

**Ausschreibung des Sächsischen Schwimm-Verbandes e.V.
Zentraler Athletik-Schwimm-Wettkampf
Überprüfungswettkampf für die 4./5. Klasse
in Dresden**

Veranstalter: Sächsischer Schwimm-Verband e.V.
Ausrichter: Dresdner SC 1898 e.V., Abt. Schwimmen
Datum: Sonntag, den 28.03.2010

Wettkampffolge:

1. Abschnitt: Schwimmhalle Freiburger Platz, 01067 Dresden

Einlass: 8.15 Uhr
 Einschwimmen: 8.30 bis 9.00 Uhr beim Heimtrainer
 Sportlereinweisung : 9.10 Uhr
 Beginn: 9.15 Uhr an der Station

Bereich Delfinbewegung und Gleitvermögen:

(Durchführung Einzel, verantwort. Landesstützpunkttrainer)

Alle	15m	Delfinbewegung in Bauchlage	ohne Brett, Hände geschlossen
Alle	15m	Delfinbewegung in Rückenlage	ohne Brett, Hände geschlossen
nur 4. Kl. nur 5. Kl.	5 m 7,5 m	Abstoß + Gleiten Abstoß + Gleiten	

10 min Pause

Bereich Grundschnelligkeit, Technik, Beinbewegung:

(Durchführung Laufweise, verantwort. Kampfgericht)

Wettkampf	01	25 m	Schmetterling	Mädchen
	02	25 m	Schmetterling	Jungen
	03	25 m	Rücken	Mädchen
	04	25 m	Rücken	Jungen

10 min Pause

	05	25 m	Brust	Mädchen
	06	25 m	Brust	Jungen
	07	25 m	Kraul	Mädchen
	08	25 m	Kraul	Jungen

10 min Pause

	09	25 m	Beinbewegung Rückenkraul	Mädchen
	10	25 m	Beinbewegung Rückenkraul	Jungen
	11	25 m	Beinbewegung Brust	Mädchen
	12	25 m	Beinbewegung Brust	Jungen
	13	50 m	Beinbewegung Kraul	Mädchen
	14	50 m	Beinbewegung Kraul	Jungen

2. Abschnitt: Trainingshalle des Dresdner SC, Magdeburger Str. 12

Einlass: 13.45 Uhr
 Beginn: 14.00 Uhr
 vorr. Ende: ca. 16.30 Uhr

Bereich körperliche Eignung, Athletik, Beweglichkeit:

(Durchführung im Stationsbetrieb, verantw. Landesstützpunkttrainer)

1. Ermittlung der Körperhöhe und Körpergewicht
2. Schlusdreisprung
3. Liegestütze
4. Aufrichten aus der Rückenlage
5. Aufrichten aus der Bauchlage
- 6.-8. Schulter-, Rumpf- und Fußbeweglichkeit
9. Kasten-Bumerang-Test
10. 30m Sprint aus dem Hochstart
11. 1000m Lauf

Allg. Bestimmungen: Der Wettkampf wird im Rahmen der Talentsichtung und Auswahl des SSV e.V. durchgeführt. Es gelten die Bestimmungen zur Durchführung von ASWK (Programm zur Ermittlung allgemeiner und schwimmspezifischer Leistungsvoraussetzungen im Schwimmen) in der aktuellen Fassung. Weiterhin gelten die Richtlinien für die Durchführung von Wettkampfstrecken in Beinarbeit des SSV mit Stand vom Februar 2009.

Teilnehmer: Sportler der 4. Klasse, bzw. geboren vom 1.7.99-30.6.00 und die eine Empfehlung des SSV zur Aufnahme in die 5. Klasse an eine sportbetonte Schule in Sachsen in der Sportart Schwimmen erhalten haben (Pflichtteilnahme) bzw. die 2010/2011 Kader des SSV werden wollen und nicht am ASWK am 8.11.09 teilgenommen haben.

Sportler der 5. Klasse, bzw. geboren vom 1.7.98-30.6.99, die eine sportbetonte Schule in Sachsen besuchen (Pflichtteilnahme) bzw. die 2010/2011 Kader des SSV werden wollen und nicht am ASWK am 8.11.09 teilgenommen haben.

Meldung: Die Meldung erfolgt auf der Meldeliste für den Athletik-Schwimm-Wettkampf als Excel-Datei mit Angabe von Name, Vorname, Geburtsdatum, Klassenstufe, Trainingsalter in Monaten, Trainingsumfang, Übungsleiter/Trainer und der Bestzeit über 50m Kraulbeinbewegung sowie auf amtlichem Meldebogen (DSV Form 101). Es wird um verantwortungsbewusste Meldung gebeten. Bei Nichtbeachtung behält sich der Veranstalter vor, Meldungen zurückzuweisen.

Meldeanschrift: Dresdner SC 1898, Abt. Schwimmen
Dirk Oehme
Schwimmhalle Freiburger Platz
01067 Dresden
meldung@dsc-schwimmen.de

Meldeschluss: 21.03.2010

Meldegeld: 10,00 EUR pro Sportler.
(Das Meldegeld beinhaltet ein Mittagessen im „Jugendgästehaus Maternistr.“ inkl. Getränk. Betreuer und Trainer können ebenfalls für 5 Euro am Mittagessen teilnehmen. Dazu muss die Anzahl der zusätzlichen Portionen in der Meldung mit angegeben werden.)
Das Meldegeld plus zusätzliche Kosten für Mittagessen Betreuer und Trainer ist am Wettkampftag in **bar** zu entrichten.

Hinweise: Bei krankheits-/verletzungsbedingter Nichtteilnahme ist ein ärztliches Attest bis 31.03.2010 an den Sächsischen Schwimm-Verband e.V. zu faxen (0341/9809313) oder am Wettkampftag abzugeben.
Die Übungsbeschreibungen und Durchführungshinweise finden Sie auf der Homepage des Sächsischen Schwimm-Verband e.V. (www.lsv-sachsen.de, Link Schwimmen-Ergebnisse-Wettkämpfe-2010)

Haftung: Weder der Sächsische Schwimm-Verband e.V. als Veranstalter noch der Dresdner SC 1898, Abt. Schwimmen als Ausrichter haften für Verluste, Diebstahl, Beschädigung usw. von Sachen und Wertgegenständen.

Leipzig, den 21.02.2010

gez. Dr. C. Saborowski
SSV-Leistungssportkoordinatorin

gez. Dirk Oehme
LSP-Trainer Dresden