



# Ihre Rettungsschwimmer

## Staffel-Schweizermeisterschaften Pool

### Reglement 2024

#### **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.



## 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 Schwimmer	6
2.3	Disziplinen	6
2.4	Lauf- und Bahneinteilung	7
<b>3</b>	<b>Allgemeine Bestimmungen</b>	<b>8</b>
3.1	Material	8
3.2	Wettkampfbekleidung	8
3.3	Schwimmbrillen	8
3.4	Befugnisse Chef Wettkämpfe	8
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	Beenden des Laufes	11



# Ihre Rettungsschwimmer

<b>6</b>	<b>Technische Regeln für die Wettkämpfe</b>	<b>12</b>
6.1	Kriterien für das Auftauchen mit einer Puppe	12
6.2	Kriterien für das Schleppen einer Puppe	12
6.3	Kriterien für das Ziehen der Puppe mit Gurtretter	12
6.4	Puppenstaffel (4 x 25 m)	14
6.4.1	Ablauf	14
6.4.2	Start / Wechsel	14
6.4.3	200 Strafpunkte	14
6.4.4	Disqualifikation	14
6.4.5	Hinweise Kategorie Kids	14
6.5	Gurtretterstaffel (4 x 50 m)	15
6.5.1	Ablauf	15
6.5.2	200 Strafpunkte	15
6.5.3	Disqualifikation	16
6.6	Hindernisschwimmen (4 x 50 m)	17
6.6.1	Ablauf	17
6.6.2	200 Strafpunkte	17
6.6.3	Disqualifikation	17
6.7	Rettungsstaffel (4 x 50 m)	18
6.7.1	Aufbau	18
6.7.2	Ablauf	18
6.7.3	200 Strafpunkte	19
6.7.4	Disqualifikation	19
6.7.5	Hinweis Kategorie Kids	19
6.8	Flossenstaffel (4 x 50 m)	20
6.8.1	Ablauf	20
6.8.2	Wechsel	20
6.8.3	200 Strafpunkte	20
6.8.4	Disqualifikation	21
6.9	Rettungsleinenstaffel (4 x 100 m)	22
6.9.1	Ablauf	22
6.9.2	Start	22
6.9.3	200 Strafpunkte	22
6.9.4	Disqualifikation	22
6.9.5	Hinweis Kategorie Kids	22
6.10	Rettungsballzielwurf (4 x 2 Bälle)	23
6.10.1	Ablauf	23



SLRG SSS

# Ihre Rettungsschwimmer

6.10.2	Start .....	23
<b>7</b>	<b>Beschreibung des Materials .....</b>	<b>24</b>
7.1	Persönliches Material .....	24
7.1.1	Flossen .....	24
7.2	Wettkampfmateriale SLRG.....	24
7.2.1	Rettungspuppe .....	25
7.2.2	Hindernis .....	25
7.2.3	Gurtretter .....	26
<b>8</b>	<b>Anhänge.....</b>	<b>27</b>
8.1	Tabelle der Alterskategorien (Geburtsdaten) für die kommenden Austragungsjahre.....	27
8.2	Protest- und Einspracheformular.....	28
<b>9</b>	<b>Reglements Anpassungen .....</b>	<b>30</b>
9.1	Reglementskommission .....	30
9.2	Änderungsanträge.....	30
9.3	Fristen und Termine .....	30
9.4	Versionenkontrolle.....	30



# 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 (Kategorien Masters und Open) oder SLRG Jugendbrevet (Kategorien Kids und Youth) 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 (Alter 30 und älter)
- Herren Masters (Alter 30 und älter)
- Damen Open (Alter 16 und älter)
- Herren Open (Alter 16 und älter)
- Damen Youth (Alter 14 bis 18)
- Herren Youth (Alter 14 bis 18)
- Gemischt Kids (Alter 10 bis 14)

Als Alter gilt die Differenz des Austragungsjahres und des Jahrgangs. Als Hilfe befindet sich eine Alterstabelle für die nächsten Jahre im Anhang 8.1.

Die Altersangaben gelten für sämtliche Athleten/Athletinnen einer Mannschaft.

In den Damen-Teams der Altersklassen «Masters», «Open» und «Youth» sind nur weibliche Athletinnen gestattet. Als Geschlecht gilt der Eintrag im amtlichen Ausweis.

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

### 2.2 Anzahl Schwimmer

Eine Mannschaft setzt sich aus mindestens 4 und maximal 6 Schwimmern zusammen. Jeder Schwimmer darf nur in einer Mannschaft starten.

### 2.3 Disziplinen

Dieses Reglement beschreibt folgende Disziplinen:

- 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



# Ihre Rettungsschwimmer

## 2.4 Lauf- und Bahneinteilung

Die Wettkämpfe sind auf ein Schwimmbad mit 8 Bahnen ausgelegt.

Die Mannschaften werden aufgrund der Laufzeit der jeweiligen Disziplin im Vorjahr oder der Meldezeiten eingeteilt. Die schnellsten Mannschaften starten im letzten Lauf.

Die schnellste Mannschaft wird bei ungerader Bahnanzahl auf der mittleren Bahn und bei gerader Bahnanzahl auf der Bahn mit halber Bahnanzahl gesetzt. Die Mannschaft mit der zweitschnellsten Zeit 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.



