

AUSSCHREIBUNG

für den Nordwestfälischen Jugendmehrkampf der Jahrgänge 1998 bis 2000 weiblich und 1997 bis 2000 männlich, im Rahmen der Nordwestfälischen Bezirksmeisterschaften „Lange Strecke“ am 06./07.03.2010 in 45964 Gladbeck

Veranstalter: Schwimmbezirk Nordwestfalen
Ausrichter: SG Gladbeck
Austragungsort: Freibad (Traglufthalle), der Stadt 45964 Gladbeck, Schützenstr. (Tel.: 02043/26044)
Startbahnen: acht, durch Kieferleinen getrennt
Bahnlänge: 50m
Wassertiefe: 1,80m durchgehend
Wassertemp.: 25°C
Zeitmessung: Handzeitnahme

WETTKAMPFOLGE:

Veranstaltungsabschnitt I: Samstag, 06.03.2010
Einlass: 8:00 Uhr; Kampfrichtersitzung: 8:15 Uhr;
Begrüßung & Gruppeneinteilung: 8:50 Uhr; Beginn: 9:00 Uhr.

Wettk.-Nr.: **Pflichtübungen:** Landteil (a) Sprungtest
(b) Körperbaumessung
Wasserteil (c) 50m Kraulbeinbewegung (WK.-Nr. 1+2)
(d) 15m Delphinbewegung
(e) 7,5m Gleittest

Veranstaltungsabschnitt II: Samstag, 06.03.2010
Einlass: 12:00 Uhr; Kampfrichtersitzung: 12:15 Uhr;
Ende des Einschwimmens: 12:55 Uhr; Beginn: 13:00 Uhr.

Wettk.-Nr.:	3	100m	Schmetterling	Frauen
	4	100m	Schmetterling	Männer
	5	100m	Rücken	Frauen
	6	100m	Rücken	Männer
	7	100m	Brust	Frauen
	8	100m	Brust	Männer
	9	100m	Freistil	Frauen
	10	100m	Freistil	Männer

Veranstaltungsabschnitt III: Sonntag, 07.03.2010
Einlass: 8:00 Uhr; Kampfrichtersitzung: 8:15 Uhr;
Ende des Einschwimmens: 8:55 Uhr; Beginn: 9:00 Uhr.

Wettk.-Nr.:	11	200m	Lagen	Frauen
	12	200m	Lagen	Männer

-PAUSE-

	13	400m	Freistil	Frauen
	14	400m	Freistil	Männer

Besondere Bestimmungen:

(zusätzlich zu den „Allgemeinen Bedingungen“ gültig)

Es sind die Jahrgänge 1998 bis 2000 weiblich und die Jahrgänge 1997 bis 2000 männlich startberechtigt. Die Schwimmer können **entweder** am Jugendmehrkampf **oder** an der Nordwestfälischen Meisterschaft „Lange Strecke“ teilnehmen.

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

Der JMK besteht aus:

Pflichtübung (a): Sprungtest
Pflichtübung (b): Körperbaumessung
Pflichtübung (c): 50m Kraulbeinbewegung
Pflichtübung (d): 15m Delphinbewegung
Pflichtübung (e): 7,5m Gleittest
100m Schmetterlingschwimmen
100m Rückenschwimmen
100m Brustschwimmen
100m Freistilschwimmen
400m Freistilsschwimmen
200m Lagenschwimmen

Die Pflichtübungen (a) - (e) und die 100m-Strecken werden am ersten Wettkampftag (06. März 2010) durchgeführt. Die 400m Freistil und 200m Lagen werden am zweiten Wettkampftag (07. März 2010) als Einlage während der Bezirksmeisterschaft „Lange Strecke“ absolviert.

Die Bewertung der Übungen (a) - (e) erfolgt durch ein Kampfgericht bzw. einer vom Fachwart Schwimmen autorisierten Fachkraft. Die zum JMK gemeldeten Schwimmer müssen an allen elf Mehrkampfdisziplinen teilnehmen.

