

# VORLÄUFIGES PROGRAMM

(Änderungen des Programms (z.B. Zeiten und Orte) durch den Veranstalter sind möglich)

## **Freitag**

ab ca. 17.00 Uhr

ca. 19.00 Uhr

## **Anreise**

Anmeldung mit Zeltplatzeinweisung  
(beim roten Pavillon vor dem Zeltplatz)

„Welcome Back in Holzwickede“

*Bei der Veranstaltung sind selbstverständlich **alle** Ortsgruppen herzlich eingeladen! Wir bieten Verpflegung vom Grill und Getränke zum Selbstkostenpreis an.*

## **Samstag**

08.00 – 9.45 Uhr

10.15 - 10.30 Uhr

10.45 Uhr

10.45 Uhr

ca. 11.00 Uhr

ca. 18.00 Uhr

ca. 18.30 Uhr

ca. 20.00 Uhr

## **Wettkampf**

Frühstück

Anmeldung oder „Ummeldungen“

Mannschaftsführerbesprechung

Kampfrichterbesprechung

Wettkampfbeginn

*Im Anschluss an den Wettkampf findet der Elite-Cup statt.*

Siegerehrung

Abendessen

**Party**

## **Sonntag**

ab 08.00 Uhr

ab 09.30 – 11.00 Uhr

## **Abreise**

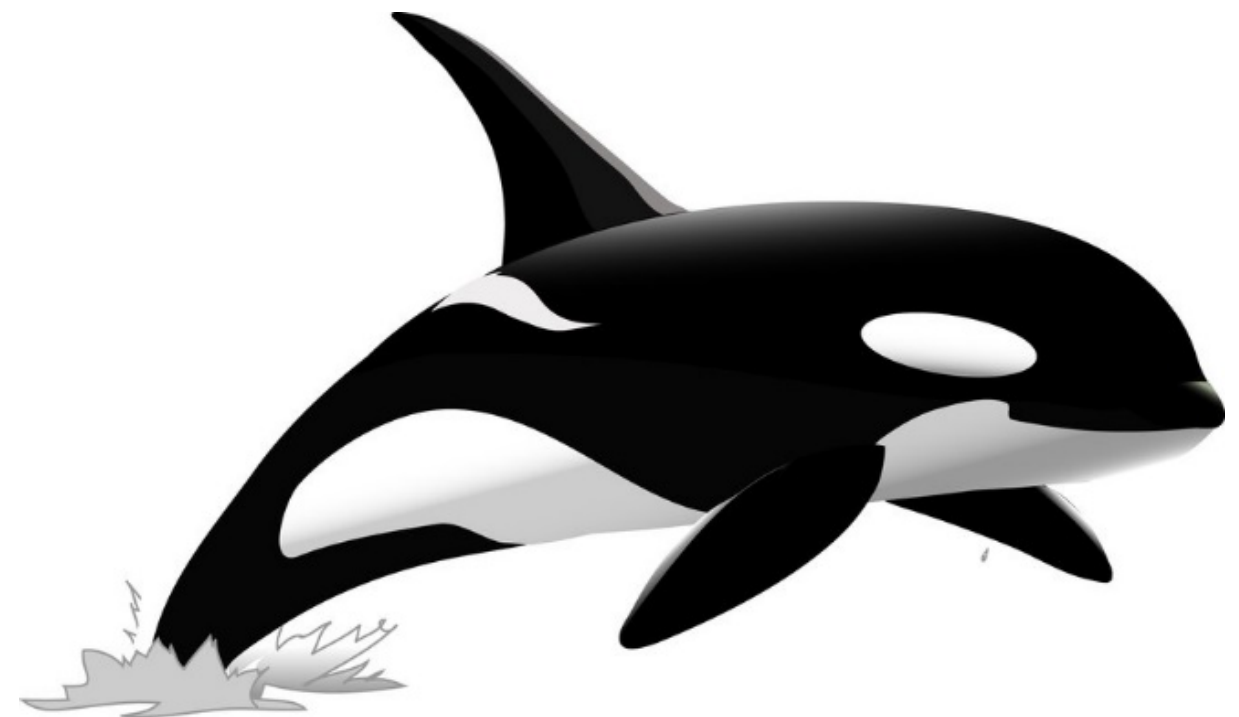
Frühstück

Abmeldung, Abschied nehmen und bis zum nächsten Jahr

## Ausschreibung

### 28. Freundschaftswettkampf

### DLRG „Orca“ Holzwickede



vom 21. Juni bis zum 23. Juni 2024



Liebe Kameradinnen und Kameraden,

seit nun schon unzähligen Jahren veranstalten wir unseren Freundschaftswettkampf - um alte Bekanntschaften zu pflegen, und neue Bekanntschaften zu knüpfen.