# Ihre Rettungsschwimmer

## 3 Allgemeine Bestimmungen

### 3.1 Material

Das während der Veranstaltung genutzte Material wird den Schwimmern, 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 Schwimmer oder keine Mannschaft darf etwas an sich tragen oder verwenden, das unlautere Vorteile gegenüber anderen Schwimmern oder Mannschaften bewirkt.

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

Alle Schwimmer 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 gut erkenntlich mit einem wasserfesten, hautverträglichen Filzschreiber markiert. Dieser ist durch die jeweilige Sektion selbst zu organisieren.

Bei Allergikern darf an Stelle der Oberarme 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.

### 3.5 Mannschaftsmitglieder

Jeder Athlet ist verpflichtet, während der Wettkampfdauer seinen amtlichen Ausweis mit Foto (Pass / ID / Fahrausweis / 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 Schwimmer (z.B. infolge Krankheit, Unfall) aus, so besteht die Möglichkeit, diesen durch eine andere Person zu ersetzen. Dabei sind Punkte 2.1 und 2.2 zu berücksichtigen. Jede Mannschaftsänderung ist in schriftlicher Form beim Chef Wettkämpfe zu beantragen. Dieser entscheidet über den Antrag.



# Ihre Rettungsschwimmer

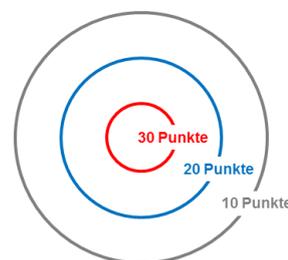
## 4 Wertung/Rangierung

### 4.1 Wertung einer Disziplin

Die Leistungen der Schwimmer 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 Schwimmer in zwei verschiedenen Mannschaften startet).
- bewusst das Material verändert.
- Hilfen anwendet, die ihr gegenüber anderen Schwimmern unlautere Vorteile verschafft.

Einzelne Schwimmer 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 Schwimmer 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 ergänzend 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 auf dem offiziellen Formular (siehe Anhang) im Wettkampfsekretariat abgegeben werden. Diese Beschwerde muss von der Einspruch erhebenden Mannschaft verfasst und vom Mannschaftsleiter unterzeichnet sein. Beschwerdeberechtigt sind nur direkt betroffene Mannschaften. Das Formular ist durch die Mannschaft selber zu organisieren.



# Ihre Rettungsschwimmer

## 5 Start/Zeitnahme

### 5.1 Der Start

Vor jedem Start prüft der Wettkampfleiter, dass:

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

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

- mit einem langen Pfiff das Zeichen, dass die Schwimmer 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 Schwimmer in seiner Verantwortung sind.

### 5.2 Startablauf

Es gilt die Ein-Start-Regelung. Nach dem langen Pfiff des Wettkampfleiters begeben sich die Schwimmer auf den Startblock oder ins Wasser und verbleiben dort. Mit dem Kommando "Take your marks" nehmen die Schwimmer 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 Schwimmer unmittelbar vor dem Startsignal, wird der Lauf fortgesetzt. Eine Bewegung in Startrichtung zwischen dem Kommando „Take your marks“ und dem Startsignal wird als Fehlstart gewertet.

Der Startvorgang wird abgebrochen, wenn ein Schwimmer startet, ohne dass ein Startsignal ertönt ist. Sämtliche zu früh gestarteten Mannschaften werden mit 200 Strafpunkten belegt.

### 5.4 Zeitnahme

Die Zeiten sind generell mit einer automatischen oder halbautomatischen Zeitmessaanlage auf 1/100 Sekunde genau zu messen. In Ausnahmefällen können handgestoppte Zeiten verwendet werden. Diese können jedoch nicht für Schweizerrekorde gezählt werden und sind auf 1/10 Sekunde genau zu messen.

### 5.5 Beenden des Laufes

Nach Beendigung des Laufes bleiben die Schwimmer in ihrer Bahn, bis der Wettkampfleiter mit einem langen Pfiff das Zeichen zum Verlassen der Bahn gibt. Ein vorzeitiges Verlassen der Bahn wird mit 200 Strafpunkten geahndet.



# Ihre Rettungsschwimmer

## 6 Technische Regeln für die Wettkämpfe

### 6.1 Kriterien für das Auftauchen mit einer Puppe

Der Schwimmer muss mit der Puppe die Wasseroberfläche durchbrechen. Dabei muss der Schwimmer die Puppe mit mindestens einer Hand berühren.

Sobald der oberste Teil des Puppenkopfes die 5m-Linie durchquert, muss die Puppe in korrekter Schleppposition sein.

Nach dem erstmaligen Auftauchen darf nicht wieder abgetaucht werden.

### 6.2 Kriterien für das Schleppen einer Puppe

Bei Disziplinen, bei denen die Puppe geschleppt wird, wird davon ausgegangen, dass die Puppe (als Opfer) nicht atmet.

Während des gesamten Wettkampfes muss immer mindestens ein Schwimmer die Puppe mit mindestens einer Hand berühren.

Die Puppe darf nicht gestossen werden. Ein Stossen ist gegeben, wenn der oberste Teil des Puppenkopfes vor dem Kopf des Schwimmers ist.

Die Puppe muss immer mit dem Kopf in Schwimmrichtung transportiert werden.

Die Puppe darf nicht an den Verschlussstopfen gefasst werden.

