

**Nordrhein-Westfälischer Jugendmehrkampf der Jahrgänge 1997 und 1998  
weiblich, 1996 und 1997 männlich  
am 09. – 10. Mai in Dortmund  
in Verbindung mit den NRW Jahrgangsmeisterschaften 2009**

Veranstalter: Schwimmverband Nordrhein-Westfalen e.V.  
 Ausrichter: SG Dortmund  
 Austragungsort: Südbad Dortmund, Ruhrallee 30, 44139 Dortmund  
 Startbahnen: 8, durch Wellenkillerleinen getrennt  
 Bahnlänge: 50m  
 Wassertiefe: 1,40m – 4,50m  
 Wassertemperatur: ca. 26° C  
 Zeitmessung: Automatische Zeitnahme, System Colorado

**Wettkampffolge:**

**Veranstaltungsabschnitt I: Samstag, 09.05.2009**

Einlass: 08.15 Uhr Kampfrichtersitzung: 09.00 Uhr  
 Ende des Einschwimmens: 09.20 Uhr Beginn: 09.30 Uhr

1	200 m	Lagen	Frauen	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf
2	200 m	Lagen	Männer	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf

**Veranstaltungsabschnitt II: Samstag, 09.05.2009**

Zwischen den beiden Veranstaltungsabschnitten finden ca. 60 Minuten Pause statt. Die genaue Anfangszeit des 2. Abschnittes wird mit dem Meldeergebnis bekannt gegeben.

7	100 m	Schmetterling	Frauen	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf
8	100 m	Schmetterling	Männer	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf
11	100 m	Rücken	Frauen	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf
12	100 m	Rücken	Männer	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf

**Jugendmehrkampf Pflichtteil Samstag, 09.05.2009**

Nach Ende des II Veranstaltungsabschnitts der Jahrgangsmeisterschaften

Pflichtübung:	50m Kraulbeinbewegung	Frauen
Pflichtübung:	50m Kraulbeinbewegung	Männer
Pflichtübung:	15m Delphinbewegung	Frauen
Pflichtübung:	15m Delphinbewegung	Männer
Pflichtübung:	7,5m Gleittest	Frauen
Pflichtübung:	7,5m Gleittest	Männer
Pflichtübung:	Sprungtest	Frauen
Pflichtübung:	Sprungtest	Männer

**Veranstaltungsabschnitt III: Sonntag, 10.05.2009**

Einlass: 08.45 Uhr Kampfrichtersitzung: 09.30 Uhr  
 Ende des Einschwimmens: 09.50 Uhr Beginn: 10.00 Uhr

15	400 m	Freistil	Frauen	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf
16	400 m	Freistil	Männer	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf

**Veranstaltungsabschnitt IV: Sonntag, 10.05.2009**

Zwischen den beiden Veranstaltungsabschnitten finden ca. 60 Minuten Pause statt. Die genaue Anfangszeit des 4. Abschnittes wird mit dem Meldeergebnis bekannt gegeben.

21	100 m	Freistil	Frauen	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf
22	100 m	Freistil	Männer	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf
25	100 m	Brust	Frauen	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf
26	100 m	Brust	Männer	Entscheidung einschl. Jugendmehrkampf

**Der Schwimmteil des Jugendmehrkampfes ist in der Jahrgangsmeisterschaft enthalten. Der Jahrgang 1998 weiblich kann nur am Jugendmehrkampf und nicht an der Jahrgangsmeisterschaft teilnehmen. Die Pflichtzeiten der Schwimmstrecken, für den Jahrgang 1998 weiblich sind gleich den Pflichtzeiten des Jahrgangs 1997 weiblich. Die Pflichtzeiten sind der Ausschreibung Jahrgangsmeisterschaften 2009 zu entnehmen.**

Für die Wertung des JMK muss jeweils eine 100m Strecke Freistil oder Brust bzw. Rücken oder Schmetterling ausgesucht und gemeldet werden. Der Jahrgang 1997 weiblich und die Jahrgänge 1996/97 männlich können **zusätzlich** an der Jahrgangsmeisterschaft teilnehmen. Hierbei können alle 100m Strecken geschwommen werden; diese Teilnahmen an der Jahrgangsmeisterschaft sind **unabhängig** von der o.g. Meldung des JMK in einer **gesonderten** Meldung abzugeben!