Durchführung des JMK:

Die teilnehmenden Schwimmer müssen Meldungen zu folgenden Wettkämpfen angeben: 50m Kraulbeinbewegung, 200m Lagen, 400m Freistil, 100m Schmetterling, 100m Rücken, 100m Brust und 100m Freistil. Von den vier 100m-Strecken gehen nur die beiden punktbesten Leistungen in die Wertung ein. Die Schwimmwettkämpfe werden direkt als Entscheidung ausgetragen. Die Bahnverteilung erfolgt nach § 121 der WB des DSV.

Gemäß §121 WB darf seit dem 1. Januar 2008 bei Freistilstrecken von 400m an aufwärts zeitversetzt gestartet werden. Hierbei ist die Bahnverteilung mit getrennt gesetzten Läufen vorzunehmen.

Der Jugendmehrkampf wird nach dieser Regelung durchgeführt; d.h. im Wettkampf 13 und 14 startet jeweils der letzte Lauf zusammen mit dem vorletzten usw.

Die erzielten Zeiten werden nach der z.Zt. gültigen LEN-Punktetabelle umgerechnet.

Die Schwimmer werden in Gruppen zu ca. 10-15 Schwimmern eingeteilt. Jeder Gruppe wird ein Betreuer zugeteilt, der dafür zuständig ist, dass an den betreffenden Stationen der Pflichtübungen (a) - (e) 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 wird eine Körperbaumessung durchgeführt. Diese wird während des ersten Wettkampftages durchgeführt.

Beschreibung der Übungen:

1. Übung: 50m 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 vorn festgehalten. 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 mittels Handzeitmessung 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 am Wettkampftag, in welcher Körperlage zu schwimmen ist (für alle Gruppen gleich!). Die Zeitmessung erfolgt mittels Handzeitmessung.

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 ohne Startsignal (Schwimmer startet selbständig) 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 Zeitmessung erfolgt mittels Handzeitmessung. Messpunkte sind das Verlassen der Füße von der Wand und der Kopfdurchgang an der 7,5 m Linie. Eine Wiederholung des Tests ist nur in Ausnahmefällen mit Zustimmung des Fachwartes Schwimmen oder einer von ihm autorisierten 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.]

Wertung:

Das Gesamtergebnis des Jugendmehrkampfes wird durch die Summe der Punkte ausgedrückt, die in den Pflichtübungen (a) - (e) und in den vier Schwimmwettkämpfen (400m Freistil, 200m Lagen und die beiden punktbesten 100m-Strecken) erreicht werden. Die Siegerehrung, bei der die Pokale überreicht werden, wird im Anschluss an den letzten Wettkampf, nach Vorliegen der Endergebnisse, durchgeführt.

Die in der nachfolgenden Tabelle aufgeführte Punktobergrenze (200) wird bei entsprechender Leistung in einer Disziplin des JMK nach oben fortgeführt.

- 1 = Punkte
- 2 = 15m Delphin-Bewegung [s]
- 3 = Dreier-Hop (bb) [m]
- 4 = Gleit-Test 7,5m [s]
- 5 = 50m Kraulbeinbewegung [s]

