



# Ihre Rettungsschwimmer

## Staffel-Schweizermeisterschaften Pool Reglement 2023

### **Ingress**

Im vorliegenden Dokument beziehen sich sämtliche verwendeten Begriffe sowohl auf die weibliche als auch auf die männliche Sprachform.

Im Falle von Interpretationsschwierigkeiten ist der deutschsprachige Text massgebend.

### **Sinn und Geist der Wettkämpfe**

Die Schweizermeisterschaften sind ein sportlicher Wettkampf der Sektionen. Im fairen Wettkampf sollen die Techniken und die Leistungsfähigkeit der Rettungsschwimmer verbessert und der humanitäre Gedanke gelebt werden.



SLRG SSS

# Ihre Rettungsschwimmer

## Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Teilnahmeberechtigung</b> .....	<b>5</b>
1.1	Mannschaften .....	5
1.2	Athleten .....	5
<b>2</b>	<b>Wettkämpfe</b> .....	<b>6</b>
2.1	Kategorien .....	6
2.2	Anzahl Wettkämpfer .....	6
2.3	Disziplinen .....	6
2.4	Lauf- und Bahneinteilung .....	6
<b>3</b>	<b>Allgemeine Bestimmungen</b> .....	<b>7</b>
3.1	Material.....	7
3.2	Wettkampfbekleidung .....	7
3.3	Schwimmbrillen .....	7
3.4	Befugnisse Chef Wettkämpfe.....	7
3.5	Mannschaftsmitglieder .....	8
<b>4</b>	<b>Wertung/Rangierung</b> .....	<b>9</b>
4.1	Wertung einer Disziplin .....	9
4.1.1	Wertung Rettungsballzielwurf.....	9
4.1.2	Wertung Schwimmdisziplinen .....	9
4.2	Ranglisten.....	9
4.2.1	Disziplinenrangliste.....	9
4.2.2	Gesamtrangliste .....	9
4.3	Preise/Auszeichnungen.....	9
4.4	Disqualifikation/Strafpunkte/Behinderung .....	10
4.4.1	Disqualifikation vom gesamten Wettkampf .....	10
4.4.2	Disqualifikation in einer einzelnen Disziplin .....	10
4.4.3	Behinderung .....	10
4.5	Schiedsgericht.....	10
4.6	Beschwerden.....	10
<b>5</b>	<b>Start/Zeitnahme</b> .....	<b>11</b>
5.1	Der Start .....	11
5.2	Startablauf .....	11
5.3	Fehlstart.....	11
5.4	Zeitnahme.....	11
5.5	Beschwerden Zeitnahme.....	11



**SLRG SSS**

# Ihre Rettungsschwimmer

5.6	Beenden des Laufes .....	12
<b>6</b>	<b>Technische Regeln für die Wettkämpfe.....</b>	<b>13</b>
6.1	Kriterien für das Schleppen einer Puppe .....	13
6.2	Puppenstaffel (4 x 25 m) .....	13
6.2.1	Ablauf .....	13
6.2.2	Start / Wechsel .....	13
6.2.3	Strafpunkte .....	14
6.2.4	Disqualifikation .....	14
6.2.5	Hinweise Kategorie Jugend.....	14
6.3	Gurtretterstaffel (4 x 50 m) .....	14
6.3.1	Ablauf .....	14
6.3.2	Strafpunkte .....	15
6.3.3	Disqualifikation .....	15
6.4	Hindernisschwimmen (4 x 50 m) .....	15
6.4.1	Ablauf .....	15
6.4.2	Strafpunkte .....	16
6.4.3	Disqualifikation .....	16
6.5	Rettungsstaffel (4 x 50 m) .....	16
6.5.1	Aufbau .....	16
6.5.2	Ablauf .....	16
6.5.3	Strafpunkte .....	17
6.5.4	Disqualifikation .....	17
6.5.5	Hinweis Kategorie Jugend.....	18
6.6	Flossenstaffel (4 x 50 m) .....	18
6.6.1	Ablauf .....	18
6.6.2	Wechsel.....	18
6.6.3	Strafpunkte .....	19
6.6.4	Disqualifikation .....	19
6.7	Rettungsleinenstaffel (4 x 100 m).....	19
6.7.1	Ablauf .....	19
6.7.2	Start .....	19
6.7.3	Strafpunkte .....	19
6.7.4	Disqualifikation .....	20
6.8	Rettungsballzielwurf (4 x 2 Bälle).....	20
6.8.1	Ablauf .....	20
6.8.2	Start .....	20
<b>7</b>	<b>Beschreibung des Materials .....</b>	<b>21</b>



# Ihre Rettungsschwimmer

7.1	Persönliches Material .....	21
7.1.1	Flossen .....	21
7.2	Wettkampfmateriale SLRG.....	21
7.2.1	Rettungspuppe .....	22
7.2.2	Hindernis .....	22
7.2.3	Gurtretter .....	23
<b>8</b>	<b>Reglementsanpassungen .....</b>	<b>24</b>
8.1	Arbeitsgruppe Reglement.....	24
8.2	Änderungsanträge.....	24
8.3	Fristen und Termine .....	24
8.4	Versionenkontrolle.....	24



# Ihre Rettungsschwimmer

## 1 Teilnahmeberechtigung

### 1.1 Mannschaften

Teilnahmeberechtigt sind nur Mannschaften von SLRG-Sektionen. Mit ihrer Anmeldung bestätigen die Sektionen, dass die eingesetzten Athleten Aktivmitglieder der Sektion sind. Die Anmeldung wird von einem Vorstandsmitglied der Sektion bestätigt.

Kann eine SLRG-Sektion aus den eigenen Reihen keine komplette Mannschaft stellen, so kann eine solche auch aus einem Zusammenschluss mit einer oder mehreren anderen Sektionen bestehen. In diesem Fall muss eine der beteiligten Sektionen die Verantwortung übernehmen und ist entsprechend auch namensgebend.

### 1.2 Athleten

In den gemeldeten Mannschaften sind nur Athleten startberechtigt, welche mindestens ein gültiges SLRG Brevet Basis Pool (Masters, Open) oder SLRG Jugendbrevet (Jugend, Junioren) besitzen.

Je Mannschaft können maximal zwei ausländische Athleten eingesetzt werden. Athleten, welche über eine Aufenthaltsbewilligung B oder eine Niederlassungsbewilligung C verfügen, sowie liechtensteinische Staatsangehörige gelten im Rahmen dieses Reglements nicht als ausländische Athleten.



# Ihre Rettungsschwimmer

## 2 Wettkämpfe

### 2.1 Kategorien

Es wird in folgenden Kategorien gestartet:

- Damen Masters (Jahrgang 1993 oder älter)
- Herren Masters (Jahrgang 1993 oder älter)
- Damen Open (Jahrgang 2008 oder älter)
- Herren Open (Jahrgang 2008 oder älter)
- Damen Junioren (Jahrgänge 2009-2005)
- Herren Junioren (Jahrgänge 2009-2005)

Die Altersangaben gelten für sämtliche Athleten/Athletinnen einer Mannschaft.

In den Altersklassen «Masters», «Open» und «Junioren» sind weibliche Athletinnen in den männlichen Kategorien gestattet.

