABC, mit der Zweihelfermethode beginnen zu reanimieren.

Die zwei anderen Wettkämpfer transportieren auf dem Gurtretter einen von der durchführenden Sektion zu bestimmenden Gegenstand 50 Meter weit. Sie dürfen erst starten, wenn alle vier Schwimmer 50 Meter zurückgelegt haben. Dabei kann der Gurtretter auf dem Wasser gezogen resp. gestossen werden. Beide Schwimmer haben immer Kontakt mit dem Gurtretter. Danach erfolgt der Wechsel, die Schwimmer übernehmen die Reanimation (Zweihelfermethode) und die Nothelfer begeben sich ins Wasser und transportieren den erwähnten Gegenstand auf dem Gurtretter 50 Meter weit. Fällt der Gegenstand ins Wasser, muss er sofort an Ort und Stelle wieder auf den Gurtretter gestellt werden.

Die Zeit wird gestoppt, wenn das zweite Schwimmerpaar mit dem Gurtretter zurück ist und beide am Beckenrand angeschlagen haben. Die zweiten Nothelfer müssen indessen mit der Zweihelfermethode weitermachen, bis 6 Minuten Reanimation abgelaufen sind. Die Reanimationszeit beginnt mit dem ersten Atemstoss.

Betreffend Luftvolumen, Frequenz, etc. orientieren wir uns an den für das jeweilige Wettkampfsjahr geltenden Vorgaben der Schweizermeisterschaft

Start: Der Start erfolgt im Wasser, wobei jeder Wettkämpfer den Bassinrand berühren muss.

Wende: Jeder Schwimmer schlägt bei jeder Wende mit einem beliebigen Körperteil an.

Schwimmstil:Frei

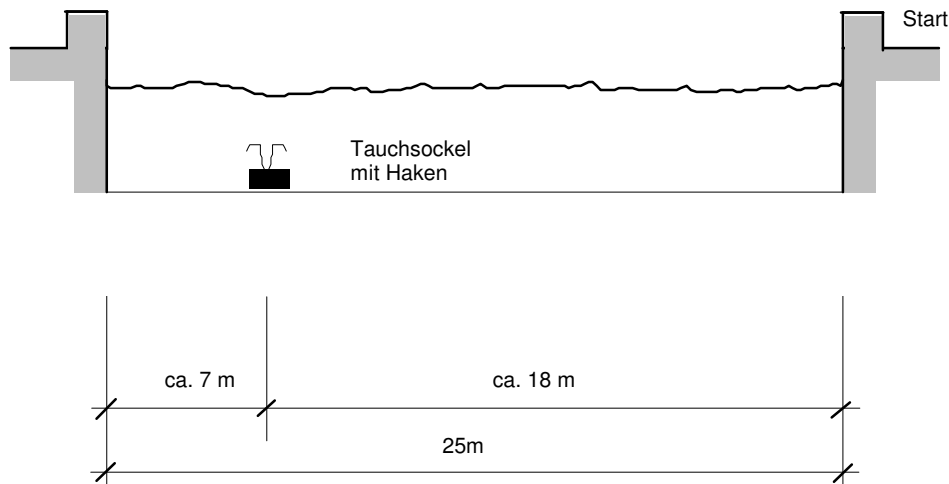
Übergabe: Die Übergabe erfolgt, wenn die zweiten Retter die ersten bei der Reanimation am Phantom abgelöst haben.

Ziel: Erstes Ziel, wenn die zweiten Schwimmer mit dem Gurtretter zurück sind und beide angeschlagen haben.
Zweites Ziel, nach 6 Minuten CPR

Strafen: Nichtanschlagen bei der Wende: 20 Sek.
Festhalten/bindens des Gegenstandes auf dem Gurtretter 20 Sek.
Wechselfehler; Wechsel nicht beim Phantom 20 Sek.

Wertung: Von der Endschwimmzeit werden die erreichten CPR-Punkte in Sekunden umgewandelt. Beispiel: Schwimmzeit 2:00:00 Minuten minus 41 Punkte = 41 Sekunden am Phantom ergeben eine Endzeit von 1:19:00 Minuten.