Punktetabelle Jungen					Punktetabelle Mädchen				
1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	13,47	5,01	9,97	69,80	1	13,97	4,51	9,97	74,80
2	13,44	5,02	9,93	69,60	2	13,94	4,52	9,93	74,60
3	13,41	5,03	9,90	69,40	3	13,91	4,53	9,90	74,40
4	13,38	5,04	9,87	69,20	4	13,88	4,54	9,87	74,20
5	13,35	5,05	9,83	69,00	5	13,85	4,55	9,83	74,00
6	13,32	5,06	9,80	68,80	6	13,82	4,56	9,80	73,80
7	13,29	5,07	9,77	68,60	7	13,79	4,57	9,77	73,60
8	13,26	5,08	9,73	68,40	8	13,76	4,58	9,73	73,40
9	13,23	5,09	9,70	68,20	9	13,73	4,59	9,70	73,20
10	13,20	5,10	9,67	68,00	10	13,70	4,60	9,67	73,00
11	13,17	5,11	9,63	67,80	11	13,67	4,61	9,63	72,80
12	13,14	5,12	9,60	67,60	12	13,64	4,62	9,60	72,60
13	13,11	5,13	9,57	67,40	13	13,61	4,63	9,57	72,40
14	13,08	5,14	9,53	67,20	14	13,58	4,64	9,53	72,20
15	13,05	5,15	9,50	67,00	15	13,55	4,65	9,50	72,00
16	13,02	5,16	9,47	66,80	16	13,52	4,66	9,47	71,80
17	12,99	5,17	9,43	66,60	17	13,49	4,67	9,43	71,60
18	12,96	5,18	9,40	66,40	18	13,46	4,68	9,40	71,40
19	12,93	5,19	9,37	66,20	19	13,43	4,69	9,37	71,20
20	12,90	5,20	9,33	66,00	20	13,40	4,70	9,33	71,00
21	12,87	5,21	9,30	65,80	21	13,37	4,71	9,30	70,80
22	12,84	5,22	9,27	65,60	22	13,34	4,72	9,27	70,60
23	12,81	5,23	9,23	65,40	23	13,31	4,73	9,23	70,40
24	12,78	5,24	9,20	65,20	24	13,28	4,74	9,20	70,20
25	12,75	5,25	9,17	65,00	25	13,25	4,75	9,17	70,00
26	12,72	5,26	9,13	64,80	26	13,22	4,76	9,13	69,80
27	12,69	5,27	9,10	64,60	27	13,19	4,77	9,10	69,60
28	12,66	5,28	9,07	64,40	28	13,16	4,78	9,07	69,40
29	12,63	5,29	9,03	64,20	29	13,13	4,79	9,03	69,20
30	12,60	5,30	9,00	64,00	30	13,10	4,80	9,00	69,00
31	12,57	5,31	8,97	63,80	31	13,07	4,81	8,97	68,80
32	12,54	5,32	8,93	63,60	32	13,04	4,82	8,93	68,60
33	12,51	5,33	8,90	63,40	33	13,01	4,83	8,90	68,40
34	12,48	5,34	8,87	63,20	34	12,98	4,84	8,87	68,20
35	12,45	5,35	8,83	63,00	35	12,95	4,85	8,83	68,00
36	12,42	5,36	8,80	62,80	36	12,92	4,86	8,80	67,80
37	12,39	5,37	8,77	62,60	37	12,89	4,87	8,77	67,60
38	12,36	5,38	8,73	62,40	38	12,86	4,88	8,73	67,40
39	12,33	5,39	8,70	62,20	39	12,83	4,89	8,70	67,20
40	12,30	5,40	8,67	62,00	40	12,80	4,90	8,67	67,00
41	12,27	5,41	8,63	61,80	41	12,77	4,91	8,63	66,80
42	12,24	5,42	8,60	61,60	42	12,74	4,92	8,60	66,60
43	12,21	5,43	8,57	61,40	43	12,71	4,93	8,57	66,40
44	12,18	5,44	8,53	61,20	44	12,68	4,94	8,53	66,20
45	12,15	5,45	8,50	61,00	45	12,65	4,95	8,50	66,00

