

Einladung zu den 29.Ortsgruppenmeisterschaften im Rettungsschwimmen am 16.03.2025!

Veranstaltungsort: Schwimmhalle Sömmerda
Einlass in die Schwimmhalle: 10.30 Uhr
Wettkampfbeginn: 11.00 Uhr

Da ihr das ganze Jahr sehr diszipliniert und hart mit euren Übungsleitern trainiert habt und aufgrund der insgesamt recht geringen Anzahl an Wettkämpfen, die wir als Ortsgruppe durchführen, würden wir uns über eine rege Teilnahme sehr freuen.

Folgende Disziplinen werden geschwommen:

Es zählt das Alter, welches man in Jahr 2025 erreicht!

<u>AK bis 8</u> 25m Freistil 25m Rückenlage 25m Flossenschwimmen	<u>AK 9/10</u> 50m Freistil 50m Kombiniertes Schwimmen 50m Flossenschwimmen
<u>AK 11/12</u> 50m Hindernisschwimmen 50m kombiniertes Schwimmen 50m Flossenschwimmen	<u>AK 13/14</u> 100m Hindernisschwimmen 50m Retten einer Puppe 50m Retten einer Puppe mit Flossen
<u>AK 15/16, 17/18, Offene AK (max.4 Disziplinen)</u> 200m Hindernisschwimmen 50m Retten einer Puppe 100 Retten einer Puppe mit Flossen 100m Kombinierte Rettungsübung 100 m Retten einer Puppe mit Flossen und Gurtretter 200 m Super Lifesaver	<u>AK 25 bis AK 45 (max. 3 Disziplinen)</u> 100 m Hindernisschwimmen 50 m Retten einer Puppe 100 m Retten einer Puppe mit Flossen 100 m Retten einer Puppe mit Flossen und Gurtretter (Lifesaver)
<u>AK 50, AK 55</u> 100 m Hindernisschwimmen 50 m Retten einer Puppe 50 m Retten einer Puppe mit Flossen	<u>AK 60+</u> 50 m Freistil 50 m Kombiniertes Schwimmen 25 m Schleppen einer Puppe

Euer Vorstand und eure Übungsleiter*innen!

Rückmeldung bitte bis zum **09.03.2025** an die Übungsleiter mit Abgabe des unteren Abschnittes oder per Mail an info@soemmerda.dlrg.de

Wie immer werden fleißige Hände gesucht! Wer helfen kann und möchte, kann uns eine Mail oder WhatsApp in den bekannten Gruppen schreiben.

Vielen Dank

Name des Teilnehmers: _____

Teilnahme an den 29.OGM: JA _____ NEIN _____

Helfende Hand: JA _____ NEIN _____