

# VORLÄUFIGES PROGRAMM

*(Änderungen des Programms (z.B. Zeiten und Orte) durch den Veranstalter sind möglich)*

## **Freitag**

ab ca. 17.00 Uhr

ca. 19.00 Uhr

## **Anreise**

Anmeldung mit Zeltplatzeinweisung  
(beim roten Pavillon vor dem Zeltplatz)  
„Welcome Back in Holzwickede“ im  
Schwimmbad

*Bei der Veranstaltung sind selbstverständlich **alle** Ortsgruppen herzlich  
eingeladen! Wir bieten Verpflegung vom Grill und Getränke zum  
Selbstkostenpreis an.*

## **Samstag**

8.00 – 9.45 Uhr

9.00 - 10.00 Uhr

10.20 Uhr

10.40 Uhr

ca. 11.00 Uhr

ca. 18.00 Uhr

ca. 18.30 Uhr

ca. 20.00 Uhr

## **Wettkampf**

Frühstück

Anmeldung

(beim roten Pavillon am Wettkampf-Becken)

Mannschaftsführerbesprechung

Kampfrichterbesprechung

Wettkampfbeginn

*Im Anschluss an den Wettkampf findet der Elite-Cup  
statt.*

Siegerehrung

Abendessen

**Party**

## **Sonntag**

ab 8.00 Uhr

ab 9.30 – 11.00 Uhr

## **Abreise**

Frühstück

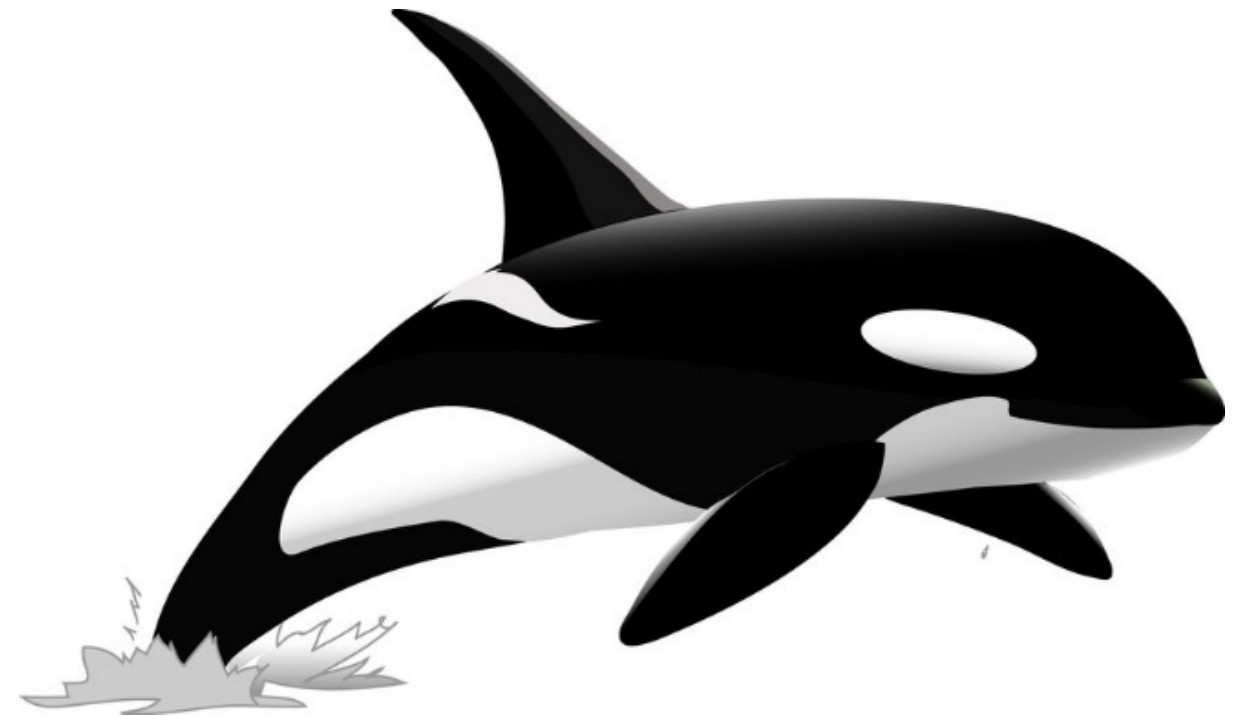
Abmeldung, Abschied nehmen und bis zum  
nächsten Jahr