In der Altersklasse «Jugend» gibt es keine geschlechtergetrennten Kategorien.

### 2.2 Anzahl Wettkämpfer

Eine Mannschaft setzt sich aus mindestens 4 und maximal 6 Wettkämpfern zusammen. Jeder Wettkämpfer darf nur in einer Mannschaft je Kategorie starten.

### 2.3 Disziplinen

Die Wettkämpfe sind auf ein Schwimmbad mit 8 Bahnen ausgelegt:

- Puppenstaffel 4 x 25 m
- Gurtretterstaffel 4 x 50 m
- Hindernisschwimmen 4 x 50 m
- Rettungsstaffel 4 x 50 m
- Flossenstaffel 4 x 50 m
- Rettungsleinenstaffel 4 x 100 m
- Rettungsballzielwurf 4 x 2 Bälle

### 2.4 Lauf- und Bahneinteilung

Die Mannschaften werden aufgrund der Laufzeit der jeweiligen Disziplin im Vorjahr eingeteilt. Die Mannschaften mit den schnellsten Vorjahreszeiten starten im letzten Lauf.

Die Mannschaft mit der schnellsten Vorjahreszeit wird bei ungerader Bahnanzahl auf der mittleren Bahn und bei gerader Bahnanzahl auf der Bahn mit halber Bahnanzahl gesetzt. Die Mannschaft mit der zweitschnellsten Vorjahreszeit wird rechts neben dieser Bahn gesetzt. Alle weiteren Mannschaften folgen abwechselnd links und rechts daneben.

Ist für eine Mannschaft keine Vorjahreszeit verfügbar, kann auf die Laufzeit einer früheren Schweizermeisterschaft in der betreffenden Disziplin zurückgegriffen werden.



SLRG SSS

# Ihre Rettungsschwimmer

## 3 Allgemeine Bestimmungen

### 3.1 Material

Das während der Veranstaltung genutzte Material wird den Teilnehmern, mit Ausnahme der Flossen, von der SLRG zur Verfügung gestellt. Das Material darf nicht abgeändert werden. Die Verwendung von zusätzlichem Material und Hilfsmitteln ist nicht gestattet.

Das Rettungsmaterial ist gemäss dem angestammten Zweck zu tragen und entsprechend zu benutzen.

### 3.2 Wettkampfbekleidung

Kein Wettkämpfer oder keine Mannschaft darf etwas an sich tragen oder verwenden, das unlautere Vorteile gegenüber anderen Wettkämpfern oder Mannschaften bewirkt.

Der Badeanzug ist gemäss den Richtlinien der ILS (International Life Saving Federation) zu tragen.

Alle Wettkämpfer derselben Mannschaft tragen einheitliche Bademützen. Diese sind durch die jeweilige Sektion selbst zu organisieren. Die Farbe als auch das Material bestimmt die jeweilige Sektion. Ideal ist eine Farbwahl/Beschriftung der Bademütze, die auf die Herkunft der jeweiligen Sektion hindeutet. Einheitliche Mannschaftsbadeanzüge sind erwünscht aber nicht obligatorisch.

Die der Mannschaft vor Wettkampfbeginn zugewiesene Startnummer wird am rechten und linken Oberarm oder an der rechten und linken Hüftseite gut erkenntlich mit einem wasserfesten, hautverträglichen Filzschreiber markiert. Dieser ist durch die jeweilige Sektion selbst zu organisieren.

Bei Allergikern darf an Stelle der Oberarme oder Oberschenkel die Bademütze mit der Startnummer beschriftet werden.

### 3.3 Schwimmbrillen

Bei allen Disziplinen sind Schwimmbrillen erlaubt.

### 3.4 Befugnisse Chef Wettkämpfe

Der Chef Wettkämpfe hat die Befugnis, sämtliche Rechte und Pflichten zu delegieren.



# Ihre Rettungsschwimmer

## 3.5 Mannschaftsmitglieder

Jeder Athlet ist verpflichtet, während der Wettkampfdauer seinen amtlichen Ausweis mit Foto (Pass / ID / Ausländerausweis B oder C) auf dem Wettkampfareal mitzuführen. Während des Wettkampfes können durch den Chef Wettkämpfe jederzeit Stichkontrollen durchgeführt werden.

Fällt innerhalb einer Mannschaft ein Teilnehmer (z.B. infolge Krankheit, Unfall) aus, so besteht die Möglichkeit, diesen durch eine andere Person zu ersetzen. Dabei ist Punkt 2.2. zu berücksichtigen. Jede Mannschaftsänderung ist in schriftlicher Form beim Chef Wettkämpfe zu beantragen. Dieser entscheidet über den Antrag.





# Ihre Rettungsschwimmer

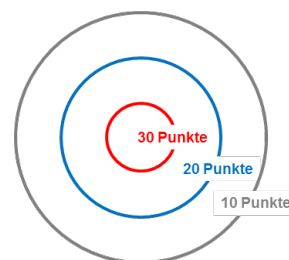
## 4 Wertung/Rangierung

### 4.1 Wertung einer Disziplin

Die Leistungen der Wettkämpfer werden in Punkteangaben gewertet. Diese Punkte werden anhand einer von der SLRG vorgegebenen Wertungstabelle errechnet. Davon werden eventuelle Strafpunkte abgezogen. Das Punktetotal kann nicht negativ sein. Die jeweils aktuelle Wertungstabelle ist während des Wettkampfes an der Infowand einsehbar.

#### 4.1.1 Wertung Rettungsballzielwurf

- Innenkreis: 30 Punkte
- Mittelkreis: 20 Punkte
- Aussenkreis: 10 Punkte



#### 4.1.2 Wertung Schwimmdisziplinen

Die aktuelle als Schweizerrekord registrierte Zeit gilt als Referenz für 1000 Punkte. Als Schweizerrekord gilt die an Schweizermeisterschaften oder internationalen Wettkämpfen offiziell gestoppte Bestzeit.

### 4.2 Ranglisten

Es werden pro Kategorie folgende Ranglisten erstellt:

#### 4.2.1 Disziplinenrangliste

Die Rangfolge wird durch die erreichten Punktezahlen bestimmt.

#### 4.2.2 Gesamtrangliste

Die Rangfolge wird durch das Total der erreichten Punktezahlen aller Disziplinen bestimmt. Bei gleicher Punktezahl entscheidet die tiefere Totalzeit aller Disziplinen für den besseren Rang.

### 4.3 Preise/Auszeichnungen

- Die Ränge 1-3 im Gesamtklassement jeder Kategorie werden mit je 6 Gold-, Silber- und Bronze-Medaillen ausgezeichnet.
- Die Ränge 1-3 in jeder Disziplin und Kategorie werden mit je einem Diplom ausgezeichnet.



