# Ausschreibung

# 27. Baden-Württembergische Seniorenmeisterschaften im Rettungsschwimmen (BaWü Masters)

## am 18. Oktober 2025

## in Weingarten (Baden)

| | |
|---|---|
| **Veranstalter**: | DLRG Landesverband Baden e.V.<br>Werftstraße 8a<br>76189 Karlsruhe<br><br>und der<br><br>DLRG-Jugend Württemberg<br>Mühlhäuser Straße 305<br>70378 Stuttgart |
| **Verantwortlich**: | DLRG Landesverband Baden e.V.<br>Leitung Rettungssport |
| **Ausrichter**: | DLRG Ortsgruppe Weingarten e.V.<br>Höhefeldstraße 7<br>76356 Weingarten<br><br>zusammen mit<br><br>DLRG Ortsgruppe Malsch e.V.<br>Waldstraße 4<br>76316 Malsch<br><br>und der<br><br>Fußballvereinigung 1906 e. V. Weingarten<br>Abteilung Schwimmen<br>Lärchenweg 2<br>76356 Weingarten (Baden) |
| **Abendveranstaltung / Siegerehrung**: | Walzbachhalle<br>Kanalstraße 69<br>76356 Weingarten (Baden) |
| **Wettkampfstätte**: | Walzbachbad Hallenbad<br>Kanalstraße 69<br>76356 Weingarten (Baden)<br><br>5 x 25 m Bahnen<br>ca. 28 °C Wassertemperatur<br>Wassertiefe: zwischen 1,80 m und 1,35 m<br><br>Aufnahmetiefe der Puppen bei<br>25 m, 75 m: 1,35 m<br>50 m, 100 m: 1,80 m<br><br>Aufgrund der Wassertiefe ist auf der Wendeseite nur ein Start aus dem Wasser zulässig |
| **Meldeschluss**: | Sonntag, den 27. September 2025, 23:59 Uhr |

## Allgemeine Hinweise

Der Veranstalter behält sich ausdrücklich vor, die Veranstaltung aus besonderem Grund, aufgrund behördlicher Auflagen oder eigener Risiko- und Sicherheitsbewertungen kurzfristig in Teilen oder als Ganzes abzusagen, zu verschieben oder im Ablauf zu ändern, sowie besondere Regelungen insbesondere zu Teilnahmebeschränkungen, Vorgaben zum Aufenthalt und Sicherheitsmaßnahmen einzuführen, die möglicherweise im Widerspruch zum geltenden Regelwerk stehen. Dieser Vorbehalt erstreckt sich auf sämtliche Bestandteile der Ausschreibung. Er übernimmt hierbei keine Haftung für Kosten, die Gliederungen entstehen, wenn sie mit Dritten vertragliche Verpflichtungen z. B. für Übernachtungsleistungen eingehen.

Meldegelder werden bei Absagen bzw. Teilabsagen des Veranstalters anteilig erstattet. Darüberhinausgehende Kosten der Gliederungen können nicht erstattet werden.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern die männliche Form verwendet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform hat nur redaktionelle Gründe und beinhaltet keine Wertung.

## Teilnehmergebühren

Die Teilnehmergebühren werden wir mit einem Infobrief spätestens vier Wochen vor dem Meldeschluss veröffentlichen.

## Regelwerk

Die Meisterschaften werden nach dem am Wettkampftag gültigen „Regelwerk für Mehrkampf-Meisterschaften im Rettungsschwimmen Schwimmbad-Disziplinen“ (Regelwerk) der DLRG durchgeführt.

## Meldeschluss, Fristen und Termine

### Teilnehmende Gliederungen

Für alle teilnehmenden Gliederungen gelten folgende Fristen:

| Datum | Uhrzeit | |
|---|---|---|
| 27.09.2025 | 23:59 Uhr | **Meldeschluss, verbindliche (!) Anmeldung** Gliederung an Landesverband |
| 01.10.2025 | | Bekanntgabe der zugelassenen Teilnehmer |
| 05.10.2025 | 24:00 Uhr | Letzte Möglichkeit **Meldezahlen zu korrigieren** (für Essenszahlen) |
| 09.10.2025 | | **Geldeingang** aller Teilnehmergebühren und der Verpflegungskosten |
| 18.10.2025 | 08:00 Uhr | Letzte Möglichkeit **Namen zu korrigieren/Teilnehmer umzumelden** (von Mannschaftsteilnehmern) |
| 18.10.2025 | | Baden-Württembergische Seniorenmeisterschaften in Weingarten (Baden) |

## Teilnahmeberechtigungen und Startunterlagen

Es gilt die Teilnahmeberechtigung des Regelwerks (vgl. §4). Schwimmer ohne vollständige Startunterlagen können vom Wettkampf ausgeschlossen werden.

Die Kontrolle der Startunterlagen erfolgt nicht vorab durch die veranstaltende Organisation, sondern in Eigenverantwortung durch die teilnehmenden Gliederungen.

Jede teilnehmende Gliederung ist verpflichtet, die Startunterlagen eigenverantwortlich zu überprüfen und die **Richtigkeit** der Daten der startenden Schwimmerinnen und Schwimmer gegenüber dem Veranstalter **vorab schriftlich zu bestätigen**. Diese Bestätigung muss durch eine volljährige Person erfolgen, die von der Gliederung als Delegationsleitung beauftragt wurde. Dazu ist die im Anhang dieses Schreibens befindliche **Erklärung auszudrucken** und zu **unterzeichnen**.

Diese Erklärung ist bei der Anreise an der Anmeldung abzugeben und betrifft alle gemeldeten und umgemeldeten Personen der Gliederung. Eine Teilnahme der Gliederung ohne diese Erklärung, eine nur teilweise ausgefüllte Erklärung oder eine fehlende vollständige, uneingeschränkte Zustimmung der auf der Erklärung genannten Punkte ist in keinem Fall zulässig.

Ist der Gliederung und/oder der Delegationsleitung ein wissentlich falsches oder vorsätzliches fehlerhaftes Ausfüllen dieser Erklärung oder der Startunterlagen nachzuweisen, so kann dies zum Ausschluss der gesamten Gliederung von den Wettkämpfen durch die Veranstaltungsleitung führen.

Die veranstaltende Organisation weist darauf hin, dass jederzeit während des Wettkampfes Kontrollen der Startunterlagen durchgeführt werden können und dass fehlerhafte Unterlagen zum Ausschluss der Teilnehmer von den Wettkämpfen führen können. Daher sind die Startunterlagen jederzeit vollständig durch die Delegationsleitung der Gliederung mit sich zu führen und auf Verlangen der veranstaltenden Organisation oder durch eine mit dieser Aufgabe beauftragten Person uneingeschränkt zur Kontrolle vorzulegen.

Eine Ausfüllhilfe für Startunterlagen kann dem Anhang entnommen werden; diese wird Grundlage einer Kontrolle der Startunterlagen sein.

## Meldungen

Die Meldungen müssen online unter baden.dlrg.de/masters **verbindlich** getätigt werden. Das Meldetool wird in den kommenden Wochen online gestellt.

Für Teilnehmer in den Einzelwettkämpfen der Altersklassen 20 bis 45 müssen die gewählten Disziplinen, welche die Teilnehmer absolvieren möchten, mit der Anmeldung gemeldet werden.

Die Gliederungen werden nach der Zulassungssitzung über die zugelassenen und abgelehnten Einzelteilnehmer und Mannschaften per E-Mail informiert. Die Liste der Zulassungen wird im Internet unter baden.dlrg.de/masters veröffentlicht.

**Eine kostenfreie Abmeldung zugelassener Einzelschwimmer und Mannschaften ist nachträglich nicht möglich!**

Nach der Bekanntgabe der Zulassungen wird es einen Zeitraum geben, um die Betreuer sowie ggf. die Verpflegungszahlen online zu korrigieren (Korrekturzeit Meldezahlen).

Nach Ende der Korrekturzeit für die Meldezahlen erfolgt die Rechnungsstellung an die Gliederungen, d.h. es sind keine weiteren Änderungen möglich.

Die termingerechte Bezahlung der Rechnung ist eine Teilnahmebedingung und kann ausschließlich per Überweisung durch die teilnehmende Gliederung erfolgen.

Ummeldungen von Mannschaftsteilnehmern können bis zum oben genannten Zeitpunkt direkt im Meldetool durchgeführt werden.

## Kosten:

Bis auf die selbst gebuchten Übernachtungskosten in Hotels, Pensionen oder Gaststätten gehen alle Gelder an die DLRG Ortsgruppe Malsch e.V.

Die Bankverbindung der DLRG Ortsgruppe Malsch e.V.:

IBAN: DE64 6605 0101 0070 0703 62

BIC: KARSDE66XXX

Bank: Sparkasse Karlsruhe

Verwendungszweck: "Masters2025 - Gliederungsname"

**Die Angabe der Gliederung nicht vergessen!**

Eingang der Überweisungen bis zum 09. Oktober 2025

## Qualifikationsbedingungen

Startberechtigt ist jedes DLRG-Mitglied in Baden-Württemberg, das die Voraussetzungen des Regelwerkes (§4) erfüllt. Es gibt keinerlei weitere Qualifikationsbeschränkungen. Die Startberechtigung ist durch die jeweilige Gliederung auf dem beiliegenden Formblatt (siehe Anhang) bei der Anmeldung vor Ort zu bestätigen. Bitte bringt das Formblatt bereits ausgedruckt und ausgefüllt mit.