Der Schwimmer und die Puppe werden als eine Einheit betrachtet, mindestens einer der beiden muss die Wasseroberfläche durchbrechen. Kurzzeitiges Untertauchen durch normale Schwimmzüge und Beinschläge wird nicht geahndet. Abtauchen beim Anschlagen des letzten Schwimmers wird ebenfalls nicht geahndet. Als Wasseroberfläche wird die oberste Fläche des Wassers im ruhigen Pool betrachtet.

In der 5m-Start-Zone und in den Wechselzonen gelten die Kriterien für das Schleppen der Puppe nicht. Ausgenommen ist jedoch die Regel, dass immer mindestens ein Schwimmer die Puppe mit mindestens einer Hand berühren muss. Sie gilt immer, auch während den Wechseln.

### 6.3 Kriterien für das Ziehen der Puppe mit Gurtretter

Bei Disziplinen, bei denen die Puppe mit Gurtretter gezogen wird, wird davon ausgegangen, dass die Puppe (als Opfer) atmet.

Vor dem Ziehen müssen die Schwimmer die Puppe innerhalb der 10m-Wechselzone korrekt sichern. "Korrekt" bedeutet, dass der Gurtretter um den Körper und unter beiden Armen der Puppe und an einem O-Ring befestigt ist.

Die Schwimmer dürfen in die 10m-Wechselzone zurückkehren, um die Puppe erneut zu sichern, sofern der oberste Teil des Puppenkopfes die 10m-Linie nicht überschritten hat.

Die Schwimmer dürfen auf dem Rücken, auf der Seite oder in Bauchlage schwimmen und beim Ziehen der Puppe Armzug und/oder Beinschlag anwenden.

Ausserhalb der 10m-Wechselzone müssen die Schwimmer die Puppe korrekt gesichert ziehen, wobei das Gesicht der Puppe über der Wasseroberfläche liegen muss.

Die Leine des Gurtretters muss vollständig gestreckt sein, wenn der oberste Teil des Puppenkopfes die 10m-Linie passiert.

Der Schwimmer wird disqualifiziert, wenn die Puppe vom Auftriebskörper getrennt wird. Ein Schwimmer wird nicht disqualifiziert, wenn der Auftriebskörper während des Schleppens unter einem Arm der Puppe durchrutscht, vorausgesetzt der Gurtretter war an der 10m-Linie "korrekt gesichert" und das Gesicht der Puppe verbleibt oberhalb der Wasseroberfläche.



## Ihre Rettungsschwimmer

Die Leine darf sich nicht um die Puppe wickeln oder gewickelt werden, da dies als Verkürzung der Leine angesehen wird.

Wenn sich die Puppe im Gurtretter dreht, wird dies nicht geahndet, solange das Gesicht der Puppe oberhalb der Wasseroberfläche bleibt. Darüber hinaus muss die Puppe nicht mit dem Kopf voran gezogen werden, sofern sie an der 10m-Linie korrekt gesichert wurde und das Gesicht der Puppe oberhalb der Wasseroberfläche bleibt.

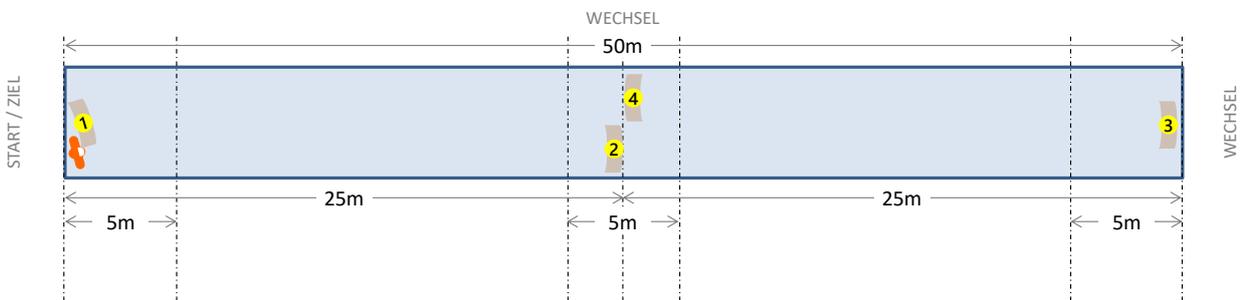


# Ihre Rettungsschwimmer

## 6.4 Puppenstaffel (4 x 25 m)

### 6.4.1 Ablauf

Alle vier Schwimmer starten im Wasser. Der erste Schwimmer hält sich mit einer Hand am Beckenrand/Startblock fest. In der anderen Hand hält er die Rettungspuppe. Nach dem Startsignal schleppt er die Rettungspuppe bis zur Wechselzone (5 Meter) in der Mitte des Beckens und übergibt sie dem zweiten Schwimmer, der sie nach dem Anschlagen auf der gegenüberliegenden Seite dem dritten Schwimmer übergibt. Dieser schleppt die Puppe bis zur Wechselzone und übergibt sie dem vierten Schwimmer. Die Disziplin ist beendet, wenn ein Körperteil des letzten Schwimmers die Beckenstirnwand berührt hat. Alle vier Schwimmer schleppen die Puppe gemäss Pt. 6.2.



### 6.4.2 Start / Wechsel

Die Startzone gilt von 0 – 5m, die Wechselzone von 22.5 – 27.5m, von 50 – 55m und von 72.5 – 77.5m.