(beim roten Pavillon vor dem Zeltplatz)

## **Ausschreibung**

### **27. Freundschaftswettkampf**

### **DLRG „Orca“ Holzwickede**



vom 25. August bis zum 27. August 2023



Liebe Kameradinnen und Kameraden,

seit nun 27 Jahren veranstalten wir einen Freundschaftswettkampf, um alte Bekanntschaften zu pflegen, aber auch neue Bekanntschaften zu knüpfen.

In diesem Jahr kann wieder unser Wettkampf in unserer Schönen Flöte stattfinden, da die Umbaumaßnahmen abgeschlossen sind. Die Lokalität zu unserer Party, wo diese stattfindet, werden wir noch bekannt geben, da dies zum Zeitpunkt der Ausschreibung noch nicht feststeht.

Zwar in einem anderen Bad, aber nicht weniger heißt es auch in diesem Jahr:

### **SOMMER, SONNE, FREIBAD und eine geile Party!**

Wie in den letzten Jahren starten wir mit der AK u9 fortlaufend über alle Altersklassen bis hin zur AK Ü30, in der sich auch die Betreuer messen können.

Die Übernachtung findet auf der Zeltwiese, die direkt im Freibad liegt, in euren eigenen Zelten statt. Bitte mit mehreren Personen zusammen ein Zelt belegen.

Am Freitag gibt es ein gemeinschaftliches Treffen. Damit möchten wir Rücksicht auf die Jüngeren nehmen, die so auf der Zeltwiese die nötige Ruhe zum Schlafen finden. Von hochprozentigem Alkohol bitten wir abzusehen. **Darüber hinaus gilt im gesamten Freibad ein absolutes Glasflaschen-Verbot.**

Anmeldungen sind über unsere Webseite ([holzwickede.dlrg.de](http://holzwickede.dlrg.de)) bis zum 04.08.2023 abzugeben.

Bei Fragen und Informationen: [wettkampf@holzwickede.dlrg.de](mailto:wettkampf@holzwickede.dlrg.de)

# **WETTKAMPF**

## **Altersklassen**

AK u9	Jahrgang 2014 und jünger
AK 12	Jahrgang 2013 bis 2011
AK 13/14	Jahrgang 2010 bis 2009
AK 15/16	Jahrgang 2008 bis 2005
AK 17/18	Jahrgang 2004 bis 2003
AK Offen	Jahrgang 2002 bis offen
AK Ü30	Jahrgang 1993 und älter

## **Disziplinen Rescue Cup (Regelwerk vom 01.01.2023)**

AKu9 und 12	4x 1 Bahn	Freistilstaffel (3.1)
	4x 1 Bahn	Gurtretterstaffel (3.5)
	4x 1 Bahn	Überraschungsdisziplin (wird vor Ort bekannt gegeben)

AK 13/14 und Älter	4x 2 Bahnen	Freistilstaffel (3.1)
	4x 2 Bahnen	Gurtretterstaffel (3.6)
	4x 2 Bahnen	Rettungsstaffel (3.8)

## **Sonderwertung Elite-Cup**

Mannschaft:	Jeweils 8 Schwimmer (mind. 3 weibliche Schwimmerinnen pro Mannschaft)
Strecke:	In Staffelform, geschwommen werden 2 Bahnen
Disziplin:	Freistil mit Flossen
Sieg:	Es gewinnt die Mannschaft, die im Verlauf von 30 Minuten die meisten Meter zurücklegt
Start:	Direkt im Anschluss an den Rescue Cup

*Es besteht die Möglichkeit einen „Mini-Elite-Cup“ durchzuführen (für die AK u9 und AK 12). Geschwommen wird in Staffelform eine Bahn, verkürzte Zeit.*

## **Mitzubringen von den Ortsgruppen**

- 1x Rettungspuppe
- 1x gelber Gurtretter
- Mind 1x. Zeitnehmer - gerne mehr, damit „durchgetauscht“ werden kann
- und natürlich:  
*Gute Laune und hochmotivierte Schwimmerinnen und Schwimmer*