# Ihre Rettungsschwimmer

## 4.4 Disqualifikation/Strafpunkte/Behinderung

### 4.4.1 Disqualifikation vom gesamten Wettkampf

Eine Mannschaft wird vom gesamten Wettkampf ausgeschlossen, wenn sie

- bewusst gegen den Sinn und Geist des Wettkampfs verstösst.
  - offensichtlich Ungehorsam oder Fehlverhalten zeigt (zum Beispiel, wenn ein Wettkämpfer in zwei verschiedenen Mannschaften startet).
  - bewusst das Material verändert.
  - Hilfen anwendet, die ihr gegenüber anderen Teilnehmern unlautere Vorteile verschafft.
- Einzelne Teilnehmer werden nur in Ausnahmesituationen disqualifiziert.

### 4.4.2 Disqualifikation in einer einzelnen Disziplin

Eine Disqualifikation (0 Punkte) in einer Disziplin erhält eine Mannschaft, die nicht rechtzeitig zum Start erscheint oder die Disziplin nicht entsprechend dem vorliegenden Reglement ausführt. Diese Disziplin wird in der Gesamtrangliste mitgewertet.

Kleinere Vergehen werden mit Strafpunkten geahndet. Eine Mannschaft kann in einer Disziplin mehrfach Strafpunkte erhalten.

### 4.4.3 Behinderung

Wird während einer Disziplin ein Teilnehmer behindert, muss er den Wettkampf trotzdem beenden. Das Schiedsgericht entscheidet über eine allfällige erneute Startberechtigung der betroffenen Mannschaft. In diesem Fall zählt das zweite Resultat.

Die Mannschaft, deren Athlet die Behinderung verursacht, wird in der betreffenden Disziplin disqualifiziert.

## 4.5 Schiedsgericht

Das Schiedsgericht, bestehend aus drei Mitgliedern, wird durch den Chef Wettkämpfe bestimmt, welcher auch den Vorsitz einnimmt. Das Schiedsgericht kann nicht mehrere Mitglieder der gleichen Sektion umfassen. Der Chef Wettkämpfe wird als sektionsneutral gewertet. Das Schiedsgericht entscheidet in allen Fällen als letzte Instanz.

Das Schiedsgericht kann sich zur Begründung von Entscheiden auf das Reglement der International Life Saving Federation ILS beziehen.

## 4.6 Beschwerden

Jede begründete Beschwerde muss spätestens 30 Minuten nach der Bekanntgabe der Ergebnisse der jeweiligen Disziplin an der Resultatetafel schriftlich im Wettkampfsekretariat abgegeben werden. Diese Beschwerde muss von der Einspruch erhebenden Mannschaft verfasst und vom Mannschaftsleiter unterzeichnet sein. Beschwerdeberechtigt sind nur direkt betroffene Mannschaften.



# Ihre Rettungsschwimmer

## 5 Start/Zeitnahme

### 5.1 Der Start

Vor jedem Start prüft der Wettkampfleiter, dass:

- alle Kampfrichter und Zeitnehmer bereit sind
- die Wettkämpfer richtig ausgerüstet und in der richtigen Position sind
- alle Geräte sicher und richtig positioniert sind

Wenn Wettkämpfer, Kampfrichter und Zeitnehmer bereit sind für einen gültigen Start, gibt der Wettkampfleiter:

- mit einem langen Pfiff das Zeichen, dass die Wettkämpfer die Startposition auf dem Startblock einnehmen oder sich für die Puppenstaffel ins Wasser begeben
- dem Starter mit ausgestrecktem Arm Richtung Schwimmstrecke das Zeichen, dass die Wettkämpfer in seiner Verantwortung sind.

### 5.2 Startablauf

Es gilt die Ein-Start-Regelung. Nach dem langen Pfiff des Wettkampfleiters begeben sich die Wettkämpfer auf den Startblock oder ins Wasser und verbleiben dort. Mit dem Kommando "Auf die Plätze"/"À vos marques"/"Ai posti" nehmen die Wettkämpfer unverzüglich die Starthaltung ein, auf dem Startblock mit mindestens einem Fuss an der Vorderkante, im Wasser mit einer Hand am Beckenrand oder am Startblock. Sobald sich alle ruhig verhalten, gibt der Starter das akustische Startsignal.

### 5.3 Fehlstart

Startet ein Rettungsschwimmer unmittelbar vor dem Startsignal wird der Lauf fortgesetzt. Sämtliche zu früh gestarteten Mannschaften werden nach Beendigung des Laufes mit 50 Strafpunkten belegt. Der Startvorgang wird abgebrochen, wenn ein Rettungsschwimmer startet, ohne dass ein Startsignal ertönt ist. Sämtliche zu früh gestarteten Mannschaften werden mit 50 Strafpunkten belegt.

### 5.4 Zeitnahme

Die Zeitmessungen erfolgen auf 1/10 Sek. genau, bei elektronischer Zeitnahme auf 1/100 Sek. genau. Eine elektronische oder halbelektronische Zeitmessaanlage kann unter offizieller und kompetenter Aufsicht eingesetzt werden. Die eingerichtete Anlage darf die Schwimmer weder beim Starten noch beim Wenden behindern. Die elektronische Anlage wird vom Starter in Gang gesetzt. In Ergänzung zur elektronischen Zeitnahme ist wenigstens ein Zeitnehmer je Bahn einzusetzen, zusätzlich bedient der Wettkampfleiter eine Reserveuhr.

### 5.5 Beschwerden Zeitnahme

Stimmen bei einem Lauf die Klassifizierungen der Zielrichter nicht mit den Zeiten der Zeitnehmer überein, entscheiden die Zielrichter, welche Platzierung die Teilnehmer einnehmen. Beiden Mannschaften wird dieselbe Zeit gegeben, die durch das Mittel der von beiden erreichten Zeit berechnet wird.



# Ihre Rettungsschwimmer

## 5.6 Beenden des Laufes

Nach Beendigung des Laufes bleiben die Wettkämpfer in ihrer Bahn, bis der Wettkampfleiter mit einem langen Pfiff das Zeichen zum Verlassen der Bahn gibt.

## 6 Technische Regeln für die Wettkämpfe

### 6.1 Kriterien für das Schleppen einer Puppe

*Der Rettungsschwimmer muss die Puppe mit mindestens einer Hand schleppen, dabei darf er sie nicht an Ringen, Ösen, Mund, Nase, Augen, Kehlkopf o. Ä. halten. Die Puppe darf nicht geschoben, d.h. der Kopf der Puppe darf sich nicht vor dem Kopf des Rettungsschwimmers befinden, oder geworfen werden. Beim Schleppen muss das Gesicht der Puppe nach oben gerichtet sein, die Puppe darf maximal 90° zur Seite gedreht sein. Beim Schleppen bilden der Rettungsschwimmer und die Puppe eine Einheit. Während des Schleppens muss sich mindestens ein Körperteil des Rettungsschwimmers oder der Puppe über der Wasseroberflächenlinie befinden. Das Halten der Puppe unterhalb des Körpers des Rettungsschwimmers ist nicht erlaubt.*

