



# Kreisschwimmverband Hannover-Land e.V.

---

Die Einschwimmregeln gelten für alle vom Kreisschwimmverband Hannover - Land e. V. veranstalteten Kreismeisterschaften. Sie dienen der Sicherheit der Aktiven, Vermeidung von Verletzungen / gefährlichen Situationen und einem respektvollen Miteinander. Die Schwimmer / Schwimmerinnen und Trainer / Trainerinnen werden gebeten diese zu beachten.

## Einschwimmregeln:

- ⤴ Die Schwimmer und Schwimmerinnen dürfen nur durch einen **Fußsprung** von der Start- oder Wendeseite in das Wettkampfbecken springen. Dabei ist ein Anlauf verboten (sitzende oder stehende Position). Die Startblöcke werden gesperrt (Schilder, Aufsteller). Ausgenommen sind die Sprintbahnen.
- ⤴ **Sprintbahnen:** Dort sind Startsprung und Rückenstart erlaubt. Es wird nur in eine Richtung geschwommen.
- ⤴ **Ausrüstung:** Schwimmbretter, Pull-Buoys sind erlaubt. Nicht erlaubt sind Flossen und Paddles.
- ⤴ **Jugend E Wettkampf und Kreismeisterschaften Masters:** Das Einschwimmen wird getrennt: 2 Bahnen Kinder, 2 Bahnen Masters, 1 Sprintbahn