Punktetabelle Jungen					Punktetabelle Mädchen				
1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
46	12,12	5,46	8,47	60,80	46	12,62	4,96	8,47	65,80
47	12,09	5,47	8,43	60,60	47	12,59	4,97	8,43	65,60
48	12,06	5,48	8,40	60,40	48	12,56	4,98	8,40	65,40
49	12,03	5,49	8,37	60,20	49	12,53	4,99	8,37	65,20
50	12,00	5,50	8,33	60,00	50	12,50	5,00	8,33	65,00
51	11,97	5,51	8,30	59,80	51	12,47	5,01	8,30	64,80
52	11,94	5,52	8,27	59,60	52	12,44	5,02	8,27	64,60
53	11,91	5,53	8,23	59,40	53	12,41	5,03	8,23	64,40
54	11,88	5,54	8,20	59,20	54	12,38	5,04	8,20	64,20
55	11,85	5,55	8,17	59,00	55	12,35	5,05	8,17	64,00
56	11,82	5,56	8,13	58,80	56	12,32	5,06	8,13	63,80
57	11,79	5,57	8,10	58,60	57	12,29	5,07	8,10	63,60
58	11,76	5,58	8,07	58,40	58	12,26	5,08	8,07	63,40
59	11,73	5,59	8,03	58,20	59	12,23	5,09	8,03	63,20
60	11,70	5,60	8,00	58,00	60	12,20	5,10	8,00	63,00
61	11,67	5,61	7,97	57,80	61	12,17	5,11	7,97	62,80
62	11,64	5,62	7,93	57,60	62	12,14	5,12	7,93	62,60
63	11,61	5,63	7,90	57,40	63	12,11	5,13	7,90	62,40
64	11,58	5,64	7,87	57,20	64	12,08	5,14	7,87	62,20
65	11,55	5,65	7,83	57,00	65	12,05	5,15	7,83	62,00
66	11,52	5,66	7,80	56,80	66	12,02	5,16	7,80	61,80
67	11,49	5,67	7,77	56,60	67	11,99	5,17	7,77	61,60
68	11,46	5,68	7,73	56,40	68	11,96	5,18	7,73	61,40
69	11,43	5,69	7,70	56,20	69	11,93	5,19	7,70	61,20
70	11,40	5,70	7,67	56,00	70	11,90	5,20	7,67	61,00
71	11,37	5,71	7,63	55,80	71	11,87	5,21	7,63	60,80
72	11,34	5,72	7,60	55,60	72	11,84	5,22	7,60	60,60
73	11,31	5,73	7,57	55,40	73	11,81	5,23	7,57	60,40
74	11,28	5,74	7,53	55,20	74	11,78	5,24	7,53	60,20
75	11,25	5,75	7,50	55,00	75	11,75	5,25	7,50	60,00
76	11,22	5,76	7,47	54,80	76	11,72	5,26	7,47	59,80
77	11,19	5,77	7,43	54,60	77	11,69	5,27	7,43	59,60
78	11,16	5,78	7,40	54,40	78	11,66	5,28	7,40	59,40
79	11,13	5,79	7,37	54,20	79	11,63	5,29	7,37	59,20
80	11,10	5,80	7,33	54,00	80	11,60	5,30	7,33	59,00
81	11,07	5,81	7,30	53,80	81	11,57	5,31	7,30	58,80
82	11,04	5,82	7,27	53,60	82	11,54	5,32	7,27	58,60
83	11,01	5,83	7,23	53,40	83	11,51	5,33	7,23	58,40
84	10,98	5,84	7,20	53,20	84	11,48	5,34	7,20	58,20
85	10,95	5,85	7,17	53,00	85	11,45	5,35	7,17	58,00
86	10,92	5,86	7,13	52,80	86	11,42	5,36	7,13	57,80
87	10,89	5,87	7,10	52,60	87	11,39	5,37	7,10	57,60
88	10,86	5,88	7,07	52,40	88	11,36	5,38	7,07	57,40
89	10,83	5,89	7,03	52,20	89	11,33	5,39	7,03	57,20
90	10,80	5,90	7,00	52,00	90	11,30	5,40	7,00	57,00
91	10,77	5,91	6,97	51,80	91	11,27	5,41	6,97	56,80
92	10,74	5,92	6,93	51,60	92	11,24	5,42	6,93	56,60
93	10,71	5,93	6,90	51,40	93	11,21	5,43	6,90	56,40
94	10,68	5,94	6,87	51,20	94	11,18	5,44	6,87	56,20
95	10,65	5,95	6,83	51,00	95	11,15	5,45	6,83	56,00
96	10,62	5,96	6,80	50,80	96	11,12	5,46	6,80	55,80
97	10,59	5,97	6,77	50,60	97	11,09	5,47	6,77	55,60