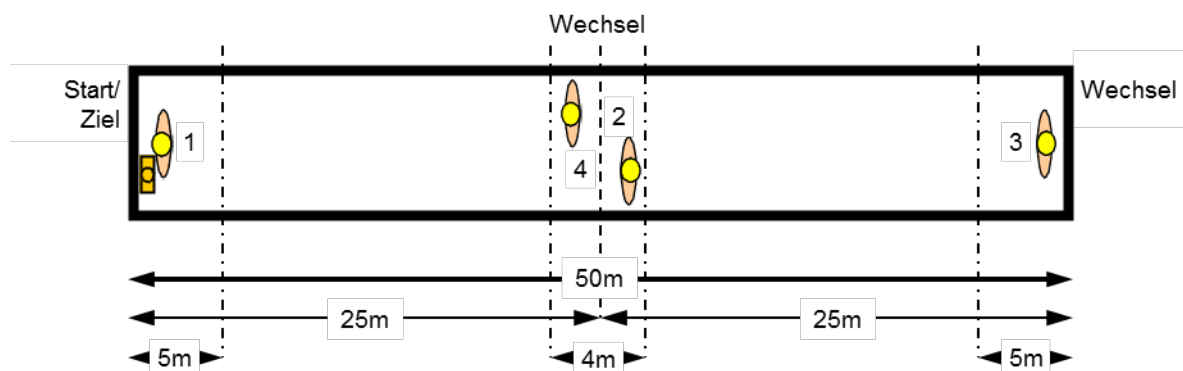
Das Schleppen der Puppe ist im ILS Reglement Version 2019 Edition (Revised February 2020, January 2021, March 2021, March 2022) Seite 46 3.3.2 Carrying the manikin beschrieben.

(Die Regeln für das Schleppen der Puppe wurden geändert, um die Disqualifikation für das Schleppen der Puppe in einem Winkel zum Beckenboden oder mit dem Gesicht nach unten aufzuheben und die faire Bewertung der Wettkämpfe zu verbessern.)

### 6.2 Puppenstaffel (4 x 25 m)

#### 6.2.1 Ablauf

Alle vier Rettungsschwimmer starten im Wasser. Der erste Schwimmer hält sich mit einer Hand am Beckenrand/Startblock fest. In der anderen Hand hält er die Rettungspuppe mit Mund und Nase über der Wasserlinie. Nach dem Startsignal schleppt er die Rettungspuppe bis zur Wechselzone (4 Meter) in der Mitte des Beckens und übergibt sie dem zweiten Rettungsschwimmer, der sie nach dem Anschlagen auf der gegenüberliegenden Seite dem dritten Rettungsschwimmer übergibt. Dieser schleppt die Puppe bis zur Wechselzone und übergibt sie dem vierten Rettungsschwimmer. Die Disziplin ist beendet, wenn ein Körperteil des letzten Schwimmers die Beckenstirnwand berührt hat. Alle vier Schwimmer schleppen die Puppe gemäss Pt. 6.1.



#### 6.2.2 Start / Wechsel

Beim Start innerhalb der Startzone und bei den Wechseln innerhalb der Wechselzonen gelten die Kriterien für das Schleppen einer Puppe (siehe Pt. 6.1) nicht. Sie gelten sobald der Kopf der Puppe die Start-/Wechselzone verlassen hat. Die Startzone gilt von 0 – 5m, die Wechselzone von 23 – 27m, von 50 – 55m und von 73 – 77m.



# Ihre Rettungsschwimmer

Beim Start wie beim Wechsel muss immer ein Rettungsschwimmer mit mindestens einer Hand Kontakt zur Rettungspuppe halten. Der ankommende Rettungsschwimmer darf die Rettungspuppe erst loslassen, wenn der nachfolgende sie ergriffen hat. Der Wechsel vom 1. auf den 2. Rettungsschwimmer und vom 3. auf den 4. Rettungsschwimmer erfolgt innerhalb der gekennzeichneten Wechselzone in der Beckenmitte. Nur der ankommende und der übernehmende Rettungsschwimmer dürfen bei einem Wechsel beteiligt sein. Der ankommende Rettungsschwimmer darf dem übernehmenden Rettungsschwimmer beim Wechsel helfen, solange sich der Kopf der Puppe vollständig innerhalb der Wechselzone befindet.

## 6.2.3 Strafpunkte

- |  |            |
|--|------------|
| • Fehlstart des Startschwimmers                              | 50 Punkte  |
| • Übergabe der Puppe vor dem Anschlagen                      | 100 Punkte |
| • Vorzeitiger Start des folgenden Teilnehmers                | 100 Punkte |
| • Kontakt zur Puppe verlieren/lösen                          | 200 Punkte |
| • unkorrektes Schleppen der Puppe ausserhalb der Wechselzone | 200 Punkte |
| • Übergabe der Puppe ausserhalb der Wechselzone              | 200 Punkte |
| • Verlassen der Bahn vor dem Schlusspfeif                    | 200 Punkte |

## 6.2.4 Disqualifikation

- Ein Schwimmer absolviert mehr als eine Teilstrecke
- Ein Schwimmer zieht sich an der Leine vorwärts
- Ein dritter Schwimmer hilft bei der Puppenübergabe
- Gründe gemäss Art.4.4

## 6.2.5 Hinweise Kategorie Jugend

Bei der Kategorie Jugend wird die Puppenstaffel mit einer leeren Puppe durchgeführt.

## 6.3 Gurtretterstaffel (4 x 50 m)

### 6.3.1 Ablauf

- Rettungsschwimmer 1: 50 m Freistil
- Rettungsschwimmer 2: 50 m Freistil mit Flossen
- Rettungsschwimmer 3: 50 m Freistil mit Gurtretter, anschliessend Rettling
- Rettungsschwimmer 4: 50 m Freistil mit Flossen, Gurtretter und Abschleppen des Rettlings

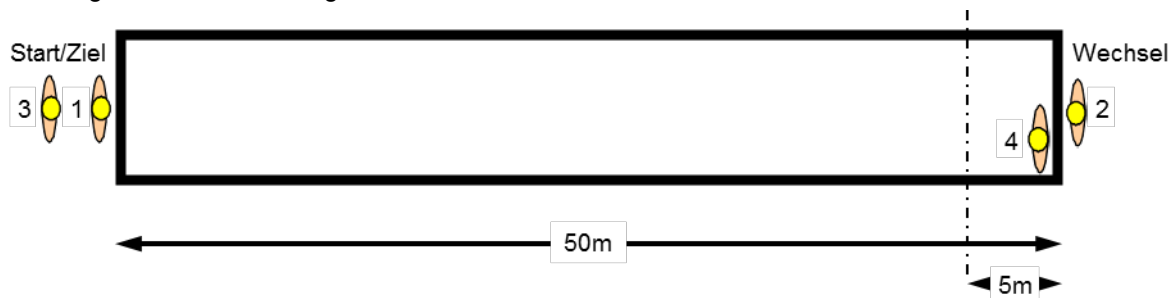
Nach dem Startsignal schwimmt der 1. Rettungsschwimmer 50 m Freistil, anschliessend der 2. Rettungsschwimmer 50 m Freistil mit Flossen. Der 3. Rettungsschwimmer legt den Gurtretter über eine Schulter an. Er muss sicherstellen, dass während des Starts kein Teil des Gurtretters in eine benachbarte Bahn ragt. Nach dem Anschlag des 2. Rettungsschwimmers absolviert er 50 m Freistil mit Gurtretter. Der 4. Rettungsschwimmer trägt Flossen und wartet im Wasser mit einer Hand am Beckenrand/Startblock auf den Anschlag des 3. Rettungsschwimmers. Nach dem Anschlag übernimmt er den Gurtretter und legt ihn über eine Schulter an. Der 3. Rettungsschwimmer wird zum Rettling und ergreift innerhalb des 5 m Bereichs mit beiden Händen den Auftriebskörper und hält diese Position. Der 4. Rettungsschwimmer zieht den Rettling mit dem Gurtretter 50 m ins Ziel.

