

Schwimmverband Nordrhein-Westfalen

Ausschreibung für die

1. Kadersichtung 2011 des SV NRW

- Vorbereitung zum DSV Sichtungswettkampf 2011 -

Samstag, 04. Juni 2011 in der Ulla-Klinger-Halle in Aachen

Ausrichter: SV Neptun 1910 Aachen e.V., Wettkampfleiter: Igor Gulov

Wettkämpfe (Der Zeitplan wird mit dem Meldeergebnis mitgeteilt.)

Jahrgang	Kondition / Boden	1m	3m
2001 und jünger	WK 1	WK 1a	WK 1b
2000 und jünger	WK 2	WK 2a	WK 2b
2000 und jünger	WK 3	WK 3a	WK 3b

Allgemeine Bestimmungen

- Alle Teilnehmer/innen müssen im Besitz eines gültigen Wettkampfpasses sein, der vor Beginn des Wettkampfs dem Wettkampfleiter unaufgefordert vorzulegen ist.
- Die Wettkämpfe werden in Anlehnung an das Testprogramm des DSV für die Zehn- und Elfjährigen durchgeführt (ohne Gymnastik und Beweglichkeit).
- Alle Teilnehmer können sich für den D1/D2-Kader des SV NRW qualifizieren. Die Jahrgänge 2001 und jünger können sich entscheiden zwischen dem Qualifikationsprogramm für den D1/D2-Kader (Wettkampf 1) oder denen für den D3-Kader (Wettkämpfe 2 und 3).
- Die Jahrgänge 2000 und 2001 können sich für den D3-Landeskader qualifizieren, wenn dieser durch Meisterschaftsteilnehmer noch nicht voll belegt ist.
- Voraussetzung für die D-Kaderqualifikation ist die Präsentation Sprungprogramme vom 1m- und 3m-Brett sowie das Erreichen folgender Punktzahlen:

D1-Kader

Wettkampf 1	195 (1m + 3m)	
Wettkampf 2	91 (1m)	126 (3m)
Wettkampf 3	98 (1m)	105 (3m)

D2-Kader

Wettkampf 1	230 (1m + 3m)	
Wettkampf 2	104 (1m)	144 (3m)
Wettkampf 3	112 (1m)	120 (3m)

D3-Kader

Wettkampf 2	130 (1m)	180 (3m)
Wettkampf 3	140 (1m)	150 (3m)

- Für die D-Kader-Qualifikation müssen folgende Sprünge in der angegebenen Reihenfolge ausgeführt werden:

Jahrgang	Disziplin	1.	2.	3.	4.	5.	6.
WK 1 2001 und jünger	1m	200A	101C	401C	5201A	1 Kürsprung	
		Alle Sprünge aus dem Stand.					
	3m	100B	200C	010C	101C	401C	
		Alle Sprünge aus dem Stand.					
WK 2 2000 und jünger	1m	101C	201C oder 301C	401B	102C	5201A	1 Kürsprung
		Der Kürsprung kann nach FINA- oder Nachwuchstabelle gewählt und darf mit Anlauf gesprungen werden. Alle anderen Sprünge aus dem Stand.					
	3m	100B	200C	010C (Sitz)	101C	401B	020A
		Alle Sprünge aus dem Stand.					
WK 3 2000 und jünger	1m	101 B	201 C	301 C	401 C	1 Schraube	1 Kürsprung
		<ul style="list-style-type: none"> Sprünge aus dem Stand oder Anlauf. Der Schraubensprung muss im Jg. 98 nach FINA-Tabelle gesprungen werden. Die Jg. 2001 und jünger können den Schraubensprung aus der DSV-Nachwuchstabelle wählen. Der Kürsprung erfolgt nach FINA-Tabelle. 					
	3m	101B	201C/301 C	401B	103B	403C	
		Alle Sprünge aus dem Stand.					

