

USP

Sport für OÖ. PfadfinderInnen
ZVR 496857275

AUSSCHREIBUNG

für die

Landesmeisterschaften im Schwimmbad der OÖ. Pfadfinder Ablegung einer Schwimmprüfung des ÖJRK

Veranstalter:	USP
Termin:	Sonntag, 17. März 2013, von 10:00 – ca. 15:00 Uhr.
Ort:	Hallenbad Auhof, Julius-Raab-Straße 10 , 4040 Linz
Bahnbeschreibung:	25m Becken, 5 Startbahnen, elektronische Zeitmessung OMEGA, wellenbrechende Leinen
Einlass:	09:00 Uhr
Beginn der Wettkämpfe:	10:00 Uhr

Wettkampffolge:

- | | |
|----------------------------|--|
| 1. 25m Brust weiblich | Jahrgänge 2004/2005/2006 |
| 2. 25m Brust männlich | Jahrgänge 2004/2005/2006 |
| 3. 50m Brust weiblich | Jahrgänge 1997 u.ä., 1998/1999, 2000/2001, 2002/2003 |
| 4. 50m Brust männlich | Jahrgänge 1997 u.ä., 1998/1999, 2000/2001, 2002/2003 |
| *** Siegerehrung *** | |
| 5. 25m Freistil weiblich | Jahrgänge 2004/2005/2006 |
| 6. 25m Freistil männlich | Jahrgänge 2004/2005/2006 |
| 7. 50m Freistil weiblich | Jahrgänge 1997 u.ä., 1998/1999, 2000/2001, 2002/2003 |
| 8. 50m Freistil männlich | Jahrgänge 1997 u.ä., 1998/1999, 2000/2001, 2002/2003 |
| 9. 50m Freistil weiblich | Leiterwertung |
| 10. 50m Freistil männlich | Leiterwertung |
| *** Siegerehrung *** | |
| 11. 4x50m Freistil Staffel | weiblich, männlich, mixed Jahrgänge 2002 und jünger |
| 12. 4x50m Freistil Staffel | weiblich, männlich, mixed Jahrgänge 2001 und älter |
| *** Siegerehrung *** | |

Im Anschluss an die Siegerehrung können die Schwimmabzeichen des ÖJRK (Frühschwimmer, Freischwimmer, Fahrtenschwimmer, Allroundschwimmer) abgelegt werden.



USP

Sport für OÖ. PfadfinderInnen
ZVR 496857275

Voranmeldung: Schriftlich durch den Sportverantwortlichen oder Gruppenleiter über Onlinesystem www.cis-online.net
Die Anmeldungen für die Sportabzeichen bitte per Mail an martin.heger@msecm.at.

Ansprechpartner: Martin Heger, Linz 12
martin.heger@msecm.at
0660 3760565

Nenngeld: EUR 3,- pro Start
EUR 5,- für Schwimmprüfung inkl Ausweis,
Stoffabzeichen und Pin
Das Nenngeld wird beim Eintreffen in Bar einkassiert.

Wertung: Die 25m Bewerben werden jahrgangswise gewertet.
Die 50m Bewerbe werden immer 2 Jahrgänge in einer Klasse gemeinsam bzw. ab Jahrgang 1997 und älter gewertet.
Die Leiterbewerbe werden nur allgemein gewertet.
Die Staffelbewerbe werden 2002 und jünger bzw. 2001 und älter gewertet. Die Mixed Staffel besteht aus 2 weiblichen und 2 männlichen SchwimmerInnen.

Auszeichnungen: Die ersten Drei jedes Bewerbes und jeder Wertung erhalten Medaillen.

Alle Wettkämpfe werden in Zeitläufen ausgetragen und die Startplätze nach den auf den Meldelisten angegebenen Bestzeiten gesetzt. Wettkämpfe gleicher Art werden gemeinsam ausgetragen.

Die Wertung erfolgt entsprechend der angegebenen Altersklassen. Der/Die absolut Zeitschnellste ist OÖ Landesmeister über die entsprechende Strecke. Startberechtigt sind alle registrierten OÖ PfadfinderInnen.

Haftung: Für Schäden aller Art (Unfälle, Verlust) übernimmt der Veranstalter keine Haftung.

Das Team und ich freuen sich auf euer Kommen!
Gut Pfad

Otti Kalchgruber
(USP)

Martin Heger
(Sportliche Organisation)



PRÜFUNGSBEDINGUNGEN FÜR DIE ABLEGUNG DER SCHWIMMSCHEINE DES ÖSTERREICHISCHEN JUGENDROTKREUZES



OKTOPUS (ohne Altersbegrenzung)

Name.....
hat folgende Leistungen erbracht (selbst einzutragen!).....



FRÜHSCHWIMMER (ohne Altersbegrenzung)

- a) 25 m Schwimmen in beliebigem Stil
- b) Sprung vom Beckenrand ins Wasser
- c) Kenntnis von 5 Baderegeln



FREISCHWIMMER (vollendetes 7. Lebensjahr)

- a) 15 Minuten Dauerschwimmen in beliebigem Stil
- b) Sprung aus 1 m Höhe ins Wasser
- c) Kenntnis der 10 Baderegeln



FAHRTENSCHWIMMER (vollendetes 9. Lebensjahr)

- a) 15 Minuten Dauerschwimmen in beliebigem Stil
- b) 10 m Streckentauchen
- c) einmaliges Tieftauchen (ca. 2 m) und Heraufholen eines ca. 2,5 kg schweren Gegenstandes
- d) 50 m Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit
- e) Kopfsprung aus ca. 1 m Höhe oder beliebiger Sprung aus 3 m Höhe
- f) Kenntnis der 10 Baderegeln



ALLROUNDSCHWIMMER (vollendetes 11. Lebensjahr)

- a) 200 m Schwimmen in zwei Lagen (100 m Brust, 100 m Rücken)
- b) 100 m Schwimmen in beliebigem Stil in 2:30 Minuten
- c) 10 m Streckentauchen
- d) einmaliges Tieftauchen (ca. 2 m) und Heraufholen eines ca. 2,5 kg schweren Gegenstandes
- e) 25 m Transportieren (Ziehen) einer gleich schweren Person
- f) Kenntnis der Selbstrettung (Krampf beim Schwimmen)
- g) Kenntnis der 10 Baderegeln



SUPERALLROUNDSCHWIMMER (Leistungsurkunde A4)

Voraussetzung ist, dass der Allroundschwimmerschein schon abgelegt wurde!



HELFERSCHEIN (vollendetes 13. Lebensjahr)

auf den Rettungsschwimmplakaten ersichtlich oder unter www.jugendrotkreuz.at



RETTERSCHWIMMER (vollendetes 16. Lebensjahr)

auf den Rettungsschwimmplakaten ersichtlich oder unter www.jugendrotkreuz.at



HELFEN
MACHT
SCHULE

BADEREGELN

FÜR DEN SCHWIMMER



1. Körperliche Gesundheit ist Voraussetzung!



6. Vermeide zu lange Sonnenbäder!



2. Beachte stets die Badeordnung (Hinweistafeln, Anschläge usw.)!



7. Schwimme nie mit überfülltem Magen!



3. Dusche und kühle dich ab, bevor du ins Wasser gehst!



8. Mute dir selbst nie zuviel zu und verleite andere nicht zu Waghalsigkeiten!



4. Bei Kältegefühl raus aus dem Wasser (Krampfgefahr)!



9. Springe niemals in dir unbekannte Gewässer!



5. Bei Ohrenerkrankungen nicht tauchen und springen!



10. Sei vorsichtig beim Wildbaden!