Eine Mithilfe des Rettlings durch Beinbewegung ist erlaubt. Beim Wechsel und bei der Wende darf er sich von der Beckenwand abstossen. Ein ständiger Kontakt zum Gurtretter muss von den Rettungsschwimmern gewährleistet sein.



# Ihre Rettungsschwimmer

Die Leine zwischen Gurt und Auftriebskörper darf im Wasser hinter dem 3. Rettungsschwimmer verkürzt oder in voller Länge ausgelegt sein. Bei der Wende/beim Anschlag mit Gurtretter und Rettling reicht der Anschlag des Retters.



## 6.3.2 Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers 50 Punkte
- Gurt beim Start nicht über eine Schulter angelegt 50 Punkte
- Vorzeitiger Start des folgenden Teilnehmers 100 Punkte
- Nicht Anschlagen des Schwimmers bei der Wende (3. Schwimmer) 100 Punkte
- Übergabe des Gurtretters vor dem Anschlagen 100 Punkte
- Rettling hält Auftriebskörper nicht regelgerecht 200 Punkte
- Leine des Gurtretters beim Abschleppen verkürzt 200 Punkte
- Verlassen der Bahn vor dem Schlusspfeiff 200 Punkte

## 6.3.3 Disqualifikation

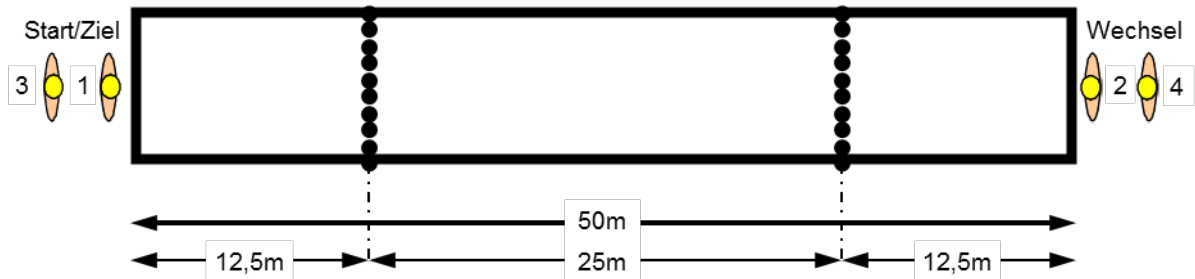
- Ein Schwimmer (ausser Schwimmer 3 als Rettling) schwimmt mehr als eine der vier Teilstrecken
- Rettling verliert nach der 5 m Markierung Kontakt zum Auftriebskörper
- Rettling unterstützt mit Armbewegung
- Schwimmer zieht sich an der Leine vorwärts
- Gründe gemäss Art.4.4

## 6.4 Hindernisschwimmen (4 x 50 m)

### 6.4.1 Ablauf

Nach dem Startsignal legen die Rettungsschwimmer nacheinander die Strecke in Freistil zurück und untertauchen die Hindernisse. Jeder Rettungsschwimmer muss dabei nach seinem Start vor und hinter jedem Hindernis mindestens einmal auftauchen. Überschwimmt ein Rettungsschwimmer ein Hindernis, schwimmt er jedoch wieder zurück und untertaucht es, kann er die Disziplin ohne Ahndung des Verstosses fortsetzen.

# Ihre Rettungsschwimmer



Die Hindernisse sind 12,5 m von den Beckenstirnseiten entfernt. Der Abstand zwischen den beiden Hindernissen beträgt 25 m.

## 6.4.2 Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers 50 Punkte
- Vorzeitiger Start des folgenden Teilnehmers 100 Punkte
- Nicht Auftauchen vor und nach den Hindernissen 100 Punkte
- Verlassen der Bahn vor dem Schlusspfeiff 200 Punkte

## 6.4.3 Disqualifikation

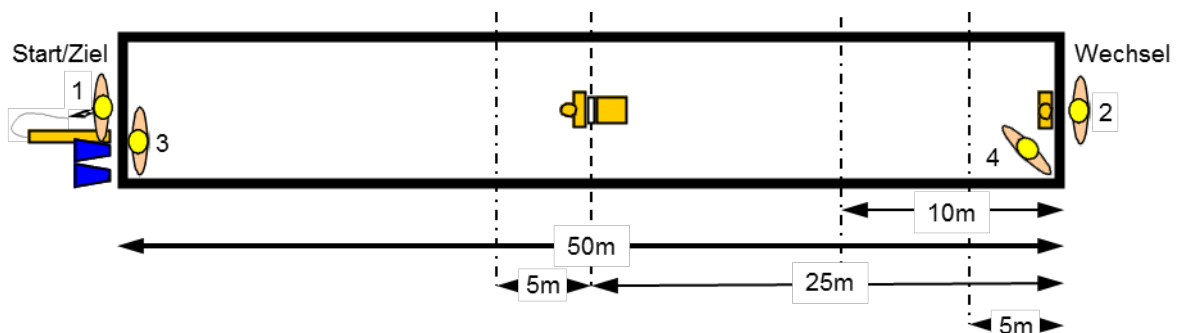
- Ein Schwimmer absolviert mehr als eine Teilstrecke
- Überschwimmen Hindernis (ohne zurückschwimmen und untertauchen des Hindernisses)
- Schwimmer zieht sich an der Leine vorwärts
- Gründe gemäss Art.4.4

## 6.5 Rettungsstaffel (4 x 50 m)

### 6.5.1 Aufbau

Auf der 50 m Bahn liegt eine voll mit Wasser gefüllte Puppe auf dem Rücken mit dem Kopf in Schwimmrichtung. Die Mitte des weissen Bruststrings liegt auf der 25 m Markierung.

Eine zweite Puppe wird soweit mit Wasser gefüllt, dass sich der obere Rand des Bruststrings in Höhe der Wasserlinie befindet und auf der Seite des Wechsels positioniert.



### 6.5.2 Ablauf

- Rettungsschwimmer 1: 50 m Freistil
- Rettungsschwimmer 2: 25 m Freistil und Puppenaufnahme danach 25 m Schleppen der Puppe





# Ihre Rettungsschwimmer

- Rettungsschwimmer 3: Anlegen von Flossen und Gurtretter danach 50 m Flossenschwimmen mit Gurtretter
- Rettungsschwimmer 4: Übernahme Gurtretter, anbinden der Puppe und 50 m Schleppen der Puppe mit Flossen und Gurtretter

Vor dem Start legt der 3. Rettungsschwimmer innerhalb seiner Bahn Flossen und Gurtretter neben dem Startblock bereit.