Nur der ankommende und der übernehmende Schwimmer dürfen bei einem Wechsel beteiligt sein. Der ankommende Rettungsschwimmer darf dem übernehmenden Schwimmer beim Wechsel helfen, solange sich der Kopf der Puppe vollständig innerhalb der Wechselzone befindet.

Bei der Übergabe vom zweiten zum dritten Schwimmer darf der dritte Schwimmer die Puppe mit einer Hand berühren, bevor der zweite Schwimmer angeschlagen hat, solange der zweite Schwimmer die Puppe nicht loslässt und der dritte die Wand mit der anderen Hand berührt.

### 6.4.3 200 Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers
- Vorzeitiger Start des folgenden Schwimmers
- Handkontakt zur Puppe verlieren/lösen
- unkorrektes Schleppen der Puppe ausserhalb der Wechselzone
- Übergabe der Puppe ausserhalb der Wechselzone
- Verlassen der Bahn vor dem Schlusspfeiff

### 6.4.4 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

### 6.4.5 Hinweise Kategorie Kids

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

## 6.5 Gurtretterstaffel (4 x 50 m)

### 6.5.1 Ablauf

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

Nach dem Startsignal schwimmt der erste Schwimmer 50 m Freistil, anschliessend der zweite Schwimmer 50 m Freistil mit Flossen.

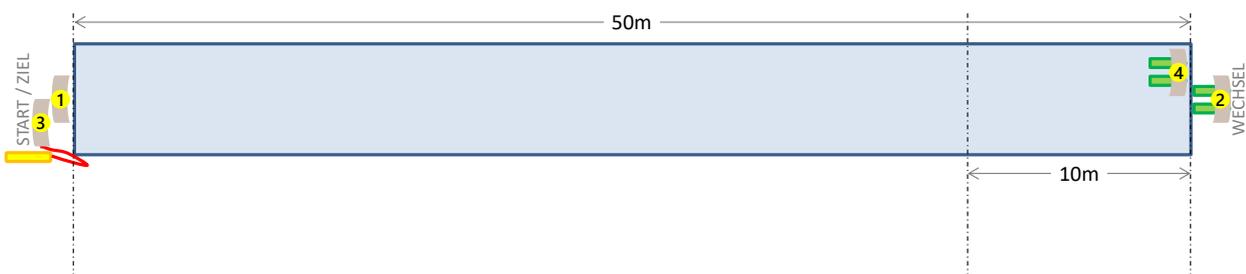
Der dritte Schwimmer legt den Gurtretter über eine Schulter an. Er muss sicherstellen, dass während des Starts kein Teil des Gurtretters in eine benachbarte Bahn ragt. Nach dem Anschlag des zweiten Schwimmers absolviert er 50 m Freistil mit Gurtretter.

Der vierte Schwimmer trägt Flossen und wartet im Wasser mit einer Hand am Beckenrand/Startblock auf den Anschlag des dritten Schwimmers. Nach dem Anschlag übernimmt er den Gurtretter und legt ihn über eine Schulter an. Der dritte Schwimmer wird zum Rettling und ergreift innerhalb des 10 m Bereichs (oberster Teil des Rettlingkopfs) mit beiden Händen den Auftriebskörper und/oder den Karabinerhaken. Der vierte Schwimmer zieht den Rettling mit dem Gurtretter 50 m ins Ziel. Die Leine des Gurtretters muss dabei voll ausgestreckt sein. Die Position der Hände darf verändert werden, solange immer beide Hände Kontakt zum Auftriebskörper und/oder dem Karabinerhaken haben. 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 beiden Schwimmern gewährleistet sein.

Die Leine zwischen Gurt und Auftriebskörper darf im Wasser hinter dem dritten Schwimmer verkürzt oder in voller Länge ausgelegt sein.

Bei der Wende/beim Anschlag mit Gurtretter und Rettling reicht der Anschlag des Retters.

Bei der Übergabe vom dritten zum vierten Schwimmer darf der vierte Schwimmer den Gurtretter mit einer Hand berühren, bevor der dritte Schwimmer angeschlagen hat, solange der vierte Schwimmer die Wand mit der anderen Hand berührt.



### 6.5.2 200 Strafpunkte

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



# Ihre Rettungsschwimmer

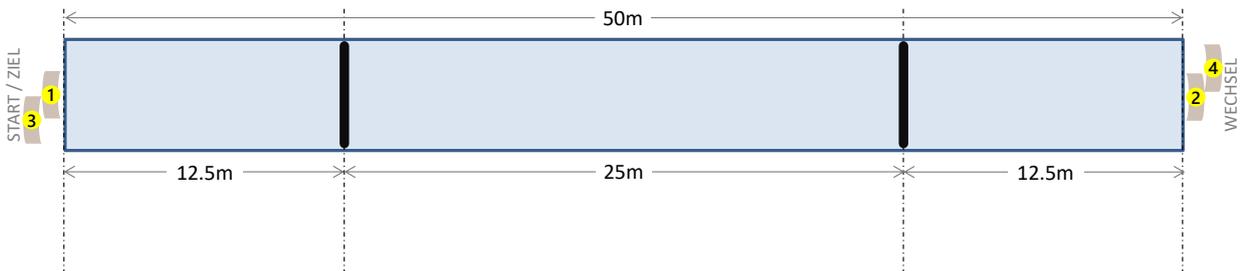
## 6.5.3 Disqualifikation

- Ein Schwimmer (ausser Schwimmer 3 als Rettling) schwimmt mehr als eine der vier Teilstrecken
- Rettling verliert nach der 10 m Markierung Kontakt zum Auftriebskörper
- Rettling unterstützt mit Armbewegung
- Schwimmer zieht sich an der Leine vorwärts
- Gründe gemäss Art. 4.4

