



Ihre Rettungsschwimmer

Poolwettkampf Einzeldisziplinen 02.07.2022

Was: Poolwettkampf, um den Kaderathlet*innen in der Schweiz die Möglichkeit zu bieten die internationalen Einzeldisziplinen im Pool zu schwimmen und die Zeiten für die Qualifikation der WM 2022 anzugeben. Der Wettkampf ist öffentlich und somit auch für Athlet*innen ausserhalb des Nationalkaders zugänglich. Für Athlet*innen ausserhalb des Nationalkaders ist es nicht möglich sich mit an diesem Wettkampf geschwommenen Zeiten für die WM 2022 zu qualifizieren. Die Zeiten können jedoch als eigene Standortbestimmung genutzt werden und für die Kaderselektion 2023 angegeben werden.
Das ILS Rulebook (2019, Revised March 2022) dient als Regelwerk für den Wettkampf.

Wann: Samstag, 02.07.22, **07.45** Einlass ins Bad; Einschwimmen ist ab 08.00 Uhr möglich.

Wo: Campus Sursee Sportarena, 6208 Oberkirch

Anmeldung: Die Anmeldung erfolgt über 1 Coach pro Verein über <https://www.lcas.ch/> und ist bis zum 05. Juni 2022 möglich.
Direktlink: <https://www.lcas.ch/index.php?page=ev&show=216>

Kategorien:

- Youth (Jg. 2004 und jünger)
- Open (Jg. 2003 und älter)

Kosten: CHF 35 pro Athlet*in
Die Startkosten müssen bis zum 07. Juni auf das folgende Konto einbezahlt werden.

Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG
Schellenrain 5
6210 Sursee
PC-Konto: 80-4390-5;
IBAN: CH28 0900 0000 8000 4390 5
Vermerk „Poolwettkampf Einzeldisziplinen“

Leitung vor Ort: Samantha Geissmann

Mitnehmen:

- Schwimmutensilien für im Pool inkl. Flossen, Wettkampfanzug ist erlaubt
- Mittagessen und Zwischenverpflegung
- Badeschlarpen/Flip Flops (rutschiger Boden bei Tribüne)

Mittagessen: Das Mittagessen wird individuell im Freien des Campus Areal eingenommen. Die Uhrzeit des Essens kann je nach Anmeldung der Disziplinen selbst bestimmt werden.

Fragen oder Unklarheiten vor dem Wettkampf können bei Daniela Reichmuth d.reichmuth@slrg.ch angebracht werden.



SLRG SSS

Ihre Rettungsschwimmer

Programm, 02.07.2022:

Uhrzeit	Disziplin
08.00 – 08.25	Warm Up
08.30 – 09.15	200m Hindernis
09.25 – 10.00	50m Manikin Carry
10.10 – 11.00	100m Manikin Carry with Fins
11.10 – 12.00	100m Rescue Medley
12.00 – 13.15	Mittagspause
13.30 – 14.20	100m Manikin Tow with Fins
14.30 – 15.30	200m Super Lifesaver
bis spätestens 16.00	Warm Down