**Jugend – Mehrkampf der Jahrgänge 1997 und 1998 weiblich und 1996 und 1997 männlich, (im Rahmen der Nordrhein-Westfälischen Jahrgangsmeisterschaften 2009)**

**Beschreibung des Jugend – Mehrkampfes (JMK) vom 09. – 10. Mai 2009 –**

**Der Teilnehmer mit der höchsten Punktzahl erhält den Titel „Nordrhein-Westfälischer Meister im Jugendmehrkampf“**

Das Programm des JMK wurde durch Beschluss des Fachausschusses Schwimmen im DSV erstmals im Jahre 2001 in das Programm der Deutschen Jahrgangsmeisterschaften eingefügt. Der JMK stellt eine Erweiterung des früheren Jungendvierkampfes dar und wendet sich wie dieser an 12-10 – jährige Schwimmerinnen und 13-10 – jährige Schwimmer.

**Der JMK besteht aus:**

Pflichtübung 1: 50m Kraulbeinbewegung

Pflichtübung 2: 15m Delphinbewegung

Pflichtübung 3: 7,5m Gleittest

Pflichtübung 4: Sprungtest

400m Freistilschwimmen

200m Lagenschwimmen

100m Brust- oder Freistilschwimmen

100m Rücken- oder Schmetterlingsschwimmen

Die Pflichtübungen 1 – 4 werden am ersten Wettkampftag (09. Mai 2009) nach Ende des II Abschnitts der Jahrgangsmeisterschaften durchgeführt. Die Schwimmwettkämpfe verteilen sich auf die Abschnitte der Jahrgangsmeisterschaften. Die Bewertung der Übungen 1 – 4 erfolgt durch ein Kampfgericht bzw. einer vom Fachwart Schwimmen autorisierten Fachkraft. Die zum JMK gemeldeten Schwimmer müssen an allen Mehrkampfdisziplinen teilnehmen.

## **Allgemeine Bestimmungen**

1. Es gelten die Wettkampfbestimmungen (WB), die Rechtsordnung (RO) und die Anti-Doping-Ordnung (ADO) des Deutschen Schwimm-Verbandes. Für Behinderte mit entsprechendem Klassifizierungsnachweis können zusätzlich die Wettkampfbestimmungen des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) angewandt werden.

### **2. Teilnahmeberechtigung**

Teilnahmeberechtigt sind Mitglieder von Vereinen und Startgemeinschaften, die Mitglied im Schwimmverband Nordrheinwestfalen sind, die beim Deutschen Schwimm-Verband registriert sind und die jährliche Lizenzgebühr bezahlt haben. Dies ist mit der Meldung gemäß WB § 11, Abs. 2, zu versichern

3. Die **Meldungen** haben den Anforderungen des § 119 WB zu entsprechen. Unvollständige Meldungen werden zurückgewiesen. Meldungen können ausschließlich per Postversand oder per Email an die zentrale Meldeanschrift des SV NRW gerichtet werden.

Schriftliche Meldungen per Postversand an:

**Uwe Mendritzki, Georg-Büchner-Str. 9, 45699 Herten**

Meldungen per Email an: [ms@swimpool.de](mailto:ms@swimpool.de)

Bei der Abgabe der Meldungen sind folgende Bedingungen einzuhalten:

- **Schriftliche Meldungen** sind ausschließlich per Postversand abzugeben und müssen Meldebogen (DSV-Form 101) und Meldeliste (DSV-Form 102) bzw. Meldedatei (gemäß DSV-Standard) mittels Diskette und einem zusätzlichen Ausdruck der Meldedatei (Meldeliste) enthalten.

- **Meldungen per Email** sind mit der Meldedatei (gemäß DSV-Standard) sowie Meldebogen (DSV-Form 101) und Meldeliste (DSV-Form 102) als PDF-, TXT-, RTF- oder DOC-Datei zu versenden. Beim Versenden der Meldeunterlagen muss aus der Betreffzeile der Nachricht der Name der Meisterschaft und der Vereinsname eindeutig hervorgehen. Ohne diese eindeutige Betreffzeile werden eingehende Nachrichten abgewiesen.  
Bei Meldungen per Email erhält der teilnehmende Verein eine Bestätigung über den Eingang der Meldung automatisch direkt an die Absenderadresse zurück. Eine Bestätigung per Email mit Anzahl der abgegebenen Meldungen erfolgt nach der Bearbeitung der Meldung. Erhält der Verein diese Bestätigung nicht spätestens am Tage nach Meldeschluss, **gilt die Meldung als nicht abgegeben**.
- Vereine, die über die Ergebnisse der NRW-Meisterschaften ein Papierprotokoll erhalten wollen, müssen dies auf dem Meldebogen vermerken. Andernfalls werden die Protokolle ausschließlich auf der Homepage des SV NRW als PDF-Datei oder Datei im DSV-Format bereitgestellt.

