



ERLÄUTERUNG

Vereinsmeisterschaften 2025

am 28. Juni 2025



Am 28. Juni wollen wir unsere jährlichen Vereinsmeisterschaften im Hallenbad am Schlossparkbad in Bremen-Sebaldsbrück schwimmen.

Dies ist ein vereinsinterner Wettkampf, an dem nur Schwimmer*innen aus unserem Verein teilnehmen und an dem auch Schwimmer*innen teilnehmen können, die sonst keine Wettkämpfe schwimmen. Jedes Mitglied, das mindestens 25m am Stück schwimmen kann, ist herzlich eingeladen, teilzunehmen.

Es gibt drei Hauptbestandteile:

- Mein erster Start
 - Dies ist für die ganz „neuen“ Schwimmer*innen. Wie für die Erlangung des Seepferdchen besteht „Mein erster Start“ aus einem Sprung vom Beckenrand oder dem Startblock und 25m schwimmen in einer selbst gewählten Schwimmart. Wir stoppen keine Zeiten und jede*r Teilnehmer*in erhält eine Medaille.
 - Man muss sich entscheiden, entweder man startet bei „Mein erster Start“ oder man startet bei den anderen Strecken.
 - Die Ehrung für diesen Wettkampf findet noch am gleichen Tag statt!
- Vereinsmeisterschaften
 - Hier sollte man schon etwas schwimmen oder sogar sehr gut schwimmen können. Zur Auswahl stehen sowohl alle 50m-Strecken (Delphin, Rücken, Brust, Freistil), alle 100m-Strecken (Delphin, Rücken, Brust, Freistil und Lagen) und 200m Lagen. Für jede Zeit gibt es Punkte nach einer Punktetabelle, die sich an den Weltrekorden orientiert. Die Punkte für maximal drei Strecken werden addiert und wer die meisten Punkte erhält, wird Vereinsmeister*in.
 - Für Schwimmer*innen der Jahrgänge 2018 und jünger werden zwei verschiedene 50m-Strecken gewertet.
 - Für Schwimmer*innen der Jahrgänge 2016 und 2017 werden drei verschiedene 50m-Strecken gewertet.
 - Für Schwimmer*innen der Jahrgänge 2015 und älter werden drei Strecken gewertet, wobei davon nur zwei 50m-Strecken geschwommen werden dürfen.
 - Schwimmt ein*e Schwimmer*in weniger als drei Strecken, können nicht so viele Punkte addiert werden, eine Wertung erfolgt trotzdem.
 - Schwimmt ein*e Schwimmer*in mehr als drei Strecken, werden die drei Strecken mit den höchsten Punkten gewertet.
 - Die Vereinsmeister*innen werden in verschiedenen Altersklassen gewertet, männlich und weiblich getrennt. Die Altersklassen hängen vom Geburtsjahr ab, ab dem Jahrgang 2005 vom Alter, das in diesem Jahr erreicht wird, ist ein Teilnehmer*in in der Altersklasse 20. Es gibt neben den zwei Gesamtsieger*innen auch Ehrungen in den Altersklassen Jugend F (2018 und jünger), Jugend E (2016/2017), Jugend D (2014/2015), Jugend C (2012/2013), Jugend B

(2010/2011), Jugend A (2008/2009), Junior*innen (2006/2007) und den Altersklassen AK 25, AK 30,

- Vereinsmeisterin und Vereinsmeister sind jeweils die beiden Schwimmer, die die meisten erzielten Punkte der gesamten Teilnehmer*innen haben.
- Die Ehrung für die Vereinsmeisterschaften findet während des Vereinsgrillens im Stadionbad am 01. Juli 2025 statt.

- Spaßstaffel
 - Vier Schwimmer*innen schwimmen zusammen eine Staffel. Es ist vorgegeben, wie alt die Schwimmer*innen sein müssen. Außerdem werden nicht die normalen Schwimmlagen geschwommen, sondern Übungen, die aus dem Training bekannt sind.
 - Die Übungen sind
 - auf dem Brett liegen: der*die Schwimmer*in liegt mit dem Bauch oder dem Rücken auf dem Brett und muss so die andere Beckenseite erreichen
 - Schiffchen mit Ball: der*die Schwimmer*in liegt auf dem Rücken mit den Füßen in Richtung andere Beckenseite. Die Vorwärtsbewegung erfolgt durch Handbewegungen an der Seite auf Höhe der Hüfte. Dabei muss ein Ball transportiert werden.
 - Wasserballkraul: Kraulschwimmen mit erhobenem Kopf und zwischen den Armen wird ein Ball transportiert.
 - Seepferdchen reiten: auf einer Poolnudel sitzend wird auf die andere Beckenseite „geritten“

Am Einfachsten ist es, dass Ihr Eurer*m Trainer*in Bescheid sagt, was Ihr gerne schwimmen möchtet und diese*r dann die Meldungen an Annette schickt. Ihr könnt Euch aber auch selber bei Annette melden (bitte nur an einer Stelle melden). Dies muss dann per eMail und bis spätestens Montag, 23. Juni 2025 erfolgen.

Meldungen online an Annette Lohmüller: schwimmen@bremer-sc.de

Wichtig: Bitte zu den Strecken immer die WK-Nr. angeben.

Solltet Ihr noch Fragen haben, meldet Euch gerne bei Euren Trainer*innen oder bei Annette und mir.

Allen Aktiven wünsche ich viel Erfolg.

Katrin Mühlenbruch
- Sportliche Leitung –

Bremen, im Mai 2025