## Altersklassen

Für die Altersklassen ab 25 (Einzelwettbewerb) bzw. 100 (Mannschaftswettbewerb) und höher gilt die Einteilung gemäß §16 des Regelwerkes.

Einzelteilnehmer können wahlweise in der nächstjüngeren Altersklasse schwimmen.

Über die Zugehörigkeit zu den Altersklassen bei Mannschaften entscheidet die Summe des Lebensalters der vier jüngsten Mannschaftsmitglieder.

Zusätzliche Altersklassen AK 20 (Einzel) und AK 80 (Mannschaft):

Bei den BaWü Matsers bieten wir ergänzend zum Regelwerk die AK 20 im Einzel- bzw. die AK 80 im Mannschaftswettbewerb an, allerdings ohne Qualifikationsmöglichkeit für die Deutschen Seniorenmeisterschaften.

Die Teilnehmer der AK 20 und der AK 80 müssen im Jahr der Veranstaltung mindestens das 20. Lebensjahr erreichen.

Selbst wenn ein Team mit einem Teilnehmer unter 25 Jahren das Mindestalter für eine höhere AK erreichen würde (z.B. Schwimmer einer Mannschaft im Alter von 20, 25, 30 und 40), so ist ein Start dieser Mannschaft ausschließlich in der zusätzlichen AK 80 möglich.

## Disziplinen:

Es werden die Disziplinen für Einzelwettkämpfe gemäß §17 des Regelwerks angeboten. Die Teilnehmer der Altersklassen 25 – 45 haben die Auswahl von drei aus vier Disziplinen. Die Einzelschwimmer der zusätzlichen AK 20 schwimmen die Disziplinen analog der AK 25. Somit haben auch die Schwimmer der AK 20 die Auswahl von drei aus vier Disziplinen.

Es werden die Disziplinen für Mannschaftswettkämpfe gemäß §18 des Regelwerks angeboten. Die Mannschaften der zusätzlichen Altersklasse AK 80 schwimmen die Disziplinen analog der AK 100 bis AK 200.

## Wettkampfmaterial

Für den Wettkampf werden Hindernisse, Gurtretter und Rettungspuppen vom Veranstalter gestellt. Weiteres benötigtes Material wie z.B. Flossen müssen von den Teilnehmern selbst mitgebracht werden. Die jeweils gültigen Bestimmungen des Regelwerks über verwendete Hilfsmittel sind zu beachten.

Wir verweisen, gemäß §6 (5) des Regelwerkes, auf das Merkblatt Sport-01 zu den Standards der Schwimmbekleidung in der aktuell gültigen Fassung.

Ebenfalls möchten wir auf das Merkblatt Sport-03 (gemäß §6 (3) des Regelwerkes) zu den Flossen Standards in der aktuellen Fassung hinweisen.

## Hilfsmittel (Tapes/Verbände etc.)

Der Einsatz sonstiger Ausrüstungen oder Hilfsmittel wie z.B. Tapes oder Verbände ist nur in begründeten Fällen, z.B. bei Verletzungen, möglich. Hierzu ist eine Zustimmung des Schiedsgerichts vor Wettkampfbeginn des jeweiligen Veranstaltungsblocks notwendig. Es obliegt dem jeweiligen Wettkampfteilnehmern selbst, eine Bestätigung des Schiedsgerichts rechtzeitig einzuholen.

## Vorgesehener Ablauf (Änderungen vorbehalten)

Samstag, 18.10.2025

| | |
|---|---|
| 08:00 Uhr | Badöffnung |
| 08:15 Uhr | Einschwimmen Einzelwettkämpfe |
| 08:15 Uhr | Delegationsleiterbesprechung Einzelwettkämpfe |
| 08:35 Uhr | Besprechung Kampfgericht |
| 09:15 Uhr | Einzelwettkämpfe (Schwimmen) |
| 12:30 Uhr (ca.) | Wettkampfende Einzelwettkämpfe |
| 12:00 - 13:30 Uhr | Mittagessen |
| 12:45 Uhr | Einschwimmen Mannschaftswettkämpfe |
| 13:00 Uhr | Delegationsleiterbesprechung Mannschaftswettkämpfe |
| 13:30 Uhr | Mannschaftswettkämpfe (Schwimmen) |
| 17:00 Uhr (ca.) | Wettkampfende Mannschaftswettkämpfe |
| 19:30 Uhr (ab) | Abendessen mit Abendveranstaltung und Siegerehrung |

Sofern aus organisatorischen Gründen notwendig, werden Zeiten und Ablauf entsprechend dem Veranstaltungsverlauf bzw. den Zulassungszahlen angepasst.

## Verpflegung, Unterbringung und Siegerehrung

Die Abendveranstaltung und die Siegerehrung finden in der Walzbachhalle statt. Diese ist direkt ans Hallenbad angeschlossen. Dort werden auch ein Mittagessen und das Abendessen angeboten. Das genaue Angebot und die Kosten sind derzeit noch in der Planung und werden mit einem Infobrief veröffentlicht.

Eine Unterbringung wird dieses Jahr nicht angeboten. Im Anhang haben wir örtliche Übernachtungsmöglichkeiten zusammengestellt.

## Öffentlichkeitsarbeit

Wir weisen alle Teilnehmer darauf hin, dass während der Veranstaltung und insbesondere während der Wettkämpfe Foto- und Filmaufnahmen angefertigt werden. Diese Aufnahmen dienen der Darstellung der DLRG in den Medien (Presse, Social Media, DLRG-Website). Ihre Veröffentlichung bedarf daher im Regelfall keiner zusätzlichen Einwilligung der aufgenommenen Personen. Die durch die DLRG beauftragten Fotografen/Kamerateams tragen darüber hinaus dafür Sorge, dass die Persönlichkeitsrechte der betroffenen Personen gewahrt bleiben. Das Öffentlichkeitsarbeits-Team der DLRG wird darauf auch bei anderen Medienvertretern achten.

Die DLRG behält sich vor, in ihrem Auftrag angefertigte Bilder und Filmaufnahmen für verbandseigene Zwecke (bspw. Darstellung des Rettungssports in der Öffentlichkeit allgemein, Verwendung in Informations- und Lehrmaterialien, Plakate, Internetauftritte und auf Social Media) weiter zu verwenden.

Für darüberhinausgehende Anwendungen, insbesondere kommerzieller Art, wird die DLRG sich im Einzelfall mit der jeweils aufgenommenen Person in Verbindung setzen, sofern dies im Rahmen der §22 und §23 KunstUrhG notwendig ist. Mit der Anmeldung erklären sich die Teilnehmer damit einverstanden.

Weitere Informationen zum Datenschutz und dem Datenschutzbeauftragten finden sich unter:
https://baden.dlrg.de/impressum-und-datenschutz/,
https://wuerttemberg.dlrg-jugend.de/impressum-und-datenschutz/ und
https://malsch.dlrg.de/impressum-und-datenschutz/

## Datenschutz

Die in der Anmeldung zu den Baden-Württembergischen Seniorenmeisterschaften im Rettungsschwimmen angegebenen personenbezogenen Daten der Teilnehmer (hier: Name, Geburtsdatum und Gliederung), der Kampfrichter (hier: Name, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Gliederung) und Anmelder (hier: Name, Anschrift, Telefonnummer, E-Mail-Adresse, Gliederung) werden ausschließlich zum Zwecke der Bearbeitung der Anmeldung und der Durchführung des Wettkampfes erhoben. Die Leistungsergebnisse (Name, Vorname, Geburtsjahrgang, Gliederung, absolvierte Disziplin, Platzierung, erzielte Zeit) sowie die Übersicht der eingesetzten Kampfrichter (Name, Funktion, Kampfrichterlizenzstufe, Gliederung) werden gespeichert und im Internet veröffentlicht. Die Datenverarbeitung erfolgt durch die DLRG Landesverband Baden, Werftstr. 8a, 76189 Karlsruhe, Tel.: 0721-9110010, E-Mail: info@baden.dlrg.de, die DLRG Landesjugend Württemberg e.V., Mühlhäuser Straße 305, 70378 Stuttgart, Tel.: 0711-535024, info@wuerttemberg.dlrg.de und die DLRG Ortsgruppe Malsch e.V., Waldstraße 4, 76316 Malsch, Tel.: 07246-5658, info@malsch.dlrg.de.

Rechtsgrundlage der Verarbeitung ist Art. 6 Abs. 1 Buchstabe b und f der Verordnung des Europäischen Parlaments und des Rates zum Schutz natürlicher Personen bei der Verarbeitung personenbezogener Daten, zum freien Datenverkehr und zur Aufhebung der Richtlinie 95/46/EG (Datenschutzgrund-Verordnung (DS-GVO)).

