

# 5-Stunden-Schwimmen Schwerte

Die Ortsgruppe Schwerte lädt alle ab 13-Jährigen zu einem 5-Stunden-Schwimmen ein, um in gemütlicher Umgebung eure Ausdauer zu verbessern und als Mannschaft möglichst viele Meter zu schwimmen.

**Datum:** Samstag, 07. Januar 2023

**Ort:** Stadtbad Schwerte, Wittekindstr. 10, 58239 Schwerte (5 Bahnen a 25m)  
Einlass ist um 19:00 Uhr, Ende gegen 0:45 Uhr

**Teilnahmegebühr:** 30,00€ je Mannschaft

**Ablauf:** Eine Mannschaft besteht aus 6 bis 12 Mitgliedern, es wird nicht nach Geschlecht unterschieden.

Während des Wettkamps ist für jede Mannschaft genau ein Schwimmer im Wasser. Von 19:30 Uhr bis 0:00Uhr wird der Schwimmer alle 10 Minuten abgelöst.

In den letzten 30 Minuten, werden 50m-Sprints geschwommen.

Es gewinnt die Mannschaft, die insgesamt die längste Strecke zurücklegt.

**Anmeldung:** Meldet Euch **bis zum 31.12.2022** im Hallenbad oder per Mail an [jonas.vonwerne@schwerte.dlrg.de](mailto:jonas.vonwerne@schwerte.dlrg.de) an. Bitte bringt die **Teilnahmegebühr** am Wettkampftag **in Bar** mit.

**Anmeldung:** Es können maximal 10 Mannschaften teilnehmen. Die Meldungen werden nach zeitlichem Eingang berücksichtigt.

Jede Mannschaft stellt einen Kampfrichter. Dieser ist nicht vom Wettkampf ausgeschlossen, wenn in der Zeit Ersatz vorhanden ist.

Bitte bringt Schwimmzeug zum Wechseln und reichlich Handtücher mit. Denkt auch daran, etwas zu essen und viel zu trinken (keine Glasflaschen!) einzupacken.

Wir freuen uns auf euch!