7. Vom **1m-Brett** erfolgt eine normale Wettkampfwertung. Es gilt die Schwierigkeitsgradtabelle der FINA und der DSV-Nachwuchstabelle.
8. Die Wettkämpfe vom **3m-Brett** werden als spezifische Technikwettkämpfe nach den Kriterien des DSV durchgeführt. Für alle Sprünge gilt der Schwierigkeitsgrad 1,0. Die Gesamtnote eines Sprungs ergibt sich aus der Addition aller Techniknoten der fünf Kampfrichter.
9. Bei den Wettkämpfen Kondition / Koordination werden folgende Übungen abgenommen:
 1. Gewandtheitslauf nach Zeit (unbekannte Strecke)
 2. Sprungkraft mit Armeinsatz
 3. Anzahl Liegestütze in 30 sec (Füße auf Hocker)
 4. 5 x Beinheben an der Sprossenwand nach Zeit (hocken-aushechten, Fußrist an die Hockeroberfläche bringen; 5 Bonuspunkte für gehechtete Schwebehänge)
 5. Handstandabnahme
Bewertung des Handstands: siehe DSV-Informationsheft Wasserspringen 2011, Seite 89/90.
Zusatzregelung: Sollte der Handstand nicht mindestens fixiert sein, gilt folgendes: Es gibt Technikpunkte von 0 bis 10 und Bonuspunkte für den Schweizer (5) und den Wiener heben (10).
 6. Bodenübung (Bewertung nach Schulnoten wie gehabt, jeweils 5 Bonuspunkte auf Übung 2)

Wettkampf 1 und 2	Wettkampf 3
1. Grundstellung - Rolle vorwärts gehockt - Streck-sprung mit halber Drehung - Rolle rückwärts (gehockt oder gehechtet) durch den flüchtigen Handstand - Ab-bücken zur Grundstellung - Anschwingen, Rad, Aus-drehen in den Stand - Grundstellung	1. Grundstellung - kurzer Anlauf mit Sprungrolle vorwärts gehockt - Streck-sprung mit halber Drehung - Rolle rückwärts (gehockt oder gehechtet) durch den flüchtigen Handstand - Abbücken zur Grundstellung - Standwaage mit Arme in Seithalte - zurück in den Stand - Schwingen in den Handstand - Abrollen - Grundstellung
2. Grundstellung - kurzer Anlauf mit Sprungrolle vorwärts gehockt - Streck-sprung mit halber Drehung - Rolle rückwärts (gehockt oder gehechtet) durch den flüchtigen Handstand - Abbücken - Anschwingen, Rad, Ausdrehen in den Stand - Grundstellung	2. Grundstellung - kurzer Anlauf mit Sprungrolle vorwärts gehockt - Streck-sprung mit halber Drehung - Rolle rückwärts (gehockt oder gehechtet) durch den flüchtigen Handstand - Abbücken zur Grundstellung - Standwaage mit Arme in Seithalte - zurück in den Stand - aus dem Anlauf 102C in den Stand - Grundstellung

10. Alle erreichten Leistungen im Komplex Kondition / Koordination werden nach einem Punktsystem bewertet.
11. **Als Meldungen gelten die Sprunglisten 1m und 3m in einfacher Ausfertigung.**
12. **Meldeanschrift:** Gisela Kiefer, Dinkermichsweg 11, 52076 Aachen **oder per Email an folgende drei Adressen:** kiefergi@web.de, tito@tietz-munoz.de und G.Mingers@gmx.net.
13. **Meldeeröffnung: Montag, der 30. Mai 2011, 17.00 Uhr im Dr. Klinger-Haus (BStP) in Aachen.**
Die Sprunglisten der Teilnehmer/innen müssen dem Veranstalter am 30. Mai 2011 bis 16.00 Uhr vorliegen. Später eingehende Meldungen werden nicht mehr berücksichtigt.
14. a.) Mit der Meldung sind dem Veranstalter auch **Kampfrichter** zu benennen.
b.) Bei der **Technikbewertung vom 3m-Brett** bewertet jeder Kampfrichter ein technisches Detail des Sprungs nach den vorgegebenen Kriterien. **Die Kampfrichter für diesen 3m-Wettkampf müssen mit der Meldung benannt werden. Sie sind verpflichtet, an der Technischen Sitzung teilzunehmen, bei der auch die Einweisung der Kampfrichter zur Technikwertung stattfindet.**
15. **Die Technische Sitzung findet am 04.06.2011 rechtzeitig vor Beginn der Wettkämpfe im Dr. Klinger-Haus (Anbau Westhalle) statt. Die Uhrzeit wird mit dem Meldeergebnis mitgeteilt.**
16. Die Siegerehrungen erfolgen getrennt nach den jeweiligen Wettkämpfen in den Bereichen
 - a.) Wasser
 - b.) Kondition / Koordination
 - c.) Gesamtwertung (nach Platzziffern Land und Wasser)