## 6.6 Hindernisschwimmen (4 x 50 m)

### 6.6.1 Ablauf

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



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

### 6.6.2 200 Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers
- Vorzeitiger Start des folgenden Schwimmers
- Nicht Auftauchen vor und nach den Hindernissen
- Verlassen der Bahn vor dem Schlusspfeiff

### 6.6.3 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



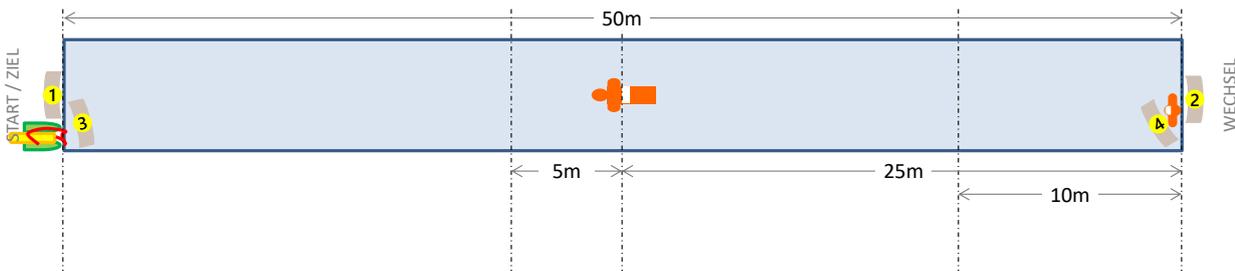
SLRG SSS

# Ihre Rettungsschwimmer

## 6.7 Rettungsstaffel (4 x 50 m)

### 6.7.1 Aufbau

Auf der 50 m Bahn liegt eine voll mit Wasser gefüllte Puppe auf dem Rücken mit dem Kopf in Schwimmrichtung. Die obere Kante 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.

### 6.7.2 Ablauf

- Schwimmer 1: 50 m Freistil
- Schwimmer 2: 25 m Freistil und Puppenaufnahme danach 25 m Schleppen der Puppe
- Schwimmer 3: Anlegen von Flossen und Gurtretter danach 50 m Flossenschwimmen mit Gurtretter
- Schwimmer 4: Übernahme Gurtretter, anbinden der Puppe und 50 m Ziehen der Puppe mit Flossen und Gurtretter

Vor dem Start legt der dritte Schwimmer innerhalb seiner Bahn Flossen und Gurtretter neben dem Startblock bereit.

Nach dem Startsignal schwimmt der erste Schwimmer 50m Freistil.

Der zweite Schwimmer schwimmt 25m Freistil, nimmt die Puppe auf und taucht mit ihr innerhalb des 5m Aufnahmebereiches auf (gemäss 6.1). Der oberste Teil des Puppenkopfs dient als Orientierung. Anschliessend schleppt er die Puppe gemäss 6.2 bis zum Anschlag.

Der dritte Schwimmer wartet im Wasser, mit einer Hand hält er sich am Beckenrand/Startblock fest. Nach dem Anschlag des 2. Schwimmers 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 Schwimmer verkürzt oder in voller Länge ausgelegt sein.

Der vierte Schwimmer 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 ihrem Gesicht zur Beckenwand in ihrer natürlichen Schwimmage festgehalten.

Nach dem Anschlag des dritten Schwimmers übernimmt der vierte Schwimmer den Gurtretter, zieht ihn über eine Schulter an, legt den Auftriebskörper des Gurtretters unterhalb beider Armstümpfe um die Puppe und klinkt den Gurtretter innerhalb des 10m Aufnahmebereiches ein (der Kopf der Puppe dient als Orientierung). Anschliessend zieht er die Puppe im Gurtretter gemäss 6.3 zum Ziel. Dabei muss die Leine des Gurtretters, spätestens wenn der oberste Teil des Puppenkopfs die 10m 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.



# Ihre Rettungsschwimmer

Bei der Übergabe vom dritten zum vierten Schwimmer darf der vierte Schwimmer den Gurtretter mit einer Hand berühren, bevor der dritte Schwimmer angeschlagen hat, solange der vierte Schwimmer die Wand mit der anderen Hand berührt.

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

## 6.7.3 200 Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers
- Vorzeitiger Start des folgenden Schwimmers
- Loslassen der Puppe beim Abschleppen
- Berühren von Gurt und/oder Flossen durch den dritten Schwimmer vor dem Wechsel
- Schwimmer legt den Auftriebskörper nicht innerhalb des 10m Aufnahmebereiches um die Puppe
- Leine des Gurtretters des vierte Schwimmers verkürzt
- Verlassen der Bahn vor dem Schlusspfeiff

## 6.7.4 Disqualifikation

- Ein Schwimmer schwimmt mehr als eine der vier Teilstrecken
- Puppe verliert nach der 10 m Markierung Kontakt zum Auftriebskörper
- Gründe gemäss Art. 4.4

## 6.7.5 Hinweis Kategorie Kids

- Anstelle einer Puppe wird auf der 25 m Markierung ein Tauchring (5 kg) auf dem Grund des Beckens platziert.
- Schwimmer 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 Schwimmer 2 beendet seine Bahn mit 25 m Freistil.
- Schwimmer 3 hat Flossen und Gurtretter bereits vor der Ablösung angezogen.