Wir geben Ihre Daten nicht an Dritte im Sinne von Art. 4 Nr. 10 DS-GVO weiter.

Die DLRG stellt durch geeignete technische und organisatorische Maßnahmen sicher, dass ein Zugriff auf diese Daten nur durch befugtes Personal möglich ist. Die Leistungsergebnisse (Name, Vorname, Geburtsjahrgang, Gliederung, absolvierte Disziplin, Platzierung, erzielte Zeit) werden für die Dauer von 30 Jahren gespeichert, um eine langfristige sportliche Entwicklung auswerten zu können. Der Datenspeicherung kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widersprochen werden. In diesem Fall werden die Daten gelöscht.

Der Vertreter der meldenden Gliederung bestätigt im Rahmen der Anmeldung im Meldeportal, dass alle Teilnehmer seiner Gliederung über diese Datenschutzbestimmungen informiert wurden.

## Fragen

Bei Fragen wendet euch bitte an folgende E-Mail-Adresse: masters@baden.dlrg.de

Anhänge zur Beachtung

1) Erklärung zu den Startunterlagen der Gliederung
2) Liste mit örtlichen Übernachtungsmöglichkeiten
3) Ausfüllhilfe Startunterlagen für Wettkampfteilnehmer
4) Nachweis der Startberechtigung
5) Merkblatt M3-001-15 Hinweise zu Schwimmbrillen
6) Merkblatt Sport-01-19 Regeln zur Schwimmbekleidung
7) Merkblatt Sport-03-23 Abmessungen von Wettkampfflossen

**Anhang 1: Erklärung zu den Startunterlagen der Gliederung**

# Erklärung zu den Startunterlagen durch die Delegationsleitung

# 27. Baden-Württembergische Seniorenmeisterschaften 2025 in Weingarten (Baden)

Name der Gliederung: _____

Hiermit erkläre ich, _____ (Vorname, Name) in meiner Eigenschaft als Delegationsleiter der oben genannten Gliederung, dass

- ich (ggf. mit Unterstützung) sämtliche Startunterlagen aller Teilnehmer der oben genannten Gliederung auf ihre Vollständigkeit und Richtigkeit geprüft habe und diese den durch den Veranstalter der BaWü Masters in den Ausschreibungs-unterlagen genannten Bedingungen sowie dem Regelwerk für Mehrkampf-Meisterschaften im Rettungsschwimmen Schwimmbad-Disziplinen in der aktuell gültigen Fassung, ohne Zweifel entsprechen.
- ich die in der Anlage der Ausschreibungsunterlagen (siehe Anhang) veröffentlichte Ausfüllhilfe für Startunterlagen erhalten, gelesen und etwaige Rückfragen an die veranstaltende Organisation gestellt habe. Mir ist bewusst, dass anhand dieser Ausfüllhilfe eine Kontrolle von Startunterlagen am Wettkampfort durchgeführt werden kann.
- ich dafür Sorge trage, dass ich während der Wettkampfzeiten die Startunterlagen meiner Gliederung jederzeit uneingeschränkt vollständig auf Verlangen der veranstaltenden Organisation oder einer durch sie mit dieser Aufgabe betrauten Person vorlegen kann.
- mir bewusst ist, dass während des Wettkampfes jederzeit Kontrollen der Startunterlagen durchgeführt werden können, die durch mich zeitlich in keinem Fall aufgeschoben werden können. Zu diesem Zweck bin ich für die veranstaltende Organisation jederzeit per Mobiltelefon erreichbar.
- mir ist bewusst, dass ein bei einer Kontrolle entdeckter Fehler einen Ausschluss des Teilnehmers vom Wettkampf zur Folge haben kann. Darüber hinaus kann bei Fehlerhäufigkeit auch eine Kontrolle aller Startunterlagen der Gliederung erfolgen.

Weiter erkläre ich, dass ich meine Mitverantwortung für die Gesundheit und Sicherheit aller Teilnehmer aktiv wahrnehme und insbesondere dafür Sorge trage, dass alle Teilnehmer meiner Delegation an den Wettkampftagen gesundheitlich und körperlich in der Lage sind, an den Wettkämpfen teilzunehmen.

Ich bin unter folgenden Kontaktdaten während der gesamten Veranstaltung erreichbar:

Name (Vor- und Nachname): _____

Straße und Hausnummer: _____

PLZ und Wohnort: _____

Mobile Telefon-Nummer: _____

Alternative Mobilnummer: _____

_____

Datum (tt.mm.jjjj), Unterschrift

## Anhang 2: Auswahl an Übernachtungsmöglichkeiten in und um Weingarten (Baden)

Wir haben euch eine Auswahl an Übernachtungsmöglichkeiten in und um Weingarten (Baden) zusammengestellt. Die Reihenfolge stellt keine Wertung dar.

Walksches Haus, Marktplatz 7, 76356 Weingarten (Baden),
http://www.walksches-haus.de/

Gasthaus zur Krone, Marktplatz 6, 76356 Weingarten (Baden),
http://www.krone-weingarten.de/

Hotel Zum Kärcher, Bahnhofstraße 150, 76356 Weingarten (Baden),
http://www.zumkaercher.de/

Hotel Ritter Stammhaus, Au in den Buchen 73, 76646 Bruchsal,
https://ritterbruchsal.de/

Hotel & Restaurant SONNE, Kleinsteinbacher Str. 2, 76228 Karlsruhe,
https://www.sonne-karlsruhe.de/

Gästehaus Windheim, Weingartener Str.65 76229 Grötzingen,
https://www.gaestehaus-windheim.de/

City-Hotel Holiday Inn - the niu, Wave Karlsruhe Oststadt, Ostring 6A, 76131 Karlsruhe
https://www.ihg.com/holiday-inn-the-niu/hotels/de/de/karlsruhe/fkbwk/hoteldetail

## Anhang 3: Ausfüllhilfe Startunterlagen für Wettkampfteilnehmende

Die Zulassungsbestimmungen zu den BaWü Masters erfordern folgende Dokumente und Nachweise für alle Teilnehmenden:

a) Mitgliedsbuch (alle Teilnehmenden müssen Mitglied sein)
b) Erklärung zum Gesundheitszustand (falls keine ärztliche Bestätigung im Mitgliedsbuch erfolgt) – alle Teilnehmenden müssen sich selbst zur Teilnahme gesundheitlich in der Lage sehen und erklären
c) Für Teilnehmende ab 16 Jahren bis einschließlich 49 Jahren: Nachweis der Rettungsfähigkeit

oder

**d) Formular „Nachweis der Startberechtigung“**

Falls die Startunterlagen verspätet, unvollständig und/oder nicht korrekt sind, kann die Starterlaubnis verweigert werden. Die Fristen für die Einreichung sind der Ausschreibung und den Infobriefen zu entnehmen. Ziel ist es, für alle Teilnehmer ein hohes Maß an Sicherheit und einen möglichst fairen Vergleich zu ermöglichen.

In den folgenden Abschnitten wird auf die Startunterlagen eingegangen und erklärt, wie diese auszufüllen sind. Die hier beschriebenen Punkte gelten sinngemäß für ältere Versionen von Unterlagen.

Auf Basis dieser Beschreibung wird die Kontrolle der Startunterlagen durchgeführt.

Wir empfehlen, für die Kontrolle der Startunterlagen, die jeweiligen Leistungsnachweise des Teilnehmers inkl. aller erforderlichen Unterschriften und Stempel gemäß den Rahmenrichtlinien der DLRG (in der jeweils aktuellen Fassung) mitzuführen.

**Um die Gefahr von Fehlern beim Ausfüllen der Startunterlagen zu reduzieren und die Kontrolle der Startunterlagen zu vereinfachen, wird die Verwendung des Formulars „Nachweis der Startberechtigung“ empfohlen.**

### Grundsätzliche Hinweise rund um die Startunterlagen

Empfohlen wird, die Startunterlagen als Bestandteil der Meisterschaft zu verstehen und mit dementsprechender Sorgfalt zu bearbeiten. Fehler, Unstimmigkeiten, schlecht lesbare Angaben, Abweichungen o.ä. stellen grundsätzlich ein **Risiko** zum Nachteil der Teilnehmenden dar.

**Tipps**

- auf saubere und lesbare Schrift in allen Unterlagen achten
- mit dokumentenechten Stiften in blauer oder schwarzer Farbe schreiben
- Datumsangaben eindeutig erkennbar halten; Formatbeispiel „14.02.2018“
- Zahlen eindeutig erkennbar schreiben
- Felder zum Ankreuzen eindeutig markieren
- Angaben in das dafür vorgesehene Formularfeld eintragen
- Vollständige Angaben machen – z.B. Name und Vorname; PLZ und Ort;
- Keine Angaben auf eingeklebten Zetteln, Etiketten o.ä. (diese sind nicht zulässig)
- Kein Heften, Kleben oder Klammern von Unterlagen (oder deren Bestandteilen) (ist nicht zulässig) **einzige** Ausnahme: Passfoto.
- Unterlagen pünktlich, vollständig und korrekt einreichen
- Falls ein Mitgliedsbuch sehr ‚mitgenommen‘ ist, sollte im Zweifel lieber ein neues erstellt und das alte vernichtet werden.