Nach dem Startsignal schwimmt der 1. Rettungsschwimmer 50m Freistil. Der 2. Rettungsschwimmer schwimmt 25 m Freistil, nimmt die Puppe auf und taucht mit ihr innerhalb des 5 m Aufnahmebereiches auf (der Kopf der Puppe dient als Orientierung). Anschliessend schleppt er die Puppe gemäss den Kriterien für das Schleppen einer Puppe (Pt. 6.1) bis zum Anschlag.

Der 3. Rettungsschwimmer wartet im Wasser, mit einer Hand hält er sich am Beckenrand/Startblock fest. Nach dem Anschlag des 2. Rettungsschwimmers ergreift er im Wasser sein Material, zieht die Flossen an und legt den Gurt des Gurtretters über eine Schulter. Anschliessend schwimmt er 50m Freistil mit Flossen und Gurtretter. Die Leine zwischen Gurt und Auftriebskörper darf im Wasser hinter dem Rettungsschwimmer verkürzt oder in voller Länge ausgelegt sein.

Der 4. Rettungsschwimmer trägt Flossen und wartet im Wasser. Mit einer Hand hält er sich am Beckenrand/Startblock fest, mit der anderen Hand wird die Puppe senkrecht mit dem Gesicht zur Beckenwand festgehalten.

Nach dem Anschlag des 3. Rettungsschwimmers übernimmt der 4. Rettungsschwimmer den Gurtretter, zieht ihn über eine Schulter an, legt den Auftriebskörper des Gurtretters unterhalb beider Armstümpfe um die Puppe und klinkt den Gurtretter innerhalb eines 5 m Aufnahmebereiches ein (der Kopf der Puppe dient als Orientierung). Anschliessend zieht er die Puppe im Gurtretter zum Ziel. Dabei muss die Leine des Gurtretters, spätestens wenn der Kopf der Puppe die 10 m Markierung erreicht, in voller Länge ausgelegt sein.

Auf der gesamten Strecke muss die Puppe so im Gurtretter positioniert sein, dass sich ihr Mund oder ihre Nase oberhalb der Wasserlinie befindet. Ein Verrutschen des Gurtretters über einen Armstumpf wird nicht geahndet.

Nach dem Lauf wird das Material durch die Mannschaft wieder an den ursprünglichen Ausgangsort transportiert.

## 6.5.3 Strafpunkte

- |  |            |
|--|------------|
| • Fehlstart des Startschwimmers  | 50 Punkte  |
| • Vorzeitiger Start des folgenden Teilnehmers  | 100 Punkte |
| • Loslassen der Puppe beim Abschleppen   | 100 Punkte |
| • Berühren von Gurt und/oder Flossen vor dem Wechsel   | 200 Punkte |
| • Rettungsschwimmer legt den Auftriebskörper nicht innerhalb des 5m Aufnahmebereiches um die Puppe | 200 Punkte |
| • Leine des Gurtretters des 4. Rettungsschwimmers verkürzt   | 200 Punkte |
| • Verlassen der Bahn vor dem Schlusspfeif  | 200 Punkte |

## 6.5.4 Disqualifikation

- Ein Schwimmer schwimmt mehr als eine der vier Teilstrecken
- Puppe verliert nach der 5 m Markierung Kontakt zum Auftriebskörper
- Gründe gemäss Art. 4.4

## 6.5.5 Hinweis Kategorie Jugend

- Anstelle einer Puppe wird auf der 25 m Markierung ein Tauchring (5 kg) auf dem Grund des Beckens platziert.
- Rettungsschwimmer 2 absolviert 25 m Freistil, nimmt den Tauchring auf und bringt ihn zur Wasseroberfläche. Sobald der Tauchring die Wasseroberfläche durchbricht, kann er wieder fallengelassen werden und der Rettungsschwimmer 2 beendet seine Bahn mit 25 m Freistil.
- Rettungsschwimmer 3 hat Flossen und Gurtretter bereits vor der Ablösung angezogen.

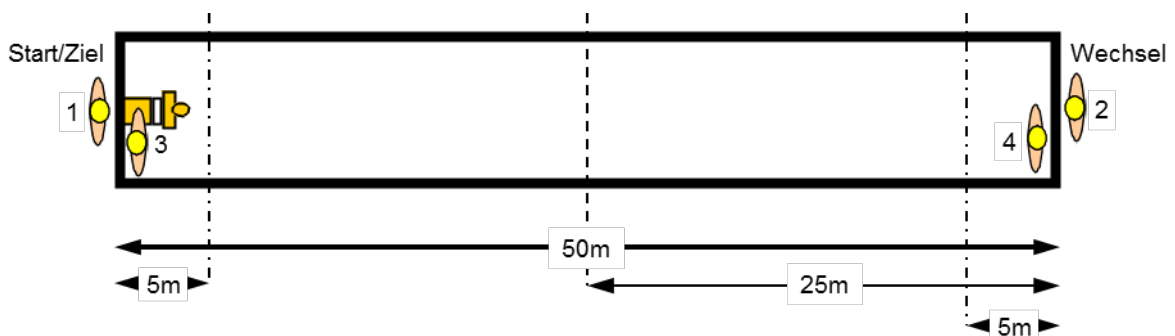
## 6.6 Flossenstaffel (4 x 50 m)

### 6.6.1 Ablauf

- Rettungsschwimmer 1: 50 m Flossenschwimmen
- Rettungsschwimmer 2: 25 m Tauchen mit Flossen, 25 m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme
- Rettungsschwimmer 3: 50 m Schleppen einer Rettungspuppe
- Rettungsschwimmer 4: 50 m Schleppen einer Rettungspuppe mit Flossen

Nach dem Startsignal absolviert der 1. Rettungsschwimmer 50 m Freistil mit Flossen. Der 2. Rettungsschwimmer taucht mindestens 25 m mit Flossen, legt die restliche Strecke in Freistil zurück und holt die am Bassinboden auf Rücken liegende Rettungspuppe (Fussteil an der Beckenstirnwand) an die Wasseroberfläche. Dabei hat der Kopf der Puppe vor dem 2. Rettungsschwimmer die Wasseroberfläche zu durchstossen. Der 3. Schwimmer wartet im Wasser und hält sich mit mindestens einer Hand am Beckenrand bzw. Startblock fest. Er ergreift die Puppe mit der freien Hand, nachdem ihr Kopf die Wasseroberfläche durchstossen hat. Erst wenn dieser Kontakt besteht, darf er die andere Hand vom Beckenrand lösen und die Puppe 50 m schleppen. Der 4. Schwimmer trägt Flossen und wartet im Wasser mit mindestens einer Hand am Beckenrand bzw. Startblock. Nach dem Anschlag darf er die Puppe ergreifen und die letzte Teilstrecke damit zurücklegen. Schwimmer 3 und 4 schleppen die Puppe gemäss 6.1 .

### 6.6.2 Wechsel



Innerhalb des 5 m-Wechselbereiches (der Kopf der Puppe dient als Orientierung) gelten nicht die Kriterien für das Schleppen einer Puppe (siehe Pt. 6.1 ).