# Ihre Rettungsschwimmer

## 6.8 Flossenstaffel (4 x 50 m)

### 6.8.1 Ablauf

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

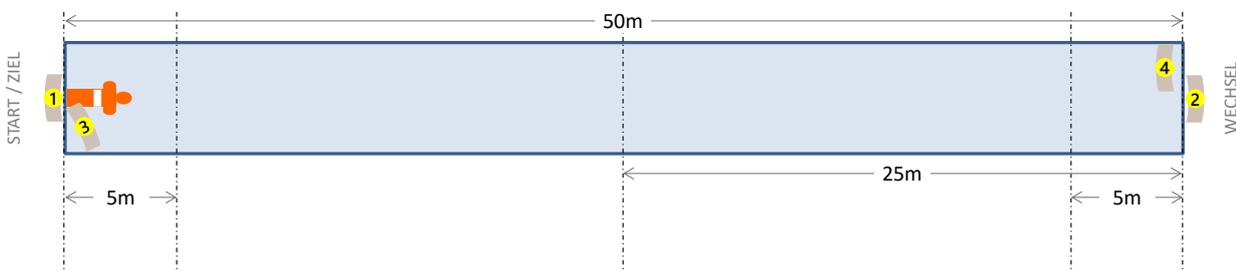
Nach dem Startsignal absolviert der erste Schwimmer 50 m Freistil mit Flossen.

Der zweite Schwimmer taucht mindestens 25 m mit Flossen, legt die restliche Strecke in Freistil zurück und holt die am Bassinboden auf dem Rücken liegende Rettungspuppe (Fussteil an der Beckenstirnwand) an die Wasseroberfläche.

Der dritte Schwimmer wartet im Wasser und hält sich mit mindestens einer Hand am Beckenrand bzw. Startblock fest. Er ergreift die Puppe mit der freien Hand. Erst wenn dieser Kontakt besteht und der Puppenkopf die Wasseroberfläche durchstossen hat, darf er die andere Hand vom Beckenrand lösen und die Puppe 50 m schleppen.

Der vierte 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.

Der dritte und vierte Schwimmer schleppen die Puppe gemäss 6.12.



### 6.8.2 Wechsel

Innerhalb des 5 m-Wechselbereiches (der oberste Teil des Puppenkopfs dient als Orientierung) gelten die Kriterien für das Schleppen einer Puppe (siehe Pt. 6.12) nicht.

Beim Wechsel muss immer ein Schwimmer 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 oberste Teil des Puppenkopfs die 5 m Markierung nicht durchbrochen hat. Nach dem Wechsel ist die Puppe jeweils spätestens ab der 5 m-Markierung in der korrekten Position zu halten bis zum Anschlagen.

### 6.8.3 200 Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers
- Vorzeitiger Start des folgenden Schwimmers
- Handkontakt zur Puppe verlieren / lösen
- unkorrektes Abschleppen ausserhalb der Wechselzone
- Verlassen der Bahn vor dem Schlusspiff



# Ihre Rettungsschwimmer

## 6.8.4 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



# Ihre Rettungsschwimmer

## 6.9 Rettungsleinenstaffel (4 x 100 m)

### 6.9.1 Ablauf

Die Schwimmer stehen am Start mit Rettungsleine und Gurt bereit. Ein Schwimmer befindet sich als Rettling auf der gegenüberliegenden Seite.

Auf das Startkommando schwimmt der erste Schwimmer mit der Leine 50 m im freien Stil. Nach dem Anschlagen fasst er den dort bereitstehenden Rettling unter den Schultern. Anschliessend ziehen zwei Schwimmer der Mannschaft ohne Hilfsmittel mit der Leine Retter und Rettling zur Beckenwand auf der Startseite zurück.

Ein Mannschaftsmitglied ergreift den Gurt, während es Kontakt zur Beckenwand oder Startblock hat. Danach schwimmt der nächste Retter mit der Leine gleich wie der vorhergehende, wobei sich ein weiterer Schwimmer als Rettling auf die Gegenseite begibt.

Beim Start und bei den Ablösungen dürfen die Mannschaftsmitglieder nach dem Ergreifen des Gurts, respektive dem Startsignal behilflich sein.

Im Verlauf der Staffel muss jeder Schwimmer einmal als Retter und einmal als Rettling 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.

### 6.9.2 Start

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

### 6.9.3 200 Strafpunkte

- Fehlstart des Startschwimmers
- Vorzeitiger Start des folgenden Schwimmers (Ergreifen des Gurts ohne Kontakt zur Wand oder Startblock)
- Nicht anschlagen des Schwimmers bei der Wende
- Berühren von Gurt und/oder Leine unmittelbar vor dem Start
- Verlassen der Bahn vor dem Schlusspfeiff

### 6.9.4 Disqualifikation

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

### 6.9.5 Hinweis Kategorie Kids

In der Kategorie Kids wird ohne Rettling auf 25 m Distanz geschwommen.