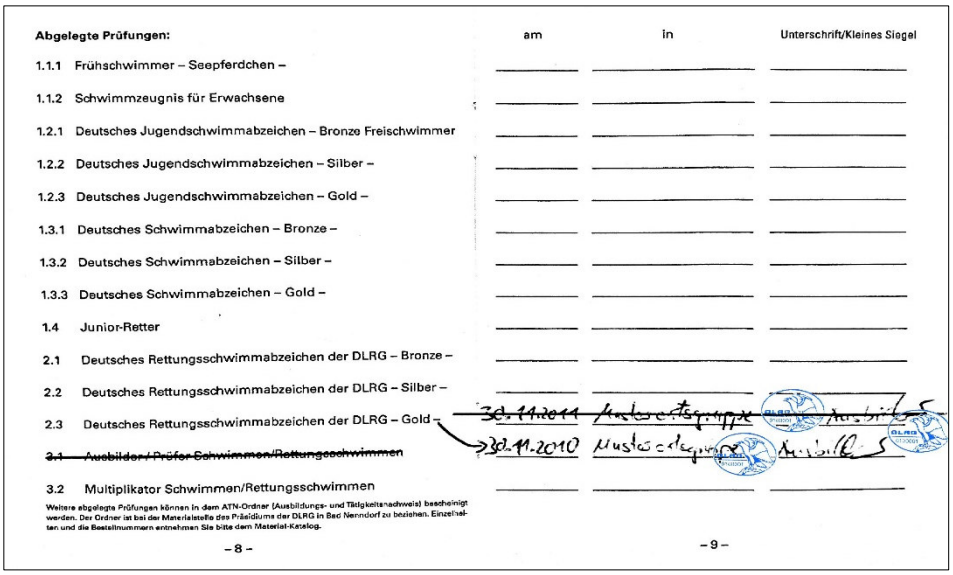
Bindend ist das geschriebene Wort. Die im Folgenden gezeigten Beispiele sind als Ergänzungen zu verstehen.

## Korrektur von Fehlern in Startunterlagen

Im Fall eines Fehlers im Mitgliedsbuch kann dieser wie folgt korrigiert werden:

1. Einfaches Durchstreichen der Falschangabe. Dabei ist darauf zu achten, dass die Falschangabe auch weiterhin gut lesbar bleibt. (Ein Lineal wird empfohlen.)
2. Bestätigung der Streichung, durch ein kleines Siegel und eine Unterschrift.
3. Nennung der korrekten Daten in unmittelbarer Nähe, z.B. darüber.
4. Bestätigung der Angaben, durch ein kleines Siegel und eine Unterschrift. (bei Bedarf: Verbindungslinie hinzufügen, um Änderung eindeutig zuzuordnen!)

Bespiel für eine Fehlerkorrektur:



| Abgelegte Prüfungen: | am | in | Unterschrift/Kleines Siegel |
|---|---|---|---|
| 1.1.1 Frühschwimmer – Seepferdchen – | | | |
| 1.1.2 Schwimmzeugnis für Erwachsene | | | |
| 1.2.1 Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Bronze Freischwimmer | | | |
| 1.2.2 Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Silber – | | | |
| 1.2.3 Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Gold – | | | |
| 1.3.1 Deutsches Schwimmabzeichen – Bronze – | | | |
| 1.3.2 Deutsches Schwimmabzeichen – Silber – | | | |
| 1.3.3 Deutsches Schwimmabzeichen – Gold – | | | |
| 1.4 Junior-Retter | | | |
| 2.1 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG – Bronze – | | | |
| 2.2 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG – Silber – | | | |
| 2.3 Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG – Gold – | ~~30.11.2011~~ | ~~Mustereintrag~~ | |
| ~~3.1 Ausbilder / Prüfer Schwimmen/Rettungsschwimmen~~ | 30.11.2010 | Mustereintrag | |
| 3.2 Multiplikator Schwimmen/Rettungsschwimmen | | | |

Weitere abgelegte Prüfungen können in dem ATN-Ordner (Ausbildungs- und Tätigkeitsnachweis) bescheinigt werden. Der Ordner ist bei der Materialstelle des Präsidiums der DLRG in Bad Nenndorf zu beziehen. Einzelheiten und die Bestellnummern entnehmen Sie bitte dem Material-Katalog.

– 8 – – 9 –

Der Unterschied zwischen falscher und richtiger Angabe muss klar ersichtlich sein!

- Zu vermeiden bei einer Fehlerkorrektur (d.h. nicht zulässig) ist:
- Komplettes Schwärzen einer Falschangabe.
- Die Verwendung von Tipp-Ex oder vergleichbare Folien/Methoden zur Überdeckung.
- Das Einkleben von zusätzlichen Seiten oder Überkleben von falschen Angaben mit Etiketten o.ä.
- Jedes andere Verfahren, das nicht dokumentenecht ist.

## Korrektes Ausfüllen der Unterlagen

a) Mitgliedsbuch

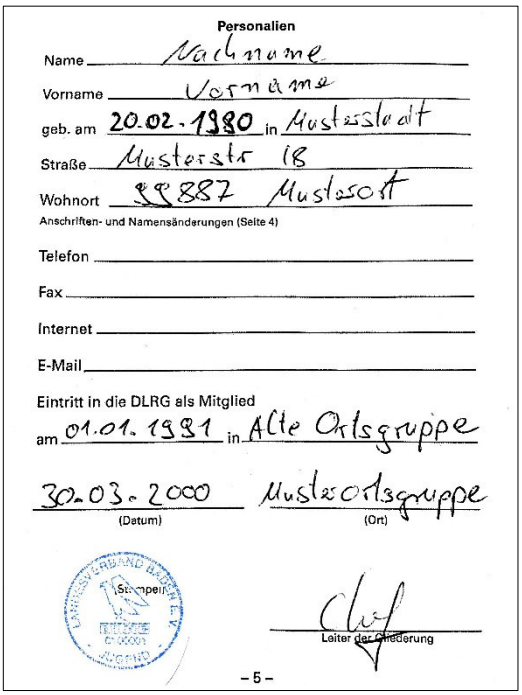
Im Folgenden wird das korrekte Ausfüllen des Mitgliedsbuches am Beispiel der Version mit der Bestellnummer 62401121 gezeigt. Die Angaben und Hinweise gelten für ältere Versionen des Mitgliedsbuches sinngemäß.

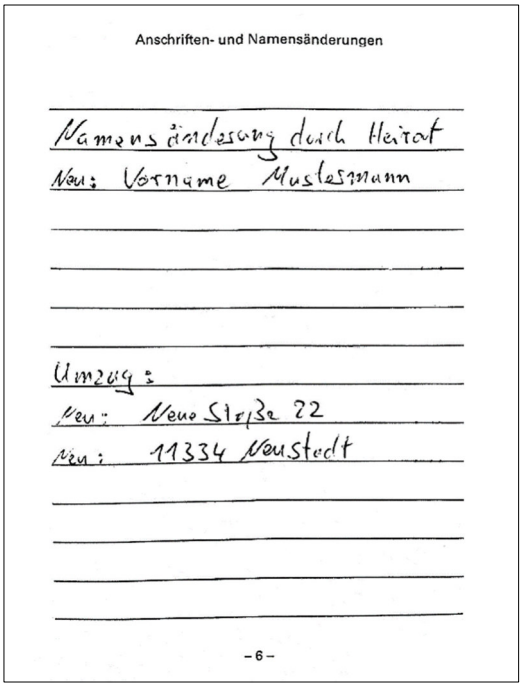
Seite 4 - Pflichtangaben:

- Angabe des Landesverbands
- Angabe des Bezirks
- Angabe der untersten Gliederungsebene (entfällt, wenn der Bezirk die unterste Gliederungsebene ist).
- Einkleben eines Passbildes, dieses ist an einer Ecke mit einem Stempel (Halb auf Bild, halb auf Mitgliedsbuch) zu bestätigen.
- Unterschrift des Passinhabers und ggf. des gesetzlichen Vertreters

Seite 5 - Pflichtangaben:

- Vollständige Personalien, bestehend aus:
  - Name und Vorname
  - Geburtsdatum und Geburtsort
  - Straße und Hausnummer
  - Postleitzahl und Wohnort
- Eintrittsdatum und Eintrittsort in die DLRG bei Beginn der Mitgliedschaft
- Datum und Ort bei der Bestätigung des Mitgliedsausweises durch die ausstellende Gliederung
- Großes Siegel der Gliederung
- Unterschrift des Leiters der Gliederung