**Meldeschluss: 27. April 2009 18.00 Uhr**

Das Meldeergebnis wird zeitnah nach der Erstellung ins Internet eingestellt und kann unter [www.swimpool.de](http://www.swimpool.de) eingesehen und heruntergeladen werden.

Das **Meldegeld** beträgt 25,00 € pauschal für den Jugendmehrkampf.

**Die Abgabe des Meldegeldes ist ausschließlich durch Überweisung auf das Konto des FA-Schwimmen im SV NRW vorzunehmen. Die Überweisung ist mit Bezugnahme auf „Meldung NRW-Jahrgangs-Meisterschaft“, Vereins-ID und Vereinsnamen an SV NRW/Peter Blau Stadtparkasse Wuppertal, BLZ 330 500 00, Konto 335 349, zu richten.**

Das Meldegeld muss spätestens drei Tage vor der Veranstaltung auf diesem Konto eingegangen sein. Danach gilt für die Nichtzahlung des Meldegeldes der Entfall der Teilnahmeberechtigung zu dieser Veranstaltung.

Die Bahnverteilung erfolgt nach der bei der Meldung anzugebenden aktuellen Bestzeit nach § 123 WB, möglichst innerhalb der Jahrgänge. Es gilt für die gesamte Veranstaltung die „**Ein-Start-Regel**“

### Wertung

Das Gesamtergebnis des Jugendmehrkampfes wird durch die Summe der Punkte ausgedrückt, die in den Pflichtübungen 1-4 und in den vier Schwimmwettkämpfen erreicht werden. Als Auszeichnung erhalten die Nordrhein-Westfälischen Meister im Jugendmehrkampf für die Gesamtpunktzahl Medaillen für Platz 1 – 3 und Urkunden für Platz 1 bis 8. Medaillen und Urkunden werden nicht per Post nachgesandt. Bei der **Nichterfüllung der Meldung** (Nichtantreten, Aufgabe oder Disqualifikation) bzw. **Nichterreichen der Pflichtzeit (Schwimmteil)**, wird ein erhöhtes nachträgliches Meldegeld (ENM) in Höhe von 30,00 EUR erhoben.

### Technische Ausstattung

Die Bereitstellung der technischen Ausstattung regelt der Fachwart Schwimmen in einer gesonderten Vereinbarung mit dem Ausrichter.

Ansprechpartner sind

seitens des Veranstalters:

Sb.Wettk.-Wesen: Petra Hein, An der schwarzen Saline 6, 59425 Unna

Tel: 02303-660390, Email: [P.Hein@swimpool.de](mailto:P.Hein@swimpool.de)

seitens des Ausrichter: Ute Cimdins, Schwimmweg 2, 44139 Dortmund

Tel: 0231-22204783, Email: [cimdins@sg-dortmund.de](mailto:cimdins@sg-dortmund.de)

### Schwimmverband Nordrhein-Westfalen

Peter Blau

Fachwart Schwimmen

Petra Hein

Sachbearbeiter Wettk-Wesen

### SG Dortmund

Ute Cimdins

Geschäftsführerin

### **Durchführung des JMK:**

Die teilnehmenden Schwimmer müssen Meldungen zu folgenden Wettkämpfen abgeben: 200 m Lagenschwimmen - 400 m Freistilschwimmen - 100 m Freistil- und Brustschwimmen oder 100 m Rücken- oder Schmetterlingsschwimmen. Die Schwimmwettkämpfe werden direkt als Entscheidungen ausgetragen. Es gilt die Ausschreibung der Nordrhein-Westfälischen Jahrgangsmeysterschaften 2009. Die erzielten Zeiten werden nach der gültigen DSV/SVSW - Tabelle in Punkten ausgedrückt. Ein Kampfrichter ist dafür zuständig, dass an den betreffenden Stationen der Pflichtübungen 1 – 4 eine vorbereitete Mappe mit den Wettkampflisten dem verantwortlichen Kampfrichter übergeben wird und der zugleich die wettkampfgerechte Teilnahme der Schwimmer beaufsichtigt.

Für alle Teilnehmer am JMK findet eine Körperbaumessung statt. Diese wird gesondert durchgeführt. Eine genaue Einteilung erfolgt am 1. Tag.

### **Beschreibung der Übungen:**

Die Wertung der Pflichtübungen 1-4 erfolgt an Hand der gültigen DSV/SVSW-Punktetabelle.