# Ihre Rettungsschwimmer

## 6.10 Rettungsballzielwurf (4 x 2 Bälle)

### 6.10.1 Ablauf

Es wird ab einem Podium in ein für Kids-Teams 10m, Junioren- und Damen-Teams 13m und andere Teams 18m 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.

### 6.10.2 Start

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

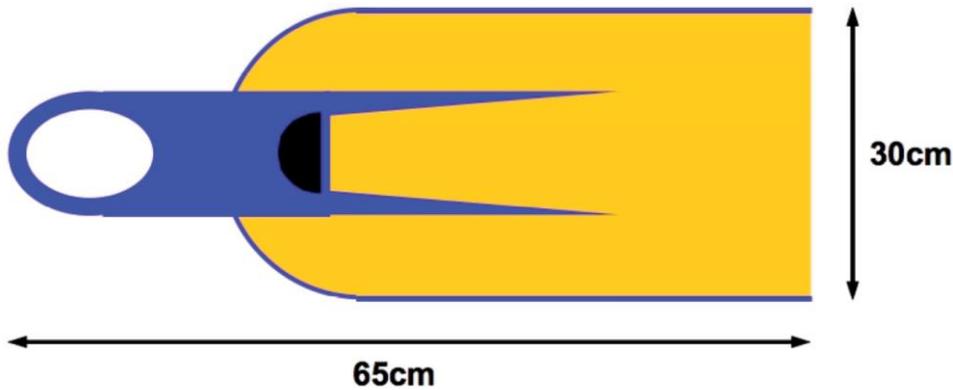
## 7 Beschreibung des Materials

### 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 in der Kategorie Kids nicht verwendet werden.



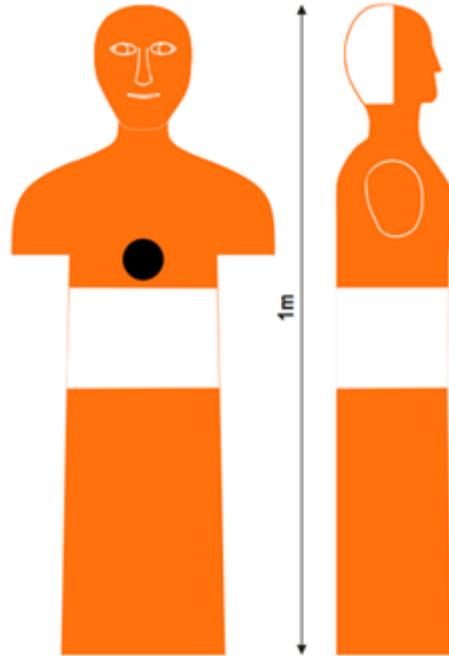
### 7.2 Wettkampfmateriale SLRG

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

# Ihre Rettungsschwimmer

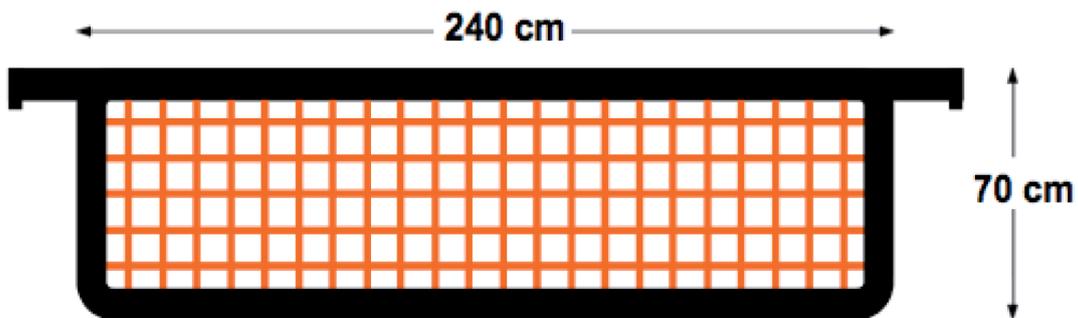
## 7.2.1 Rettungspuppe

Offizielle Internationale Rettungspuppe ILS



## 7.2.2 Hindernis

Die Hindernisse sind ca. 240 cm breit und ragen ca. 70 cm tief ins Wasser. Sie dürfen keine gefährlichen Teile enthalten und müssen gut sichtbar sein.





