

**Ausschreibung der  
Ortsgruppenmeisterschaften im Schwimmen  
/ Rettungsschwimmen**

**30.01./03.02./06.02.2026  
im Monte Mare Bedburg**

**Veranstalter**

Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft  
Ortsgruppe Bedburg e. V.  
Breite Str. 25  
50181 Bedburg

## **Die Ortsgruppenmeisterschaften des Jahres 2026 finden am**

Fr. 30.01.2026 18:00 – 21:00 Uhr für AK 15/16, AK 17/18 und AK offen

Di. 03.02.2026 17:45 – 21:00 Uhr für AK 10 (Wettkampf), AK 11/12 und AK 13/14

Fr. 06.02.2026 16:30 – 18:30 Uhr AK 6/7, AK 8/9 und AK 10

Fr. 06.02.2026 18:30 – 21:00 Uhr für AK 25+ (Einschwimmen ab 18:00 Uhr)

im Monte Mare Bedburg statt (Monte-Mare-Weg 1, 50181 Bedburg).

Das Schwimmbad verfügt über 6 Bahnen über 25 m,  
Wassertiefe durchgehend 1,80 - 3,80 m  
Wassertemperatur ca. 27 °C.

### **Meldeschluss:**

Für die Teilnahme an den Ortsgruppenmeisterschaften melden euch eure Trainer bis zum 21.12.2025 (Meldeschluss) an, damit entsprechende Startunterlagen gefertigt werden können. Die Meldung erfolgt über den internen Bereich. Eine Nachmeldung ist nicht möglich.

Für die Kinder der Altersklassen 6/7, 8/9 und 10 gilt, dass sie mindestens die Brustlage mit jeweils dem korrekten Armzug und Beinschlag sowie Rücken ohne Brett (Ausnahme AK 6/7: Rücken mit Brett erlaubt) beherrschen müssen. Der Trainer auf deiner Bahn kann die Zulassung zum Wettkampf beurteilen. Hier erfolgt die Anmeldung am Wettkampftag selbst im Eingangsbereich.

### **Regelwerk und Disziplinen:**

Für die übrigen Altersklassen gilt das Regelwerk für Meisterschaften im Rettungsschwimmen (Schwimmbad-Disziplinen) geänderte Fassung, gültig ab 1. Januar 2024.

Für die AK 10/11/12 bis 60+ ist für die Teilnahme an dem Wettkampf eine gültige Selbsterklärung zum Gesundheitszustand (SE) erforderlich. (Die Gültigkeit eurer SE findet ihr im internen Bereich unter Seminare).

Ebenso das Vorliegen der Schwimm- bzw. Rettungsschwimmprüfungen gemäß der Deutschen Prüfungsordnung.

bis 10 Jahre Jugendschwimmabzeichen Silber

ab 10 Jahre Jugendschwimmabzeichen Gold

ab 13 Jahre Rettungsschwimmabzeichen Bronze

ab 16 – 49 Jahre Rettungsschwimmabzeichen Silber

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

- Nachweis des Rettungsschwimmbzeichens Silber oder Gold nicht älter als 36 Monate sowie der kombinierten Übung (Rettungsschwimmbzeichen Silber oder Gold) nicht älter als 12 Monate.

- ab 50 Jahre reicht einmalig abgelegtes Rettungsschwimmbzeichen Bronze

Die Möglichkeit die kombinierte Übung hierzu abzulegen, besteht am **09.12.** und **12.12.25** während des Trainings.

Im Wettkampf werden folgende Disziplinen geschwommen:

AK 6/7	Jahrg. 2019 u. 2020	50m	Brust
		25m	Rücken (mit oder ohne Brett)
AK 8/9	Jahrg. 2017 u. 2018	50m	Brust
		25m	Rücken ohne Brett
AK 10	Jahrg. 2016	50m	Brust
		25m	Rücken ohne Brett
AK 10	Jahrg. 2016 / jünger	50m	Kombiniertes Schwimmen
AK 11/12	Jahrg. 2015 u. 2014		25m Freistiel + 25m Rücken nur Beine
		50m	Flossenschwimmen
		50m	Hindernisschwimmen
AK 13/14	Jahrg. 2012 u. 2013	50m	Retten einer Puppe
			25m Freistiel, 25m schleppen einer Puppe
		50m	Retten einer Puppe mit Flossen
			25m Flossen, 25m Puppe mit Flossen
		100m	Hindernisschwimmen
AK 15/16	Jahrg. 2010 u. 2011	200m	Hindernisschwimmen
		50m	Retten einer Puppe
			25m Freistiel, 25m schleppen einer Puppe
		100m	Retten einer Puppe mit Flossen
			50m Flossen, 50m Puppe mit Flossen

		100m	Retten einer Puppe mit Flossen und Gurtretter (Lifesaver)  50m Flossenschwimmen mit Gurtretter, Puppenübernahme, 50m schleppen der Puppe mit Flossen und Gurtretter.
		100m	Kombinierte Rettungsübung  50 m Freistil, 17,50 m Tauchen, Puppenaufnahme, Puppe schleppen
		200m	Super Lifesaver  75m Freistil, Puppenaufnahme, 25m Schleppen einer Puppe, Anlegen von Flossen und Gurtretter, 50m Flossenschwimmen und Gurtretter, Puppenübernahme, 50m Schleppen d. Puppe m. Flossen und Gurtretter.
AK 17/18	Jahrg. 2008 u. 2009		Alle Übungen wie AK 15/16
offene AK	2007 und älter		Alle Übungen wie AK17/18
AK 25 - 45		100m	Hindernisschwimmen
		50m	Retten einer Puppe  25m Freistil, 25m schleppen einer Puppe
		100m	Retten einer Puppe mit Flossen  50m Flossen, 50m Puppe mit Flossen
		100m	Lifesaver
AK 50/55		100m	Hindernisschwimmen
		50m	Retten einer Puppe  25m Freistil, 25m schleppen einer Puppe
		50m	Retten einer Puppe mit Flossen  25m Flossen, 25m Puppe mit Flossen
AK 60+		50m	Freistil
		50m	Kombiniertes Schwimmen  25m Freistil + 25m Rücken nur Beine
		25m	Schleppen einer Puppe

**Für die Altersklassen 15/16, 17/18 und offen gilt:**

Es können 4 Disziplinen ausgewählt werden, aber es müssen mindestens 3 Disziplinen geschwommen werden

**Für die Masters gilt:**

Es darf in der nächstjüngeren Altersklasse gestartet werden.  
AK 25-45 schwimmt drei von vier Disziplinen.

Du wirst zu dem jeweiligen Start aufgerufen. Die Ergebnisse werden nach der Auswertung bekanntgegeben. Die offizielle Siegerehrung findet wie immer an unserem Ortsgruppenjugendtag für die Wettkampfklassen AK 10 – 15/16 und am Ortsgruppentag für alle ab AK 17/18, AK offen und AK 25+ statt.

**Allgemeines:**

**Für die übrigen Kinder findet zu den Wettkampfzeiten kein Training statt.**

Es besteht für die Eltern und Interessierten die Möglichkeit ihren Kindern beim Wettkampf von der Empore aus zuzuschauen.

Wir hoffen, dass wir schöne, faire und spannende Wettkämpfe erleben werden.

Mit sportlichen Grüßen

Euer Wettkampfteam