Punktetabelle Jungen					Punktetabelle Mädchen				
1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
98	10,56	5,98	6,73	50,40	98	11,06	5,48	6,73	55,40
99	10,53	5,99	6,70	50,20	99	11,03	5,49	6,70	55,20
100	10,50	6,00	6,67	50,00	100	11,00	5,50	6,67	55,00
101	10,47	6,01	6,63	49,80	101	10,97	5,51	6,63	54,80
102	10,44	6,02	6,60	49,60	102	10,94	5,52	6,60	54,60
103	10,41	6,03	6,57	49,40	103	10,91	5,53	6,57	54,40
104	10,38	6,04	6,53	49,20	104	10,88	5,54	6,53	54,20
105	10,35	6,05	6,50	49,00	105	10,85	5,55	6,50	54,00
106	10,32	6,06	6,47	48,80	106	10,82	5,56	6,47	53,80
107	10,29	6,07	6,43	48,60	107	10,79	5,57	6,43	53,60
108	10,26	6,08	6,40	48,40	108	10,76	5,58	6,40	53,40
109	10,23	6,09	6,37	48,20	109	10,73	5,59	6,37	53,20
110	10,20	6,10	6,33	48,00	110	10,70	5,60	6,33	53,00
111	10,17	6,11	6,30	47,80	111	10,67	5,61	6,30	52,80
112	10,14	6,12	6,27	47,60	112	10,64	5,62	6,27	52,60
113	10,11	6,13	6,23	47,40	113	10,61	5,63	6,23	52,40
114	10,08	6,14	6,20	47,20	114	10,58	5,64	6,20	52,20
115	10,05	6,15	6,17	47,00	115	10,55	5,65	6,17	52,00
116	10,02	6,16	6,13	46,80	116	10,52	5,66	6,13	51,80
117	9,99	6,17	6,10	46,60	117	10,49	5,67	6,10	51,60
118	9,96	6,18	6,07	46,40	118	10,46	5,68	6,07	51,40
119	9,93	6,19	6,03	46,20	119	10,43	5,69	6,03	51,20
120	9,90	6,20	6,00	46,00	120	10,40	5,70	6,00	51,00
121	9,87	6,21	5,97	45,80	121	10,37	5,71	5,97	50,80
122	9,84	6,22	5,93	45,60	122	10,34	5,72	5,93	50,60
123	9,81	6,23	5,90	45,40	123	10,31	5,73	5,90	50,40
124	9,78	6,24	5,87	45,20	124	10,28	5,74	5,87	50,20
125	9,75	6,25	5,83	45,00	125	10,25	5,75	5,83	50,00
126	9,72	6,26	5,80	44,80	126	10,22	5,76	5,80	49,80
127	9,69	6,27	5,77	44,60	127	10,19	5,77	5,77	49,60
128	9,66	6,28	5,73	44,40	128	10,16	5,78	5,73	49,40
129	9,63	6,29	5,70	44,20	129	10,13	5,79	5,70	49,20
130	9,60	6,30	5,67	44,00	130	10,10	5,80	5,67	49,00
131	9,57	6,31	5,63	43,80	131	10,07	5,81	5,63	48,80
132	9,54	6,32	5,60	43,60	132	10,04	5,82	5,60	48,60
133	9,51	6,33	5,57	43,40	133	10,01	5,83	5,57	48,40
134	9,48	6,34	5,53	43,20	134	9,98	5,84	5,53	48,20
135	9,45	6,35	5,50	43,00	135	9,95	5,85	5,50	48,00
136	9,42	6,36	5,47	42,80	136	9,92	5,86	5,47	47,80
137	9,39	6,37	5,43	42,60	137	9,89	5,87	5,43	47,60
138	9,36	6,38	5,40	42,40	138	9,86	5,88	5,40	47,40
139	9,33	6,39	5,37	42,20	139	9,83	5,89	5,37	47,20
140	9,30	6,40	5,33	42,00	140	9,80	5,90	5,33	47,00
141	9,27	6,41	5,30	41,80	141	9,77	5,91	5,30	46,80
142	9,24	6,42	5,27	41,60	142	9,74	5,92	5,27	46,60
143	9,21	6,43	5,23	41,40	143	9,71	5,93	5,23	46,40
144	9,18	6,44	5,20	41,20	144	9,68	5,94	5,20	46,20
145	9,15	6,45	5,17	41,00	145	9,65	5,95	5,17	46,00
146	9,12	6,46	5,13	40,80	146	9,62	5,96	5,13	45,80
147	9,09	6,47	5,10	40,60	147	9,59	5,97	5,10	45,60
148	9,06	6,48	5,07	40,40	148	9,56	5,98	5,07	45,40
149	9,03	6,49	5,03	40,20	149	9,53	5,99	5,03	45,20