Anschriften- und Namensänderungen

Namensänderung durch Heirat
Neu: Vorname Mustermann

Umzug:
Neu: Neue Straße 22
Neu: 11334 Neustadt

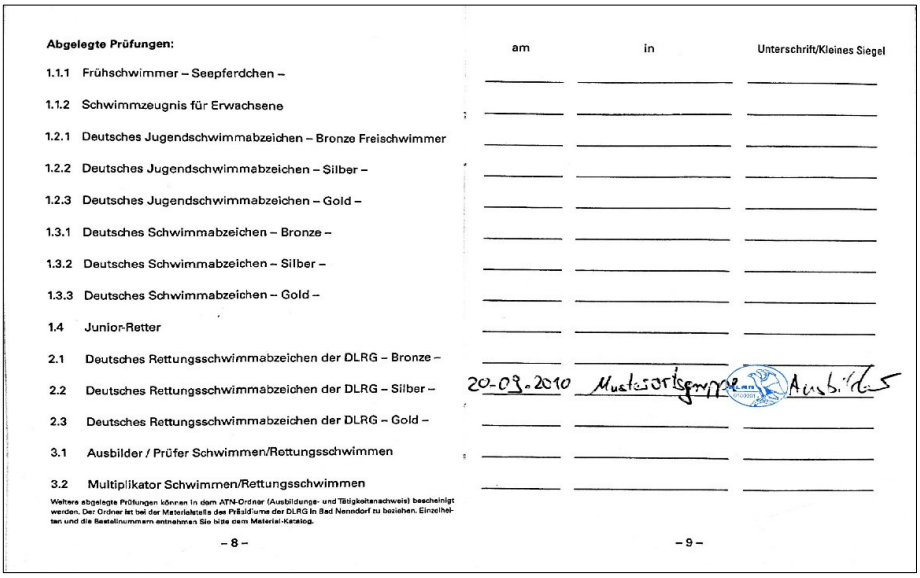
– 6 –

Seite 6:

Hier sind alle Änderungen der auf den vorangegangenen Seiten genannten persönlichen Daten zu vermerken.

z.B.:

Umzug => neue vollständige Adresse
Heirat => ggf. neuer Name



**Abgelegte Prüfungen:**

| | | am | in | Unterschrift/Kleines Siegel |
|---|---|---|---|---|
| 1.1.1 | Frühschwimmer – Seepferdchen – | | | |
| 1.1.2 | Schwimmzeugnis für Erwachsene | | | |
| 1.2.1 | Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Bronze Freischwimmer | | | |
| 1.2.2 | Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Silber – | | | |
| 1.2.3 | Deutsches Jugendschwimmabzeichen – Gold – | | | |
| 1.3.1 | Deutsches Schwimmabzeichen – Bronze – | | | |
| 1.3.2 | Deutsches Schwimmabzeichen – Silber – | | | |
| 1.3.3 | Deutsches Schwimmabzeichen – Gold – | | | |
| 1.4 | Junior-Retter | | | |
| 2.1 | Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG – Bronze – | | | |
| 2.2 | Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG – Silber – | 20-03-2010 | Musterortsgruppe | Ausbilder |
| 2.3 | Deutsches Rettungsschwimmabzeichen der DLRG – Gold – | | | |
| 3.1 | Ausbilder / Prüfer Schwimmen/Rettungsschwimmen | | | |
| 3.2 | Multiplikator Schwimmen/Rettungsschwimmen | | | |

Weitere abgelegte Prüfungen können in dem ATN-Ordner (Ausbildungs- und Tätigkeitsnachweis) bescheinigt werden. Der Ordner ist bei der Materialstelle des Präsidiums der DLRG in Bad Nenndorf zu beziehen. Einzelheiten und die Bestellnummern entnehmen Sie bitte dem Material-Katalog.

– 8 – – 9 –

Seite 8 und 9:

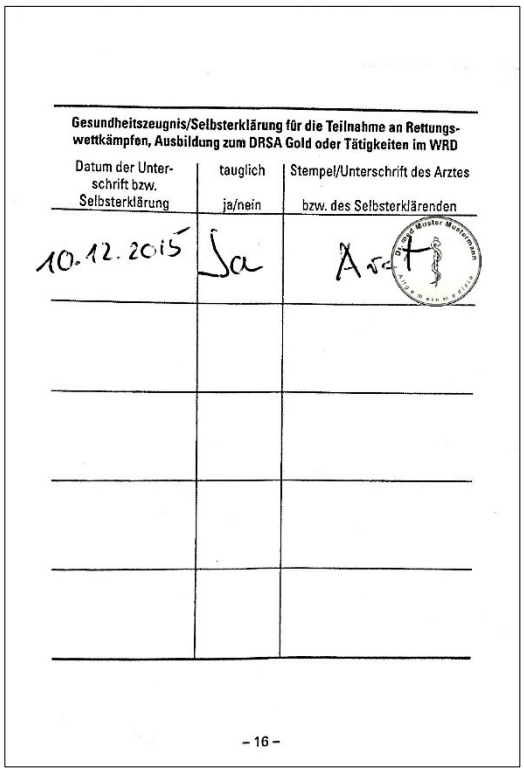
Tipps:

- **Mindestalter** beachten: Prüfungen, die vor Erreichen des durch die „Deutsche Prüfungsordnung Schwimmen/Rettungsschwimmen“ (PO I) festgelegten Mindestalters beurkundet wurden, können als nicht beurkundet gewertet werden.
- **Verbindungslinien** zwischen den Titeln der Prüfungen und den rechts gemachten Angaben der Gliederungen sind zulässig und notwendig, um Fehlinterpretationen zu vermeiden.

Seite 16:

Anstelle einer Selbsterklärung zum Gesundheitszustand kann auch hier durch einen Arzt die Tauglichkeit bescheinigt werden. Hierfür sind die folgenden Daten gut erkenntlich auszufüllen:

- Datum der Untersuchung
- Untersuchungsergebnis (Spalte „tauglich ja/nein“, muss mit „ja“ ausgefüllt sein)
- Unterschrift und Stempel des Arztes



Gesundheitszeugnis/Selbsterklärung für die Teilnahme an Rettungswettkämpfen, Ausbildung zum DRSA Gold oder Tätigkeiten im WRD

| Datum der Unterschrift bzw. Selbsterklärung | tauglich ja/nein | Stempel/Unterschrift des Arztes bzw. des Selbsterklärenden |
|---|---|---|
| 10.12.2015 | Ja | Arzt |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

– 16 –

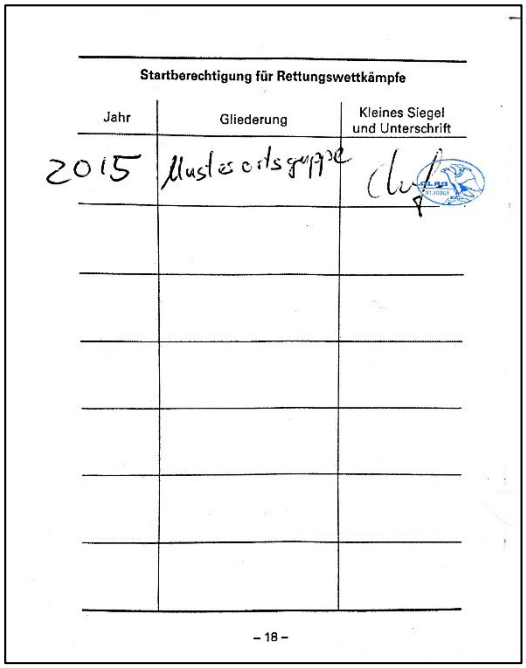
Seite 18:

Hier ist durch die Gliederung zu bestätigen, dass das Mitglied startberechtigt ist.

Die Startberechtigung kann pro Kalenderjahr nur für eine Gliederung ausgestellt werden und ist jährlich zu erneuern.

Pflichtangaben:

- Wettkampfjahr
- Name der Gliederung, für die das Mitglied startet
- Kleines Siegel und Unterschrift der Gliederung



Startberechtigung für Rettungswettkämpfe

| Jahr | Gliederung | Kleines Siegel und Unterschrift |
|---|---|---|
| 2015 | Musterortsgruppe | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

– 18 –

Seite 20:

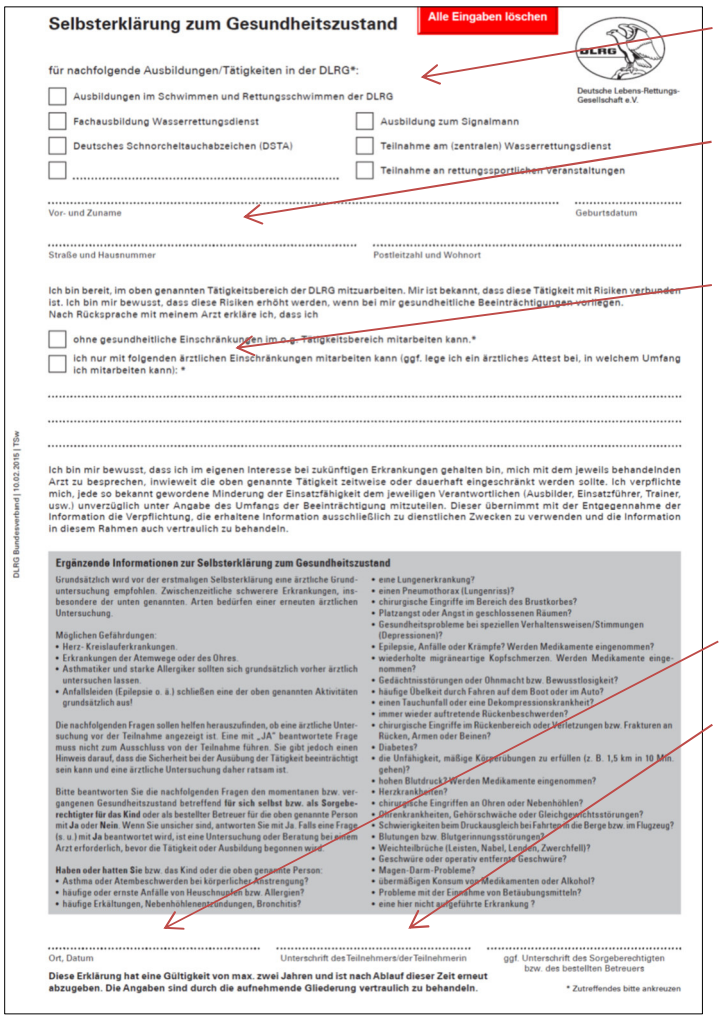
Ein Nachweis über die Beitragszahlung ist nicht notwendig.

b) Erklärung des Gesundheitszustandes

Die Erklärung des Gesundheitszustandes kann durch folgende Nachweise erbracht werden, die am Tag des Wettkampfs nicht älter als 2 Jahre sein dürfen:

- Selbsterklärung zum Gesundheitszustand (Merkblatt M3-002, in der jeweils gültigen Fassung als vollständiges Formular im DIN A4 Format)
- Eintragung im Mitgliedsbuch (Tauglichkeit für Rettungswettkämpfe) mit Stempel und Unterschrift eines Arztes
- G 26 Tauglichkeitsuntersuchung
- G 31 Tauglichkeitsuntersuchung

Nachfolgend wird am Beispiel des Merkblatts M3-002-15 erläutert, wie dieses auszufüllen ist. Für andere Vordrucke gilt dies sinngemäß.



**Selbsterklärung zum Gesundheitszustand** Alle Eingaben löschen

Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.

für nachfolgende Ausbildungen/Tätigkeiten in der DLRG*:

☐ Ausbildungen im Schwimmen und Rettungsschwimmen der DLRG
☐ Fachausbildung Wasserrettungsdienst
☐ Deutsches Schnorcheltauchabzeichen (DSTA)
☐ .....
☐ Ausbildung zum Signalmann
☐ Teilnahme am (zentralen) Wasserrettungsdienst
☐ Teilnahme an rettungssportlichen Veranstaltungen

Vor- und Zuname ..... Geburtsdatum .....

Straße und Hausnummer ..... Postleitzahl und Wohnort .....

Ich bin bereit, im oben genannten Tätigkeitsbereich der DLRG mitzuarbeiten. Mir ist bekannt, dass diese Tätigkeit mit Risiken verbunden ist. Ich bin mir bewusst, dass diese Risiken erhöht werden, wenn bei mir gesundheitliche Beeinträchtigungen vorliegen. Nach Rücksprache mit meinem Arzt erkläre ich, dass ich

☐ ohne gesundheitliche Einschränkungen im o.g. Tätigkeitsbereich mitarbeiten kann.*
☐ ich nur mit folgenden ärztlichen Einschränkungen mitarbeiten kann (ggf. lege ich ein ärztliches Attest bei, in welchem Umfang ich mitarbeiten kann): *

.....
.....
.....

Ich bin mir bewusst, dass ich im eigenen Interesse bei zukünftigen Erkrankungen gehalten bin, mich mit dem jeweils behandelnden Arzt zu besprechen, inwieweit die oben genannte Tätigkeit zeitweise oder dauerhaft eingeschränkt werden sollte. Ich verpflichte mich, jede so bekannt gewordene Minderung der Einsatzfähigkeit dem jeweiligen Verantwortlichen (Ausbilder, Einsatzführer, Trainer, usw.) unverzüglich unter Angabe des Umfangs der Beeinträchtigung mitzuteilen. Dieser übernimmt mit der Entgegennahme der Information die Verpflichtung, die erhaltene Information ausschließlich zu dienstlichen Zwecken zu verwenden und die Information in diesem Rahmen auch vertraulich zu behandeln.

**Ergänzende Informationen zur Selbsterklärung zum Gesundheitszustand**

Grundsätzlich wird vor der erstmaligen Selbsterklärung eine ärztliche Grunduntersuchung empfohlen. Zwischenzeitliche schwerere Erkrankungen, insbesondere der unten genannten. Arten bedürfen einer erneuten ärztlichen Untersuchung.

Möglichen Gefährdungen:
- Herz- Kreislauferkrankungen.
- Erkrankungen der Atemwege oder des Ohres.
- Asthmatiker und starke Allergiker sollten sich grundsätzlich vorher ärztlich untersuchen lassen.
- Anfallsleiden (Epilepsie o. ä.) schließen eine der oben genannten Aktivitäten grundsätzlich aus!

Die nachfolgenden Fragen sollen helfen herauszufinden, ob eine ärztliche Untersuchung vor der Teilnahme angezeigt ist. Eine mit „JA" beantwortete Frage muss nicht zum Ausschluss von der Teilnahme führen. Sie gibt jedoch einen Hinweis darauf, dass die Sicherheit bei der Ausübung der Tätigkeit beeinträchtigt sein kann und eine ärztliche Untersuchung daher ratsam ist.

Bitte beantworten Sie die nachfolgenden Fragen den momentanen bzw. vergangenen Gesundheitszustand betreffend **für sich selbst bzw. als Sorgeberechtigter für das Kind** oder als bestellter Betreuer für die oben genannte Person mit **Ja** oder **Nein**. Wenn Sie unsicher sind, antworten Sie mit Ja. Falls eine Frage (s. u.) mit **Ja** beantwortet wird, ist eine Untersuchung oder Beratung bei einem Arzt erforderlich, bevor die Tätigkeit oder Ausbildung begonnen wird.

**Haben oder hatten Sie** bzw. das Kind oder die oben genannte Person:
- Asthma oder Atembeschwerden bei körperlicher Anstrengung?
- häufige oder ernste Anfälle von Heuschnupfen bzw. Allergien?
- häufige Erkältungen, Nebenhöhlenentzündungen, Bronchitis?
- eine Lungenerkrankung?
- einen Pneumothorax (Lungenriss)?
- chirurgische Eingriffe im Bereich des Brustkorbes?
- Platzangst oder Angst in geschlossenen Räumen?
- Gesundheitsprobleme bei speziellen Verhaltensweisen/Stimmungen (Depressionen)?
- Epilepsie, Anfälle oder Krämpfe? Werden Medikamente eingenommen?
- wiederholte migräneartige Kopfschmerzen. Werden Medikamente eingenommen?
- Gedächtnisstörungen oder Ohnmacht bzw. Bewusstlosigkeit?
- häufige Übelkeit durch Fahren auf dem Boot oder im Auto?
- einen Tauchunfall oder eine Dekompressionskrankheit?
- immer wieder auftretende Rückenbeschwerden?
- chirurgische Eingriffe im Rückenbereich oder Verletzungen bzw. Frakturen an Rücken, Armen oder Beinen?
- Diabetes?
- die Unfähigkeit, mäßige Körperübungen zu erfüllen (z. B. 1,5 km in 10 Min. gehen)?
- hohen Blutdruck? Werden Medikamente eingenommen?
- Herzkrankheiten?
- chirurgische Eingriffen an Ohren oder Nebenhöhlen?
- Ohrenkrankheiten, Gehörschwäche oder Gleichgewichtsstörungen?
- Schwierigkeiten beim Druckausgleich bei Fahrten in die Berge bzw. im Flugzeug?
- Blutungen bzw. Blutgerinnungsstörungen?
- Weichteilbrüche (Leisten, Nabel, Lenden, Zwerchfell)?
- Geschwüre oder operativ entfernte Geschwüre?
- Magen-Darm-Probleme?
- übermäßigen Konsum von Medikamenten oder Alkohol?
- Probleme mit der Einnahme von Betäubungsmitteln?
- eine hier nicht aufgeführte Erkrankung ?

Ort, Datum ..... Unterschrift des Teilnehmers/der Teilnehmerin ..... ggf. Unterschrift des Sorgeberechtigten bzw. des bestellten Betreuers .....

