



WETTKAMPF

Bis zu 2 Monate vor dem Wettkampf:

1. Die betreffenden Eltern/Schwimmer erhalten von wettkampf@sv-ge.de eine E-Mail mit Abfrage und Ausschreibung zum jeweiligen Wettkampf.
2. Wer teilnehmen möchte, antwortet auf diese E-Mail. Das ist dann eine verbindliche Anmeldung zum Wettkampf.
3. Der Trainer bestimmt die Strecken und Meldezeiten des jeweiligen Kindes. Es kann gerne von Seiten der Eltern/Schwimmer Rücksprache mit dem Trainer gehalten werden, dieser hat aber das letzte Wort.
4. Falls kein Attest oder eine Lizenz vorliegt, werden die Eltern noch einmal kontaktiert. Die Meldung ist damit abgeschlossen.

Ca. 1 Woche vor dem Wettkampf:

1. Die Eltern/Schwimmer erhalten eine E-Mail vom jeweiligen Betreuer. Hierin werden der Abfahrtsort und die -zeit bekannt gegeben, die Teilnehmer und außerdem noch die Anschrift des Schwimmbades.
2. Am besten sollen nun durch Absprache der Eltern untereinander Fahrgemeinschaften gegründet werden. Diese werden an den Betreuer zusätzlich mit der Information weitergegeben, ob man um die ausgemachte Zeit am Treffpunkt erscheint, oder direkt fährt.

Ca. 2 - 3 Tage vor dem Wettkampf:

1. Die Eltern/Schwimmer erhalten eine E-Mail vom Betreuer. Darin werden das Meldeergebnis und eine Packliste mitgeteilt.
2. Zu einem Schwimmwettkampf ist mitzunehmen:
 - 2 - 3 Badeanzüge/Badehosen
 - Mind. 2 Handtücher
 - Badekappe + Schwimmbrille (evtl. in zweifacher Ausführung)
 - Trainingshose + T-Shirt (idealerweise das Vereins-T-Shirt)
 - Badeschuhe
 - Isomatte/Campingstuhl
 - Mind. 2 Liter zu Trinken
 - Essen mit leicht verdaulichen Kohlehydraten
 - Evtl. Spiele
 - Zusätzlich bei Turnhalle oder Außenanlage: Pulli, Mütze
 - Zusätzlich zu Wettkämpfen im Freibad: Decke, Wärmemantel/Anorak, Mütze, Socken, lange Hose, Sonnencreme, evtl. Zelt
3. Am Abend vor dem Wettkampf früh schlafen gehen!

!!! Falls ein Schwimmer erkrankt, bitte unbedingt an den Betreuer weitergeben!!!

Am Wettkampftag:

1. Frühstücken!
2. Rechtzeitig am Treffpunkt erscheinen, damit alle bei Einlass im Schwimmbad sein können.
3. Im Schwimmbad wird ein gemeinsamer Sitzplatz gesucht, an dem großflächig Isomatten ausgelegt und die Taschen abgestellt werden. So haben auch später ankommende Vereinsmitglieder noch Platz.
4. Eine Stunde vor dem Wettkampf wird eingeschwommen. Der Betreuer gibt den Einschwimmplan an die Schwimmer weiter.
5. Zu Beginn des Wettkampfes sind alle Schwimmer trocken und warm angezogen.
6. Der Betreuer gibt das Programm, das auf dem Wettkampf geschwommen wird, weiter.
 - Die verschiedenen Strecken/Disziplinen werden in Wettkämpfe unterteilt
 - Diese Wettkämpfe werden nach schneller werdenden Läufen sortiert
 - In jedem Lauf schwimmt auf jeder Bahn ein Schwimmer
→ z.B. Julia Braun: Wettkampf 1 (50m Schmetterling weiblich); Lauf 8; Bahn 3
7. Die Schwimmer wärmen sich vor dem Start mit dem Betreuer (oder auch alleine) auf.
8. Ca. 5 Minuten vor dem Start begibt der Schwimmer sich mit dem Betreuer (oder auch alleine) zum entsprechenden Startblock.
9. Während des Wettkampfes werden die Schwimmer des Vereins am Beckenrand angefeuert.
10. In den Zeiten zwischen den Rennen soll der Körper mit Flüssigkeit und Kohlehydraten versorgt werden. Daher in regelmäßigen Abständen genug Trinken und kleine Mahlzeiten zuführen. Besonders direkt nach dem Rennen sind ein kleiner Snack und etwas Flüssigkeit unabdingbar.
11. In der Mittagspause wird noch einmal eingeschwommen und ein Gruppenfoto gemacht, das der Berichterstattung in der Presse dient. Falls ein Kind das nicht wünscht, bitte vorher ausdrücklich darauf hinweisen.
12. Wir bitten die Eltern, den Betreuer zu unterstützen und darauf zu achten, dass ihr eigenes Kind genug isst und trinkt.
13. Falls vorhanden, werden am Ende noch Urkunden verteilt. Medaillen werden bei der jeweiligen Siegerehrung abgeholt.
14. Nach dem Wettkampf wird der Platz aufgeräumt und alle fahren wieder in den Fahrgemeinschaften nach Hause.