

## Wettkampfregeln



- Starten Sie nur, wenn Sie sich gesund und fit fühlen!
- Lassen Sie sich von Ihrem Arzt die Sportfähigkeit bestätigen.  
Teilnehmer, die am Wettkampftag das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, müssen eine Einverständniserklärung eines Erziehungsberechtigten bei der Anmeldung vorlegen.  
Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.
- Für die Aufbewahrung und Sicherheit persönlicher Sachen und Wertgegenstände ist jeder Teilnehmer selbst verantwortlich. Der Veranstalter übernimmt bei Verlust oder Beschädigungen keine Haftung.
- Nutzen Sie die herkömmlichen Methoden zum Wärmeschutz (Vaseline, Fett). Beachten Sie, dass die Wassertemperatur im Bereich der zu querenden Fahrrinne ca. 2-4 Grad Celsius unter der durchschnittlichen Wassertemperatur liegen kann. Die Mindesttemperatur für die Freigabe des Starts beträgt mindestens 16 Grad Celsius, gemessen am Starttag eine Stunde vor Wettkampfbeginn in 40 cm Tiefe.
- Folgende Schwimmkleidung ist für den Wettkampf zugelassen:  
Herren: knielang, kurzes Bein, kurz  
Damen: knielang mit Rückenausschnitt, kurz mit Rückenausschnitt, Zweiteiler  
(siehe DLRG-Merkblatt E9-001-10)
- Das Tragen eines Restubes ist Pflicht. Nichtanlegen führt zur Disqualifikation.
- Zeigen Sie durch Hochstrecken eines Armes an, wenn Sie den Wettkampf nicht fortsetzen können! Informieren Sie Ihren Nachbarn!
- Leisten Sie Hilfe, wenn Sie bei einem Mitschwimmer Probleme erkennen. Informieren Sie das nächste Boot. Grundsätzlich gilt:  
**„Sicherheit geht vor Platzierung!“**      **„Retten geht vor Siegen!“**
- Der Start erfolgt aus der Wasserlage in ca. 1 Meter Tiefe. Die Teilnehmer begeben sich ca. 5 Minuten vor dem Start ins Wasser. Die Restminuten vor dem Start werden angezeigt, der Start angezählt.
- Die Wertung erfolgt durch Einlesen der codierten Startnummern. Überholen in der Zielgasse ist nicht mehr statthaft und führt zur Disqualifikation.
- Tragen Sie die Badekappe während des gesamten Wettkampfes. Vermeiden Sie den Verlust beim Wettkampf, es kann zur Disqualifikation führen.
- Nutzen Sie nach dem Wettkampf die Möglichkeit der schnellen Erwärmung: heißer Tee, Aufenthalt im Wärmezelt.
- Der Wettkampfarzt kann bei zu langer Verweildauer noch im Wasser befindliche Teilnehmer zur Aufgabe auffordern.