#### **1. Übung: 50 m Kraulbeinbewegung**

Ziel der Übung ist es, 50 m so schnell wie möglich mit Kraulbeinbewegungen in der Brustlage zurückzulegen. Der Wettkampf wird aus dem Wasser gestartet. Mit einer Hand hält sich der Schwimmer am Beckenrand fest, mit der anderen Hand wird ein Schwimmbrett gehalten. Die Füße befinden sich an der Startwand unter der Wasseroberfläche. Nach dem Kommando „AUF DIE PLÄTZE“ erfolgt das Startsignal. Mit dem Startsignal stoßen sich die Schwimmer von der Beckenwand ab, wobei sie die Hand, die sich am Beckenrand befand, sofort nach vorn auf das Schwimmbrett nehmen. Das Schwimmbrett ist während der gesamten Wettkampfstrecke einschließlich Zielanschlag mit beiden Händen festzuhalten. Der Wettkampf ist beendet, wenn das mit beiden Händen gehaltene Schwimmbrett die Zielwand berührt. Es werden nur die vom Ausrichter bereitgestellten Schwimmbretter verwendet. Der Wechselbeinschlag wird in der Brustlage ausgeführt. Delphinkicks und Brustgrätschen (Schwunggrätschen) sind auf der gesamten Strecke nicht gestattet. Die Zeitmessung erfolgt wie bei den übrigen Schwimmwettkämpfen mittels elektronischer Zeitmessung vom Startsignal bis zum Berühren der Zielwand mit dem Schwimmbrett.

#### **2. Übung: 15-m – Delphinbeinbewegung**

Hauptanliegen ist die Kennzeichnung des individuellen Leistungsstandes in der Delphinbewegung. Dazu ist eine 15-m-Strecke in schnellstmöglicher Zeit in Delphin-Beinarbeit zu durchschwimmen. Die 15-m-Zeit wird als Differenz zwischen Start - beginnend mit dem Zeitpunkt des Lösens der Füße von der Beckenwand - und dem Kopfdurchgang bei 15 m ermittelt. Die Schwimmer führen aus der Schwimmlage einen Versuch in der Bauch- oder Rückenlage mit Abstoß von der Beckenwand durch. Der Fachwart Schwimmen oder eine von ihm autorisierte Person entscheidet einen Tag vor Wettkampfbeginn, in welcher Körperlage zu schwimmen ist (für alle Gruppen gleich!). Zeitnahme mittels Handzeit (Stopuhr)

#### **3. Übung: Gleittest über 7,5 m nach Zeit**

Ermittelt wird die Zeit zwischen Abstoß von der Beckenwand und Erreichen der 7,5 m-Marke. Beeinflusst wird die Zeit von einem kraftvollen Abstoß und vom strömungsgünstigen Gleiten. Der Test beginnt mit einem Abstoß von der Beckenwand in Bauchlage nach Startsignal mit anschließendem Gleiten in Strecklage. Der Kopf wird bis zur 7,5-m - Linie zwischen den Armen gehalten. Nach Verlassen der Beckenwand sind keine dem Vortrieb dienenden Bewegungen zugelassen. Die Ermittlung der 7,5-m-Zeit erfolgt durch Handzeitnahme (Stoppuhr). Eine Wiederholung des Tests ist nur in Ausnahmefällen mit Zustimmung des Fachwartes Schwimmen oder eine von ihm autorisierte Person möglich.

#### **4. Übung: Sprungtest (Dreierhop beidbeinig)**

Im Sprungtest soll die Voraussetzung der Schwimmer zur schnellkräftigen Ausführung der Absprung- und Abstoßbewegung bei Start und Wende erfasst werden. Der Schwimmer führt eine individuelle Aufwärmung durch (5-10 min. Laufen, Beingymnastik, Sprung -ABC). Der Test wird als Dreierhop beidbeinig ausgeführt. Der Schwimmer steht mit beiden Beinen vor der Absprunglinie. Er springt mit beiden Beinen gleichzeitig und nutzt die Arme als Schwungelemente. Die Bewegung muss flüssig sein, d.h. zwischen den Sprüngen dürfen keine Pausen entstehen. Die Füße sollen parallel gesetzt werden. Es wird die Sprungweite in Zentimetern an der Ferse des hinteren Beines im rechten Winkel zur Absprunglinie gemessen. Der Schwimmer hat einschließlich Probesprung drei Versuche, von denen der beste in die Wertung kommt.

**[Hinweis zum Üben: Es ist darauf zu achten, dass die Arme rechtzeitig vor der Landung abgebremst und zurückgeführt werden, um den neuen Absprung vorzubereiten.]**