Punktetabelle Jungen					Punktetabelle Mädchen				
1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
150	9,00	6,50	5,00	40,00	150	9,50	6,00	5,00	45,00
151	8,97	6,51	4,97	39,80	151	9,47	6,01	4,97	44,80
152	8,94	6,52	4,93	39,60	152	9,44	6,02	4,93	44,60
153	8,91	6,53	4,90	39,40	153	9,41	6,03	4,90	44,40
154	8,88	6,54	4,87	39,20	154	9,38	6,04	4,87	44,20
155	8,85	6,55	4,83	39,00	155	9,35	6,05	4,83	44,00
156	8,82	6,56	4,80	38,80	156	9,32	6,06	4,80	43,80
157	8,79	6,57	4,77	38,60	157	9,29	6,07	4,77	43,60
158	8,76	6,58	4,73	38,40	158	9,26	6,08	4,73	43,40
159	8,73	6,59	4,70	38,20	159	9,23	6,09	4,70	43,20
160	8,70	6,60	4,67	38,00	160	9,20	6,10	4,67	43,00
161	8,67	6,61	4,63	37,80	161	9,17	6,11	4,63	42,80
162	8,64	6,62	4,60	37,60	162	9,14	6,12	4,60	42,60
163	8,61	6,63	4,57	37,40	163	9,11	6,13	4,57	42,40
164	8,58	6,64	4,53	37,20	164	9,08	6,14	4,53	42,20
165	8,55	6,65	4,50	37,00	165	9,05	6,15	4,50	42,00
166	8,52	6,66	4,47	36,80	166	9,02	6,16	4,47	41,80
167	8,49	6,67	4,43	36,60	167	8,99	6,17	4,43	41,60
168	8,46	6,68	4,40	36,40	168	8,96	6,18	4,40	41,40
169	8,43	6,69	4,37	36,20	169	8,93	6,19	4,37	41,20
170	8,40	6,70	4,33	36,00	170	8,90	6,20	4,33	41,00
171	8,37	6,71	4,30	35,80	171	8,87	6,21	4,30	40,80
172	8,34	6,72	4,27	35,60	172	8,84	6,22	4,27	40,60
173	8,31	6,73	4,23	35,40	173	8,81	6,23	4,23	40,40
174	8,28	6,74	4,20	35,20	174	8,78	6,24	4,20	40,20
175	8,25	6,75	4,17	35,00	175	8,75	6,25	4,17	40,00
176	8,22	6,76	4,13	34,80	176	8,72	6,26	4,13	39,80
177	8,19	6,77	4,10	34,60	177	8,69	6,27	4,10	39,60
178	8,16	6,78	4,07	34,40	178	8,66	6,28	4,07	39,40
179	8,13	6,79	4,03	34,20	179	8,63	6,29	4,03	39,20
180	8,10	6,80	4,00	34,00	180	8,60	6,30	4,00	39,00
181	8,07	6,81	3,97	33,80	181	8,57	6,31	3,97	38,80
182	8,04	6,82	3,93	33,60	182	8,54	6,32	3,93	38,60
183	8,01	6,83	3,90	33,40	183	8,51	6,33	3,90	38,40
184	7,98	6,84	3,87	33,20	184	8,48	6,34	3,87	38,20
185	7,95	6,85	3,83	33,00	185	8,45	6,35	3,83	38,00
186	7,92	6,86	3,80	32,80	186	8,42	6,36	3,80	37,80
187	7,89	6,87	3,77	32,60	187	8,39	6,37	3,77	37,60
188	7,86	6,88	3,73	32,40	188	8,36	6,38	3,73	37,40
189	7,83	6,89	3,70	32,20	189	8,33	6,39	3,70	37,20
190	7,80	6,90	3,67	32,00	190	8,30	6,40	3,67	37,00
191	7,77	6,91	3,63	31,80	191	8,27	6,41	3,63	36,80
192	7,74	6,92	3,60	31,60	192	8,24	6,42	3,60	36,60
193	7,71	6,93	3,57	31,40	193	8,21	6,43	3,57	36,40
194	7,68	6,94	3,53	31,20	194	8,18	6,44	3,53	36,20
195	7,65	6,95	3,50	31,00	195	8,15	6,45	3,50	36,00
196	7,62	6,96	3,47	30,80	196	8,12	6,46	3,47	35,80
197	7,59	6,97	3,43	30,60	197	8,09	6,47	3,43	35,60
198	7,56	6,98	3,40	30,40	198	8,06	6,48	3,40	35,40
199	7,53	6,99	3,37	30,20	199	8,03	6,49	3,37	35,20
200	7,50	7,00	3,33	30,00	200	8,00	6,50	3,33	35,00