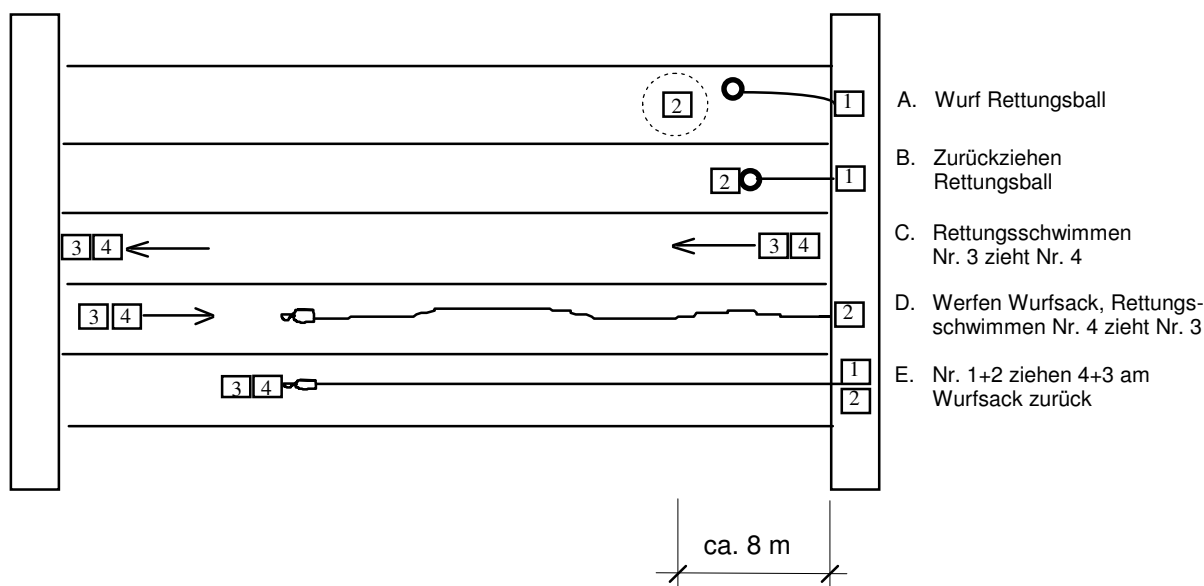
2.4 Stabtauch - Stafette



- Aufgabe:** Mit dem Stab bis zum Haken tauchen und Stab einhängen. Bis zum Bassinrand weiterschwimmen, wenden und auf dem Rückweg Stab am Haken aushängen und dem nächsten Schwimmer übergeben.
- Start:** Ab Startbock mit dem Stab.
- Schwimmstil:** Ist frei. Schwimmbrillen sind nicht erlaubt.
- Ziel/Übergabe:** Anschlag des Schwimmers am Bassinrand, anschliessend Übergabe des Stabes.
- Strafen:** Auftauchen des Stabes: 20 Sekunden.

2.5 Rettungs-Staffel

Ablaufdiagramm:



- Aufgabe:**
- [A] Schwimmer 1 wirft einen Rettungsball mit Seil dem Schwimmer 2 zu, welcher sich in einer Distanz von ca. 8 m vom Bassinrand in der Mitte der Bahn befindet. Schwimmer 2 darf den Ball nur übernehmen, wenn dieser innerhalb seiner Reichweite (ohne Schwimmbewegungen) erreichbar ist. Sofern Schwimmer 2 den Ball nicht übernehmen kann, hat Schwimmer 1 diesen wieder am Seil einzuziehen und erneut zu werfen. Dies ist so lange zu wiederholen, bis der Rettling den Ball übernehmen kann oder nach 30 Sekunden dürfen Schwimmer 3 und 4 auf Kommando des zuständigen Zeitnehmers losschwimmen.
 - [B] Schwimmer 1 zieht den Schwimmer 2 am Rettungsball zurück.
 - [C] Schwimmer 3 transportiert Schwimmer 4 in einem Rettungsgriff über eine Strecke von 25 m, nach dem Anschlagen von Schwimmer Nr. 3 ...
 - [D] ... wirft Schwimmer 2 den Wurfsack möglichst weit in die eigene Bahn. Gleichzeitig wechseln Schwimmer 3 und 4 ihre Aufgaben und Schwimmer 4 transportiert Schwimmer 3 bis zum Wurfsack und hält sich an diesem fest. Sofern der Wurfsack nicht in der eigenen Bahn gelandet ist, ist der Rettungsgriff auf der gesamten Länge anzuwenden. Der Wurfsack darf in diesem Fall erst zurückgezogen werden, wenn alle Mannschaften im Ziel sind. Ein zweiter Wurfversuch ist ebenfalls nicht gestattet.
 - [E] Schwimmer 1 und 2 ziehen Schwimmer 4 und 3 am Seil des Wurfsackes zurück ins Ziel.

- Start: Schwimmer 2 bei der Markierung im Wasser, Schwimmer 1 mit Ball bereit zum Werfen des Balls.
- Schwimmstil: Rettungsrufe nach Ausbildungsrichtlinien SLRG
- Ziel: Schwimmer 4 schlägt an der Bassinwand an
- Strafen: Schwimmer 2 bewegt sich zum Rettungsball: 30 Sek.