**Diese Erklärung hat eine Gültigkeit von max. zwei Jahren und ist nach Ablauf dieser Zeit erneut abzugeben. Die Angaben sind durch die aufnehmende Gliederung vertraulich zu behandeln.**

* Zutreffendes bitte ankreuzen

DLRG Bundesverband | 10.02.2016 | TSw

1. Deutliche Kennzeichnung der Tätigkeit für die diese Erklärung gültig ist.

2. Angabe der persönlichen Daten wie gefordert – übereinstimmend mit Angaben im Mitgliedsbuch!

3. Bewertung des eigenen Gesundheitszustandes.

4. Ort und Datum, nicht älter als 2 Jahre am Tag des Wettkampfs.

5. Ort, Datum und Unterschrift der oben genannten Person **und** ggf. des/der Sorgeberechtigten!

Hinweis zu anderen Formulararten:

Sind weiterführende Informationen Bestandteil des Vordruckes, so sind diese zwingend auf der Rückseite der unterschriebenen Erklärung aufzudrucken.

c) Nachweis der Rettungsfähigkeit (ab 16 Jahren bis einschließlich 49 Jahren)

Für den Nachweis der Rettungsfähigkeit ist für den Teilnehmenden folgendes zu leisten:

- Nachweis des Rettungsschwimmabzeichens Silber oder Gold nicht älter als 12 Monate

oder

- Nachweis des Rettungsschwimmabzeichens Silber oder Gold nicht älter als 36 Monate sowie der kombinierten Übung (Rettungsschwimmabzeichen Silber oder Gold) nicht älter als 12 Monate

d) Formular „Nachweis der Startberechtigung“

Bei Nutzung des Formulars gelten die vorab genannten Erläuterungen sinngemäß und müssen entsprechend ausgefüllt und deutlich angekreuzt sein.

# Nachweis der Startberechtigung:

Landesverband:

Bezirk:

Gliederung:

Bild einfügen

**Personalien**

Name:

Vorname:

geb. am:

Straße:

PLZ Ort:

Eintritt in die Gliederung am:

Datum und Unterschrift Berechtigter aus Gliederung Großes Siegel

Datum, Unterschrift Sportler(in) Unterschrift eines Erziehungsberechtigten

Wettkampfjahr:

**Nachweis von Prüfungen:**

- ○ Schwimmabzeichen Silber
- ○ Schwimmabzeichen Gold
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Bronze
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Silber
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Gold

abgelegt am:

kombinierte Übung absolviert am:

**Gesundheitszeugnis / Selbsterklärung**

Datum der Untersuchung bzw. Selbsterklärung:

Datum und Unterschrift Berechtigter kleines Siegel

DLRG

# Nachweis der Startberechtigung

Wettkampfjahr:

**Nachweis von Prüfungen:**

- ○ Schwimmabzeichen Silber
- ○ Schwimmabzeichen Gold
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Bronze
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Silber
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Gold

**Gesundheitszeugnis / Selbsterklärung**

Datum der Untersuchung

bzw. Selbsterklärung:

abgelegt am:

kombinierte Übung absolviert am:

Datum und Unterschrift Berechtigter kleines Siegel

---

Wettkampfjahr:

**Nachweis von Prüfungen:**

- ○ Schwimmabzeichen Silber
- ○ Schwimmabzeichen Gold
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Bronze
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Silber
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Gold

**Gesundheitszeugnis / Selbsterklärung**

Datum der Untersuchung

bzw. Selbsterklärung:

abgelegt am:

kombinierte Übung absolviert am:

Datum und Unterschrift Berechtigter kleines Siegel

---

Wettkampfjahr:

**Nachweis von Prüfungen:**

- ○ Schwimmabzeichen Silber
- ○ Schwimmabzeichen Gold
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Bronze
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Silber
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Gold

**Gesundheitszeugnis / Selbsterklärung**

Datum der Untersuchung

bzw. Selbsterklärung:

abgelegt am:

kombinierte Übung absolviert am:

Datum und Unterschrift Berechtigter kleines Siegel

---

Wettkampfjahr:

**Nachweis von Prüfungen:**

- ○ Schwimmabzeichen Silber
- ○ Schwimmabzeichen Gold
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Bronze
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Silber
- ○ Rettungsschwimmabzeichen Gold

**Gesundheitszeugnis / Selbsterklärung**

Datum der Untersuchung

bzw. Selbsterklärung:

abgelegt am:

kombinierte Übung absolviert am:

Datum und Unterschrift Berechtigter kleines Siegel

# MERKBLATT M3-001-15

ersetzt die bisherigen Merkblätter M3-001-06 und M3-001-05

**Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.**

**Leitung Medizin**

Im Niedernfeld 1 - 3

31542 Bad Nenndorf

Telefon: 0 57 23 . 955 - 420

Telefax: 0 57 23 . 955 - 429

23.04.2015

DNM/KTh

## Schwimmen & Tauchen in der Ausbildung: Einsatz von Schwimmbrillen und Limitierungen

Die notwendigen Tauchleistungen bei Schwimm- und Rettungsschwimmprüfungen müssen gemäß Deutscher Prüfungsordnung ohne Hilfsmittel und damit auch ohne Schwimmbrille oder Tauchmaske (auch Tauchbrille genannt) absolviert werden.
In der vorbereitenden Ausbildung sollten Tauchleistungen aus methodischen Gründen immer ohne Schwimmbrille absolviert werden, falls nicht gravierende Argumente (z.B. eine **starke Fehlsichtigkeit diese als Korrekturmedium oder zum Schutz von unbedingt zu tragenden Kontaktlinsen**) dagegen sprechen. Für die Prüfungsabnahme existieren keine Ausnahmen.
Diese Empfehlung dient der besseren Wassergewöhnung hilft dem Anfänger sich natürlich orientierend mit dem ungewohnten Medium Wasser auseinanderzusetzen. Ist eine Schwimmbrille erforderlich, so darf diese **bis maximal 2 m Tauchtiefe** (für kurzes Abtauchen **innerhalb 20 Sekunden**) benutzt werden, weil in diesem Bereich kein Schaden für die Augen zu befürchten ist. Dabei sollten möglichst am Rand gepolsterte Schwimmbrillen bzw. weiches Material der Brillenkörper benutzt werden, die auf dem knöchernen Augenrand sitzen (und abgedichtet werden).

Empfohlene Schwimmbrille mit elastischer Abstützung auf den Knochen um die Augen:

Beispielfoto: *Abbildung: DLRG Materialstelle*

Nicht empfohlene Schwimmbrille mit Abstützung auf Lidern/Auge („Schwedenbrille“):

Beispielfoto: *Abbildung: DLRG Materialstelle*

Ab einer Tauchtiefe von 2 Meter ist auf eine Druckausgleichsmöglichkeit durch Einschluss der Nase in die Maske zu achten („Tauchmaske“):

Beispielfoto: *Abbildung: DLRG Materialstelle*

**Hintergrundinformationen zu den ausgesprochenen Empfehlungen:**

**Medizinische Aspekte:**
Mit zunehmender Tauchtiefe kommt es zu einem ansteigenden Druck auf die Schwimmbrille und Tauchmaske, der im Fall einer Schwimmbrille (fehlende Möglichkeit durch die Nase Luft einzubringen) nicht ausgeglichen werden kann. Nach dem Gesetz von Boyle-Mariotte erhöht sich mit zunehmender Tiefe der Unterdruck in der Schwimmbrille. Dieser unterdruckbedingte Sog auf die Haut und Augen führt ab einer gewissen Stärke und Dauer der Einwirkung zu Einblutungen in der Haut und Bindehaut, einem sogenannten Barotrauma.
Bei Schwimmbrillen mit elastischem Rand, die sich auf knöchernen Strukturen abstützen, besteht eine etwas bessere Kompensationsmöglichkeit, als bei den starren Schwimmbrillen, die sich direkt auf den Lidern abstützen. Die sogenannten Schwedenbrillen können daher generell nicht für die Verwendung empfohlen werden.
Aus medizinischer Sicht kann in Einzelfällen das Tragen von Schwimmbrillen durchaus sinnvoll sein, z.B. bei starken Sehfehlern, die auch über Wasser zur Orientierungslosigkeit führen (entweder Brille mit optischen Gläsern oder Schutz von Kontaktlinsen). Des Weiteren sind dem Schwimmbadwasser desinfizierende Substanzen zugesetzt, die reizende Wirkungen auf die Binde-/Schleimhäute haben können, in Kombination mit vorhandenen Allergien kann es hier zu besonders beeinträchtigenden Reaktionen kommen.

**Methodisch-didaktische Aspekte:**
Bei der Wassergewöhnung und dem Schwimmenlernen sollten keinerlei Schwimmbrillen getragen werden. Hier sollte vielmehr die Überwindung des Lidschlussreflexes bei Wasserkontakt gezielt geübt werden. Dieses ist ein wichtiges Lernziel, um im späteren Fall des plötzlichen Wasserkontaktes (Sturz ins Wasser, Verlust der Schwimmbrille) eine Orientierungslosigkeit und Panik zu verhindern. Ziel der Ausbildung sollte also immer die Toleranz des Wasserkontaktes sein und nicht diesen durch eine Brille bereits frühzeitig auszuschließen.
Das Sehen unter Wasser entspricht einer Sehschärfe unter 2% (Blindheitsgrenze), so dass hier oftmals der Wunsch nach einer Brille zum Tauchen entsteht, hier sollte aber primär durch entsprechend kontrastreiche Gegenstände in der Anfängerschwimmausbildung gegengesteuert werden.
Eine andere Situation besteht selbstverständlich nach Abschluss der Schwimmausbildung bei regelmäßig trainierenden Schwimmern. Hier stehen die Orientierungsfähigkeit und der Schutz vor den desinfizierenden Wasserzusätzen bei langen Kontaktzeiten im Vordergrund.
Beim Springen vom Brett oder Turm sollte aufgrund des Verletzungsrisikos generell keine Schwimm- oder Tauchmaske getragen werden. Diese können durch Verrutschen und Druck zu Schäden führen.