„Nordwestfälischer Jugendmehrkampfmeister“

werden die Sieger mit den höchsten Gesamtpunktzahlen des jeweiligen Jahrgangs

Auszeichnungen:

Pokale: Platz 1 - 3 - in den Jahrgängen 1998 bis 2000 weiblich
- in den Jahrgängen 1997 bis 2000 männlich

Kampfrichtermeldungen:

es müssen von jedem teilnehmenden Verein drei Kampfrichter für den ersten Veranstaltungsabschnitt (Samstag) gestellt werden. Samstagnachmittag und Sonntag müssen keine Kampfrichter mitgebracht werden. Es erfolgt keine Aufwandsentschädigung der Kampfrichter seitens des Bezirkes.

Meldegeld:

einmalig
0,-- € Teilnahmegrundgebühr:
Versand des Protokolls erfolgt ausschließlich per E-Mail, sonst
10,-- € Teilnahmegrundgebühr:
Versand des Protokolls erfolgt ausschließlich auf dem Postweg.
sowie
20,-- € je Teilnehmer

Meldeanschrift:

Lisa Golaschewski
Cäcilienhöhe 64
45657 Recklinghausen
Tel.: 02361/14804
E-Mail: meldung@sb-nw.de

Meldeschluss:

22.02.2010 15.00 Uhr

Meldeunterlagen:

- Meldebogen
- Meldeliste
- DSV-Datei (kann auf der Bezirks-Homepage herunter geladen werden)
- Meldegeld, **per Lastschrift oder V-Scheck**
Hinweis: Unvollständige Meldungen können zurückgewiesen werden!

Ansprechpartner seitens des Ausrichters ist:

Herrn

Lothar Sikorski
45956 Gladbeck

Postfach 663
Tel./Fax: 02043/21113

Veranstalter
Schwimmbezirk Nordwestfalen

Dirk Lennhoff
(Fachwart Schwimmen)

Lisa Golaschewski
(Sachbearbeiterin Wettkampfwesen)

Ausrichter
SG Gladbeck

Lothar Sikorski
(Abteilungsleiter)