# Ihre Rettungsschwimmer

## 7.2.3 Gurtretter

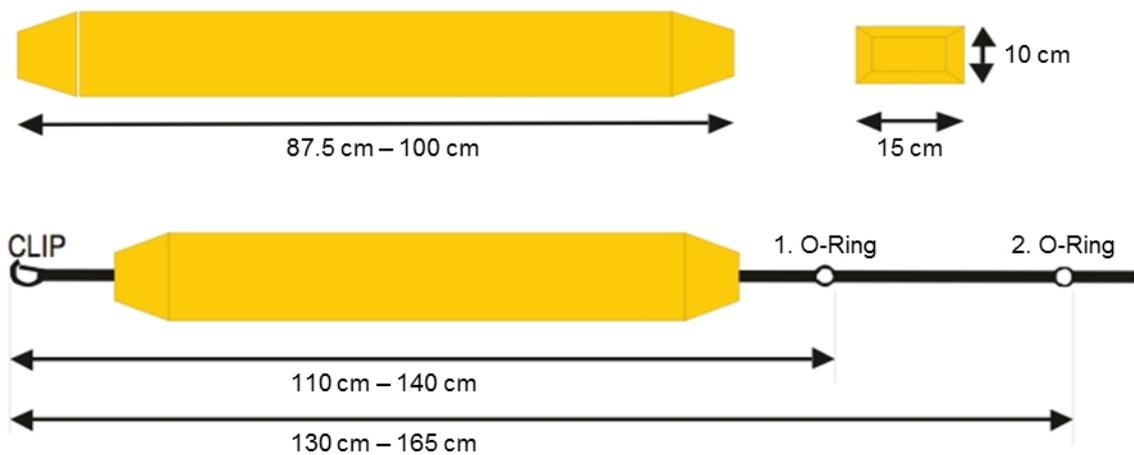
Offizieller Gurtretter der SLRG

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 Anhänge

### 8.1 Tabelle der Alterskategorien (Geburtsdaten) für die kommenden Austragungsjahre

<b>Kids</b>		<b>10</b>	<b>bis</b>	<b>14</b>
2024	01.01.2010	-		31.12.2014
2025	01.01.2011	-		31.12.2015
2026	01.01.2012	-		31.12.2016
2027	01.01.2013	-		31.12.2017
2028	01.01.2014	-		31.12.2018

<b>Youth</b>		<b>14</b>	<b>bis</b>	<b>18</b>
2024	01.01.2006	-		31.12.2010
2025	01.01.2007	-		31.12.2011
2026	01.01.2008	-		31.12.2012
2027	01.01.2009	-		31.12.2013
2028	01.01.2010	-		31.12.2014

<b>Open</b>		<b>16</b>	<b>bis</b>	<b>...</b>
2024	früher	-		31.12.2008
2025	früher	-		31.12.2009
2026	früher	-		31.12.2010
2027	früher	-		31.12.2011
2028	früher	-		31.12.2012

<b>Masters</b>		<b>30</b>	<b>bis</b>	<b>...</b>
2024	früher	-		31.12.1994
2025	früher	-		31.12.1995
2026	früher	-		31.12.1996
2027	früher	-		31.12.1997
2028	früher	-		31.12.1998



# Ihre Rettungsschwimmer

## 8.2 Protest- und Einspracheformular

Mit diesem Formular kann Protest oder Einsprache eingelegt werden. Proteste sind möglich gegen Benachteiligung oder Regelverstöße vor und während der Wettkämpfe, wie z.B. defektes, vom Organisator bereitgestelltes Material. Einsprache ist möglich gegen Schiedsrichterentscheide gegen die eigene Mannschaft. Für eine erfolgreiche Einreichung muss das Formular komplett (inkl. Rückseite) ausgedruckt auf A4-Papier sein und korrekt handschriftlich ausgefüllt werden.

**Team**

Name, Kategorie und Nummer

**Event**

Name, Ort

**Wettkampf**

Disziplin und Lauf

**Datum, Uhrzeit**

des Vorfalls

**Betroffener Schwimmer**

Position in Lauf

**Wir erheben formell**

(bitte ankreuzen)

Protest

Einsprache

**Gegenstand**

genaue Beschreibung der Umstände,  
Belege angeben

**Team-Manager**

Name und Vorname in Druckschrift

**Kontakt**

Mobile-Nummer

**Unterschrift**

Team-Manager



# Ihre Rettungsschwimmer

Ab hier: Ausfüllen durch Funktionär

Eingang  
Datum, Uhrzeit

Datum, Uhrzeit Vorfall  
i.d.R. Lauf-Ende

Bestätigung Eingang  
Unterschrift Funktionär

Ab hier: Ausfüllen durch Schiedsrichter

Entscheid  
(bitte ankreuzen)

Stattgegeben

Abgewiesen

Begründung  
evtl. Verweis aufs Reglement

Schiedsgericht  
Kürzel Mitglieder

Datum, Uhrzeit Entscheid

Unterschrift  
Vorsitzender Schiedsgericht

Ab hier: Ausfüllen bei Resultat-Bekanntgabe

Datum, Uhrzeit  
Bekanntgabe

Bestätigung Bekanntgabe  
Unterschrift Team-Manager

Bestätigung Bekanntgabe  
Unterschrift Funktionär



## 9 Reglementsanpassungen

### 9.1 Reglementskommission

Die Reglementskommission nimmt Änderungsanträge für das vorliegende Reglement entgegen, berät diese und/oder bringt eigene Vorschläge ein. Die von der Arbeitsgruppe erarbeiteten Reglemente werden durch den Fachverantwortlichen Wettkämpfe der Geschäftsstelle genehmigt.

Die Reglementskommission besteht aus

- Chef Wettkampf SLRG (Leiter der Kommission)
- ILS-B-Schiedsrichtern
- 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.

### 9.2 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.

### 9.3 Fristen und Termine

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

### 9.4 Versionenkontrolle

Version	Datum	Autor	Bemerkung (z.B. Entwurf, geändert, geprüft, genehmigt)
V1_2024	05.03.2024	Reglementskommission, Kommission Staffel-SM	Komplett-Überarbeitung, insbesondere Anpassung gem. ILS Dez. 2023 und einheitlich 200 Strafpunkte
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