Quellen / Literaturhinweise:
- D Schnell et al.: Tauchen mit Schwimmbrillen. Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin 2008;59(3):68-72 (Nachdruck: Caisson 2009;24(1):19-23 [http://gtuem.praesentiert-ihnen.de/caisson_01-09.pdf])

Mitwirkendende Organisationen:
Die Erstellung dieses Merkblattes erfolgte in Zusammenarbeit mit dem Ressort Sportophthalmologie des Berufsverbandes der Augenärzte Deutschlands, http://www.auge-sport.de

# Regeln zur Schwimmbekleidung bei rettungssportlichen Wettkämpfen der DLRG

**Merkblatt Sport-01-19**

Bei rettungssportlichen Wettkämpfen sind Anzüge laut ILS-Richtlinien erlaubt.
Die Schwimmanzüge müssen folgenden Standards entsprechen:

- die Schwimmanzüge der männl. Wettkämpfer dürfen nicht über Knie und über Bauchnabel reichen.
- die Schwimmanzüge der weibl. Wettkämpfer müssen schulter-, nacken- und armfrei sein und dürfen nicht über die Knie reichen. Zweiteilige Schwimmanzüge dürfen entsprechend den vorher beschriebenen Standards getragen werden.

| **Schwimmkleidung männl. Wettkämpfer** | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **volle Länge** | **lang** | **beinlang** | **knielang** | **kurzes Bein** | **kurz** |
| **nicht erlaubt** | **nicht erlaubt** | **nicht erlaubt** | **erlaubt** | **erlaubt** | **erlaubt** |
| | | | | | |

| **Schwimmkleidung weibl. Wettkämpfer** | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **volle Länge** | **Reißverschluss hinten** | **knielang mit Rückenausschnitt** | **kurz mit Rückenausschnitt** | **Zweiteiler** |
| **nicht erlaubt** | **nicht erlaubt** | **erlaubt** | **erlaubt** | **erlaubt** |
| | | | | |

Folgende Materialien für die Schwimmkleidung sind erlaubt:

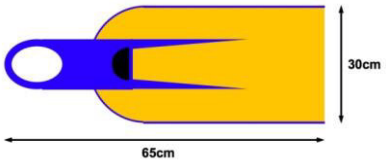
- nur textiles Material ist erlaubt.
- wasserundurchlässige Materialien sind nicht erlaubt.
- das verwendete Material darf nicht dicker als 0,8 mm sein.
- es sind keine Reißverschlüsse oder andere Befestigungsmittel erlaubt, außer den Bändern bei kurzen Badehosen.
- Schwimmkleidung, die Auftrieb unterstützt, Schmerzen reduziert, chemische oder medizinische Stimulierung oder andere Einflüsse von außen ermöglicht, ist verboten.
- Applikationen auf der Schwimmkleidung sind verboten (Hinweis: Firmenlogos, Vereinsnamen oder ähnliches sind erlaubt).

ILS erlaubt allen männl. und weibl. Wettkämpfern (aus Anstandsgründen), textile Materialien unter ihren Schwimmanzügen zu tragen, wenn sie dadurch keine Wettkampfvorteile erlangen. Ebenso soll die Schwimmkleidung nicht knapper als die vorgeschlagene kurze Schwimmkleidung für beide Geschlechter sein.
Aus religiösen oder kulturellen Gründen kann abweichend Schwimmkleidung zugelassen werden, die größere Teile des Körpers bedeckt (aus textilem Material), wenn dadurch kein Wettbewerbsvorteil erlangt wird.

## Für Rettungssportwettkämpfe zugelassene Flossen

Die zum Wettkampf zugelassenen Flossen dürfen folgende Abmaße nicht überschreiten:

- **Länge der Flosse:**
  **65cm inklusive Fußteil und Fersenband (siehe Zeichnung)**
- **Breite der Flosse:**
  **30cm (gemessen am breitesten Teil des Flossenblattes)**




Flossen, die nicht diesen Bestimmungen entsprechen oder andere Teilnehmer gesundheitlich gefährden könnten, sind zum Wettkampf nicht zugelassen.

Während der Messung darf das Fersenband in keiner Weise eingedrückt oder abgeknickt sein. Außerdem muss es so eingestellt sein, wie es im Wettkampf verwendet wird bzw. wurde (z.B. Taucherflossen).

Generell gilt, dass im Zweifel das beim Wettkampf eingesetzte Schiedsgericht über die Zulassung der jeweiligen Flossen entscheidet.

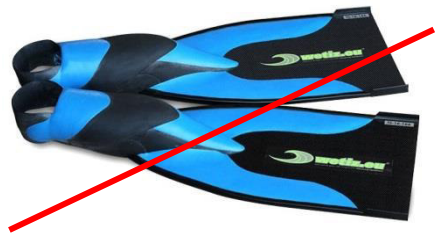
### Einschränkungen für jüngere Altersklassen

Um die körperliche Entwicklung und Gesundheitsaspekte der jüngeren Rettungssportler ausreichend zu berücksichtigen, gelten in den jüngeren Altersklassen zusätzliche Einschränkungen.

**Bis zum Alter von 12 Jahren** (entscheidend ist das Geburtsjahr im jeweiligen Wettkampfjahr)

- **Länge der Flosse:**
  **65cm inklusive Fußteil und Fersenband**
- **Breite der Flosse:**
  **23cm (gemessen am breitesten Teil des Flossenbandes)**

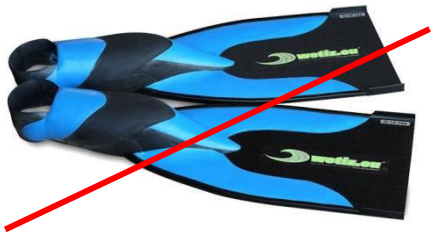
Das Flossenblatt darf nur aus Kunststoff, Plastik, Gummi und ähnlichem Material hergestellt sein. Glasfaserverstärkter Kunststoff (Fiberglas), Carbon und ähnliches Material darf für das Flossenblatt nicht verwendet werden.

| Beispiele für die Altersklasse bis 12 Jahre | | | |
|---|---|---|---|
| Flossenblatt aus glasfaserverstärktem Kunststoff (angewinkeltes Fußgelenk) | Flossenblatt aus glasfaserverstärktem Kunststoff | Gummiflossen, geschlossenes Fußteil | Gummiflossen, Fersenband (hier mit Schnallen) |
| nicht erlaubt | nicht erlaubt | erlaubt | erlaubt |
|  Quelle: wetiz.eu | Quelle: wetiz.eu | Quelle: shop.dlrg.de | Quelle: shop.dlrg.de |

**Altersklasse 13- und 14-Jährige** (entscheidend ist das Geburtsjahr im jeweiligen Wettkampfjahr)

Für das Flossenblatt sind alle Materialien erlaubt.

Flossen bei denen das Fußgelenk im angezogenen Zustand angewinkelt ist (Produktbezeichnungen: Speed-Fins, Torpedo-Fins, Glide-Fins usw.) sind nicht erlaubt.

| Beispiele für die Altersgruppe der 13- und 14-Jährigen | | | |
|---|---|---|---|
| Flossenblatt aus glasfaserverstärktem Kunststoff (angewinkeltes Fußgelenk) | Flossenblatt aus glasfaserverstärktem Kunststoff | Gummiflossen, geschlossenes Fußteil | Gummiflossen, Fersenband (hier mit Schnallen) |
| nicht erlaubt | erlaubt | erlaubt | erlaubt |
|  Quelle: wetiz.eu | Quelle: wetiz.eu | Quelle: shop.dlrg.de | Quelle: shop.dlrg.de |

**Ab dem Alter von 15 Jahren** (entscheidend ist das Geburtsjahr im jeweiligen Wettkampfjahr) **sind alle Flossen erlaubt, die den o.g. Bestimmungen entsprechen.**

| Beispiele für die Altersgruppe ab 15 Jahren | | | |
|---|---|---|---|
| Flossenblatt aus glasfaserverstärktem Kunststoff (angewinkeltes Fußgelenk) | Flossenblatt aus glasfaserverstärktem Kunststoff | Gummiflossen, geschlossenes Fußteil | Gummiflossen, Fersenband (hier mit Schnallen) |
| erlaubt | erlaubt | erlaubt | erlaubt |
| Quelle: wetiz.eu | Quelle: wetiz.eu | Quelle: shop.dlrg.de | Quelle: shop.dlrg.de |

**Generell gilt, dass im Zweifel das beim Wettkampf eingesetzte Schiedsgericht über die Zulassung der jeweiligen Flossen entscheidet**