Beim Wechsel muss immer ein Rettungsschwimmer mit mindestens einer Hand Kontakt zur Rettungspuppe halten. Schwimmer 2 darf Schwimmer 3 beim Wechsel helfen wie auch Schwimmer 3 Schwimmer 4 beim Wechsel helfen darf, solange der Kopf der Puppe die 5 m Markierung nicht



# Ihre Rettungsschwimmer

durchbrochen hat. Nach dem Wechsel ist die Puppe jeweils spätestens ab der 5 m-Markierung in der korrekten Position zu halten bis zum Anschlag.

## 6.6.3 Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers 50 Punkte
- Vorzeitiger Start des folgenden Teilnehmers 100 Punkte
- Auftauchen des Schwimmers 2 bevor der Kopf der Rettungspuppe die Wasseroberfläche durchbrochen hat 100 Punkte
- Kontakt zur Puppe verlieren/lösen 200 Punkte
- unkorrektes Abschleppen ausserhalb der Wechselzone 200 Punkte
- Verlassen der Bahn vor dem Schlusspfeiff 200 Punkte

## 6.6.4 Disqualifikation

- Schwimmer 2 holt die Rettungspuppe nicht an die Oberfläche
- Zu frühes Auftauchen von Schwimmer 2
- Ein Schwimmer absolviert mehr als eine Teilstrecke
- Schwimmer zieht sich an der Leine vorwärts
- Gründe gemäss Art. 4.4

## 6.7 Rettungsleinenstaffel (4 x 100 m)

### 6.7.1 Ablauf

Die Wettkämpfer stehen am Start mit Rettungsleine und Gurt bereit. Ein Teilnehmer befindet sich als Rettling auf der gegenüberliegenden Seite. Auf das Startkommando schwimmt der erste Teilnehmer mit der Leine 50 m im freien Stil. Nach dem Anschlagen fasst er den dort bereit stehenden Rettling unter den Schultern. Anschliessend ziehen zwei Wettkämpfer der Mannschaft ohne Hilfsmittel mit der Leine Retter und Rettling an den Startort zurück. Nach dem Anschlagen des Retters schwimmt der nächste Teilnehmer mit der Leine gleich wie der vorhergehende, wobei sich ein weiterer Teilnehmer als Rettling auf die Gegenseite begibt. Beim Start und bei den Ablösungen dürfen die Mannschaftskameraden nach dem Anschlagen, respektive dem Startsignal behilflich sein. Im Verlauf der Staffel muss jeder Teilnehmer einmal als Retter (Schwimmer) und einmal als Rettling (Opfer) eingesetzt werden. Die Disziplin wird durch Anschlagen des letzten Retters nach dem Zurückziehen beendet. Verliert ein Retter seinen Rettling vor der 5 m Marke, so kann der Retter wieder zum Rettling zurück schwimmen ohne Ahndung des Verstosses.

In der Kategorie Jugend wird ohne Rettling geschwommen.

### 6.7.2 Start

Das Berühren der Leine (inkl. Gurt) darf erst nach dem Startsignal erfolgen.

### 6.7.3 Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers 50 Punkte
- Vorzeitiger Start des folgenden Teilnehmers 100 Punkte



# Ihre Rettungsschwimmer

Nicht anschlagen des Schwimmers bei der Wende	100 Punkte
Berühren von Gurt und/oder Leine unmittelbar vor dem Start	200 Punkte
Verlassen der Bahn vor dem Schlusspfeiff	200 Punkte

## 6.7.4 Disqualifikation

Nicht jeder Wettkämpfer ist einmal Schwimmer und Rettling  
Loslassen des Rettlings vor der 5 m Marke ohne dessen Wiederaufnahme.  
Schwimmer zieht sich an der Leine vorwärts  
Gründe gemäss Art.4.4

## 6.8 Rettungsballzielwurf (4 x 2 Bälle)

### 6.8.1 Ablauf

Es wird ab einem Podium in ein für Damen 13 m und Herren 18 m entferntes Ziel geworfen. Der Mannschaft stehen für die Würfe 2 x 2 Minuten zur Verfügung. Während des Unterbruchs können die bereits geworfenen Bälle aus den Zielfeldern entfernt werden. Bewertet wird nach dem Stillstand des Balles. Werden bereits geworfene und gewertete Bälle nachträglich verschoben, werden sie nicht neu gewertet.

### 6.8.2 Start

Start, Unterbruch, Zweitstart und Ende durch Kommando des entsprechenden Funktionärs.



SLRG SSS

# Ihre Rettungsschwimmer

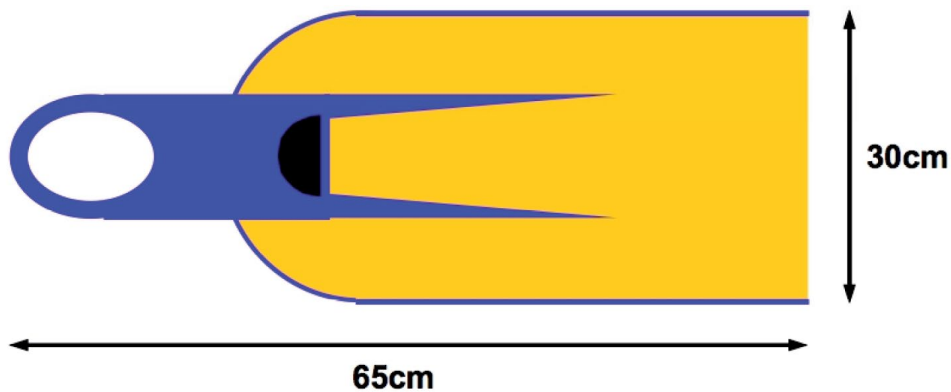
## 7 Beschreibung des Materials

### 7.1 Persönliches Material

#### 7.1.1 Flossen

Die Flossen dürfen folgende Masse nicht überschreiten:

- Länge: 65 cm inklusive Fussteil und Fersenband (s. Zeichnung)
- Breite: 30 cm (gemessen am breitesten Teil des Flossenblattes)
- Fiberglasflossen dürfen nur von Athleten verwendet werden, die mindestens 14 jährig sind.



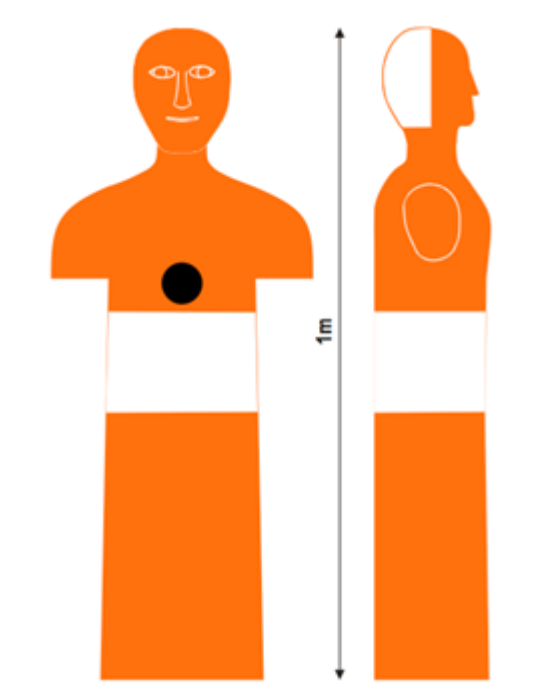
### 7.2 Wettkampfmateriale SLRG

Sämtliches unter Pt. 7.2 aufgeführtes Material wird am Wettkampf durch die SLRG zur Verfügung gestellt.