In diesem Jahr haben wir ein absolutes Special im Angebot: Wir werden unser Samstagabendhighlight, unsere Party, zusammen mit dem Ortsjugendring Holzwickede ausrichten und mächtig aufpimpen:

Die Party wird in unserem Freibad „Schöne Flöte“ stattfinden und erinnert an die „jump!“ - für die, die sie noch kennen, ihr wisst, was das heißt - für die anderen, lasst euch überraschen, wenn es wieder heißt

### **SOMMER, SONNE, FREIBAD und eine geile Party!**

Wie in den letzten Jahren starten wir mit der AK u9 fortlaufend über alle Altersklassen bis hin zur AK Ü30, in der sich auch die Betreuer messen können.

Die Übernachtung findet auf der Zeltwiese direkt am Freibad in euren eigenen Zelten statt. Bitte belegt ein Zelt mit mehreren Personen.

Am Freitag findet ein gemeinschaftlicher Abend für alle anreisenden Ortsgruppen statt. Um Rücksicht auf die jüngeren Teilnehmenden zu nehmen, bitten wir, die Lautstärke zu reduzieren.

**Darüber hinaus gilt auf dem gesamten Freibadgelände ein absolutes Glasflaschen-Verbot.** Weitere Hinweise sind hier zu finden: [Link](#)

Anmeldungen sind über unsere Webseite (<https://holzwickede.dlrg.de>) bis zum 01.06.2024 abzugeben.

Bei Fragen und Informationen: [wettkampf@holzwickede.dlrg.de](mailto:wettkampf@holzwickede.dlrg.de)

# **WETTKAMPF**

## **Altersklassen**

AK u9	bis einschließlich 8 Jahre
AK 12	bis einschließlich 12 Jahre
AK 13/14	13 und 14 Jahre
AK 15/16	15 und 16 Jahre
AK 17/18	17 und 18 Jahre
AK Offen	ab 19 Jahre
AK Ü30	ab 31 Jahre

Über die Zugehörigkeit zu den Altersklassen entscheidet das Geburtsjahr im jeweiligen Wettkampffahr. Ein Starten in nächst höheren Altersklassen ist gestattet, ausgenommen AK Ü30.

## **Disziplinen Rescue Cup (Regelwerk vom aktuellen Wettkampffahr)**

AKu9 und 12	4x 25m	Freistilstaffel (3.1)
	4x 25m	Gurtretterstaffel (3.5)
	4x 25m	Überraschungsdisziplin (wird vor Ort bekannt gegeben)
AK 13/14 und Älter	4x 50m	Freistilstaffel (3.1)
	4x 50m	Gurtretterstaffel (3.6)
	4x 50m	Rettungsstaffel (3.8)

## **Sonderwertung Elite-Cup**

Mannschaft:	Jeweils 8 Schwimmer (mind. 3 weibliche Schwimmerinnen pro Mannschaft)
Strecke:	In Staffelform, geschwommen werden 100m
Disziplin:	Freistil mit Flossen
Sieg:	Es gewinnt die Mannschaft, die im Verlauf von 30 Minuten die meisten Meter zurücklegt
Start:	Direkt im Anschluss an den Rescue Cup

*Es besteht die Möglichkeit einen „Mini-Elite-Cup“ durchzuführen (für die AK u9 und AK 12). Geschwommen wird in Staffelform eine Bahn, verkürzte Zeit und Strecke.*

## **Mitzubringen von den Ortsgruppen**

- 1x Rettungspuppe
- 1x gelber Gurtretter
- Mind. 1x. Zeitnehmer - gerne mehr, damit „durchgetauscht“ werden kann
- *und natürlich: Gute Laune und hochmotivierte Schwimmerinnen und Schwimmer*