# Ihre Rettungsschwimmer

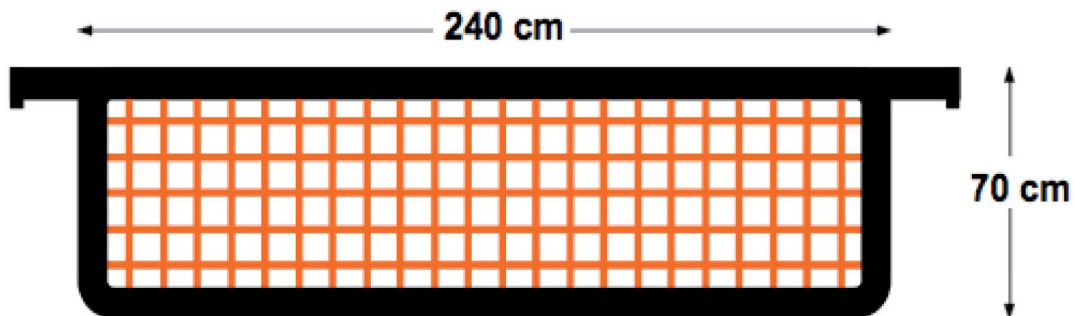
## 7.2.1 Rettungspuppe

Offizielle Internationale Rettungspuppe ILS



## 7.2.2 Hindernis

Die Hindernisse sind ca. 240 cm breit und ragen ca. 70 cm tief ins Wasser.





# Ihre Rettungsschwimmer

## 7.2.3 Gurtretter

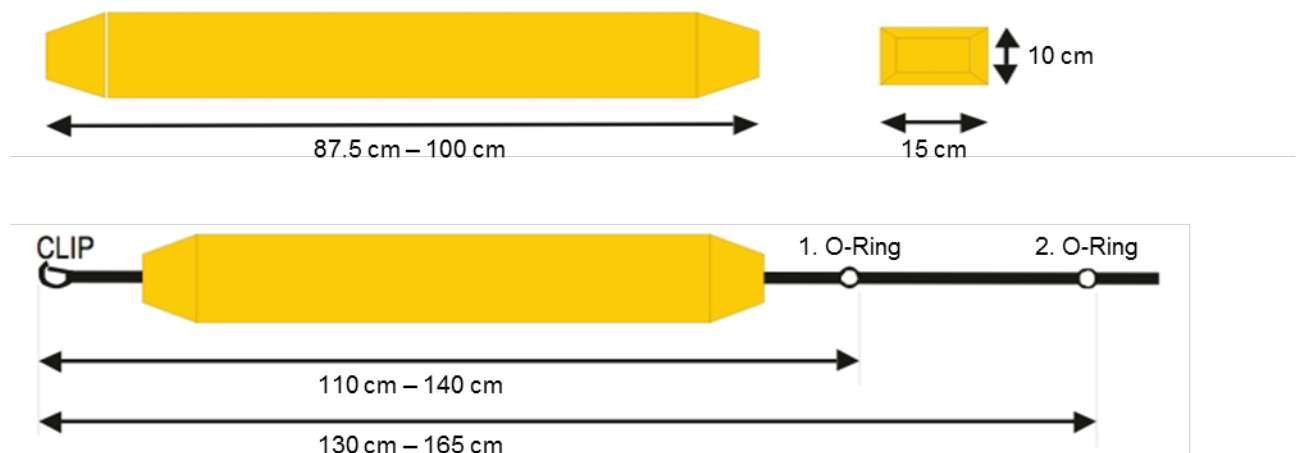
Offizieller Gurtretter der SLRG

Länge des Auftriebskörpers: 87.5 cm – 100 cm

Breite des Auftriebskörpers: 15 cm

Tiefe des Auftriebskörpers: 10 cm

Gurt: Der Gurt besteht aus Nylon und ist zwischen 130 cm und 160 cm lang und 5 cm breit.



Strecke: Clip >>> 1. O-RING: 110 cm – 140 cm

Strecke: Clip >>> 2. O-RING: 130 cm – 165 cm

Strecke: 1. O-RING >>> Gurt: 190 cm – 210 cm, einschliesslich mindestens zweier O-Ringe



## 8 Reglementsanpassungen

### 8.1 Arbeitsgruppe Reglement

Die Arbeitsgruppe nimmt Änderungsanträge für das vorliegende Reglement entgegen, berät diese und/oder bringt eigene Vorschläge ein. Die von der Arbeitsgruppe erarbeiteten Vorschläge werden durch die Geschäftsleitung vorberaten und bedürfen einer nachfolgenden Genehmigung durch den Zentralvorstand.

Die Arbeitsgruppe besteht aus

- Chef Wettkampf SLRG (Leiter der Arbeitsgruppe)
- Mindestens 2, maximal 4 Vertretern von unterschiedlichen Sektionen

Die Vertreter der Sektionen werden durch die Geschäftsleitung gewählt. Die Amtszeit der Sektionsvertreter beträgt 2 Jahre. Eine Wiederwahl ist höchstens zweimal möglich.

### 8.2 Änderungsanträge

Änderungsanträge für das Reglement aus den Sektionen oder Regionen können jeweils in schriftlicher Form bis spätestens 30. September an die Geschäftsstelle gerichtet werden. Es werden nur Anträge berücksichtigt, welche durch eine zeichnungsberechtigte Person der entsprechenden Sektion oder Region unterschrieben sind.

### 8.3 Fristen und Termine

- Bis 30. September                      Sammeln von Änderungsanträgen aus Sektionen/Regionen
- Dezember                                Genehmigung Reglementsänderungen im ZV
- Januar                                      Publikation Reglement

### 8.4 Versionenkontrolle

Version	Datum	Autor	Bemerkung (z.B. Entwurf, geändert, geprüft, genehmigt)
V1_2023	09.08.2023	N.Schou	Anpassung Jahrgang an SM 2023
V1_2022	01.05.2022	N.Schou	Anpassung der Jahrgänge an SM 2022 / Anpassung 6.1 an ILS
V1_2019	21.12.2017	Reglementskommission, R. Abächerli	Anpassungen an SM 2019
V1_2017	27.02.2017	Reglementskommission	Präzisierung und Ergänzung Ziff. 4.5 / 5.4 / 6.2.2 / 6.6.2 / 6.8.2 / 6.8.3
V1_2016	05.12.2015	R. Abächerli	Beratung und Genehmigung im Zentralvorstand
V0_2016	01.11.2015	N. Schou	Entwurf - Freigegeben zur Beratung durch Geschäftsleitung und Genehmigung im Zentralvorstand
01.02	26.03.2014	N. Schou	07.04.2014 Genehmigung durch Geschäftsleitung
01.01	14.06.2014	R. Abächerli	14.06.2014 Genehmigung durch Zentralvorstand
01	30.10.2010	P. Reichmuth	30.10.2010 Genehmigung durch Ausbildungskommission