



**Jugend trainiert**  
für Olympia & Paralympics

# Landessportfest der Schulen in Nordrhein-Westfalen 2024/2025

## Schwimmen



© DOSB/Sportdeutschland

**U20 (WK I)**

2006-2008

**U18 (WK II)**

2008-2010

**U16 (WK III)\***

2010 und jünger

**U14 (WK IV)\***

2012 und jünger

\* nur für Schülerinnen und Schüler ab der Jahrgangsstufe 5



[sporttalente.nrw](https://sporttalente.nrw)

## Austragungsmodus und Qualifikation

Im Schwimmen werden auf Stadt-/ Kreis- sowie auf Landesebene Wettkämpfe für Mädchen und Jungen in den Altersklassen U16 (WK III) und U14 (WK IV) durchgeführt. Die Wettkämpfe in den Altersklassen U20 (WK I) und U18 (WK II) finden nur auf Stadt-/ Kreisebene statt. Gemischte Mannschaften sind nicht startberechtigt.

Die Schwimmwettkämpfe des Landessportfestes der Schulen werden als Mannschaftswettkampf ausgeschrieben. Können keine Stadt-/ Kreismeisterschaften, z.B. wegen mangelnder Beteiligung, veranstaltet werden, so besteht die Möglichkeit, einen Qualifikationsdurchgang durchzuführen. Bei diesen Wettkämpfen müssen mindestens 2 Mannschaften der gleichen Altersklasse verschiedener Schulen unter Aufsicht einer Vertretung des Fachverbandes und einer Vertretung der beteiligten Schulform aus dem Ausschuss für den Schulsport teilnehmen.

An den Landesmeisterschaften nehmen die 6 zeitbesten Mannschaften in den Altersklassen U16 (WK III) und U14 (WK IV) aller Stadt-/ Kreismeisterschaften teil.

Die Landessiegermannschaften der Altersklassen U16 (WK III) und U14 (WK IV) der Mädchen und Jungen qualifizieren sich grundsätzlich für die Finalwettkämpfe des Bundeswettbewerb **Jugend trainiert** für Olympia & Paralympics.

## Wettkampfbestimmungen

Die Wettkämpfe werden nach den Wettkampfbestimmungen des Deutschen Schwimm-Verbandes<sup>1</sup> ausgetragen, soweit in dieser Ausschreibung nichts anderes festgelegt ist. Die Wertung erfolgt für Mädchen- und Jungenmannschaften getrennt.

In den Einzeldisziplinen Freistil und Brust werden je Mannschaft 3, in der Einzeldisziplin Rücken 2 und in der Einzeldisziplin Schmetterling eine Schülerin bzw. ein Schüler gewertet. Startberechtigt ist in jeder Einzeldisziplin jeweils eine Schülerin bzw. ein Schüler mehr als gewertet wird. Jede Schülerin bzw. jeder Schüler darf höchstens in 3 Disziplinen (einschließlich der Staffeln) eingesetzt werden.

### Altersklassen U20 (WK I) – U16 (WK III)

Eine Mannschaft besteht in den Altersklassen U20 (WK I) und U18 (WK II) maximal aus 10 Teilnehmenden und in der Altersklasse U16 (WK III) aus maximal 9 Teilnehmenden.

Jede Mannschaft startet in folgenden Disziplinen<sup>2</sup>:

<u>U20 (WK I)</u>	<u>U18 (WK II)</u>	<u>U16 (WK III)</u>
100 m Rücken	50 m Rücken	50 m Rücken
100 m Freistil	50 m Freistil	50 m Freistil
100 m Brust	50 m Brust	50 m Brust
100 m Schmetterling	50 m Schmetterling	
4 x 100 m Lagen	4 x 50 m Lagen	4 x 50 m Lagen
8 x 50 m Freistil	8 x 50 m Freistil	8 x 50 m Freistil

In den Altersklassen U20 (WK I) – U16 (WK III) wird das Wettkampfergebnis durch die Addition der Wertungszeiten ermittelt.

Bei Verstößen gegen die Wettkampfbestimmungen erhält die betreffende Schwimmerin bzw. der betreffende Schwimmer statt einer Disqualifikation 5 Strafsekunden, die zur Endzeit der geschwommenen Zeit bzw. Staffelzeit addiert werden.

Bei Nichterfüllung des Wettkampfprogrammes (z. B. fehlende Einzelschwimmzeit, fehlende Staffelzeit) erhält die Mannschaft pro fehlender Einzelzeit je 50 m jeweils 1 min als Strafzeit addiert (z.B. 50 m = 1 min, 100 m = 2 min, 4 x 50 m = 4 min, 8 x 50 m = 8 min). Diese Mannschaft kann sich nicht für das Landes- bzw. Bundesfinale qualifizieren.

<sup>1</sup> [www.dsv.de](http://www.dsv.de)

<sup>2</sup> Eine beispielhafte Abfolge der Disziplinen findet sich unter [www.sporttalente.nrw](http://www.sporttalente.nrw).

Es gibt auf Stadt-/ Kreis- und Landesebene keine Disqualifikationen in Bezug auf die Schwimmregeln. Grobe und erkennbar absichtliche Verstöße gegen die Wettkampfregeln (z. B. Start bei Staffeln deutlich vor dem Anschlag der vorigen Schwimmerin bzw. des vorigen Schwimmers oder Kraulschwimmen anstelle einer nach Wettkampf geforderten Schwimmart) führen allerdings wegen groben unsportlichen Verhaltens zur direkten Disqualifikation der gesamten Mannschaft. Diese Mannschaft kann sich nicht für das Landes- bzw. Bundesfinale qualifizieren.

#### Altersklasse U14 (WK IV)

Eine Mannschaft besteht aus maximal 8 Teilnehmenden. Höchstens 4 Starts sind je Mannschaftsmitglied möglich.

Wettkampffolge der U14 (WK IV):

- 1) 6 x 25 m Sprintstaffel
- 2) 6 x 25 m Beinschlagstaffel
- 3) 4 x 25 m Bruststaffel
- 4) 6 x 25 m Koordinationsstaffel
- 5) 10 min Mannschaftsausdauerschwimmen

Der Wettkampf kann in jedem 25-m-Becken durchgeführt werden. Die Wassertiefe muss auf einer Seite einen Kopfsprung zulassen. Die Bahnverteilung für jede Mannschaft wird vor dem Wettkampfbeginn ausgelost bzw. im Landesfinale nach der Qualifikationszeit festgelegt und während des Wettkampfes beibehalten.

zu 1.) 6 x 25 m Sprintstaffel

Im Wechsel 3 x in Bauchlage (möglichst Kraul) und 3 x in Rückenlage

Der Start erfolgt vom Startblock (falls vorhanden) oder vom Beckenrand (außerhalb des Beckens). Erst wenn die Schwimmerin bzw. der Schwimmer in Bauchlage die Wand berührt hat, kann die nächste Schwimmerin bzw. der nächste Schwimmer im Wasser vom Beckenrand aus (beide Hände am Beckenrand) oder beide Hände an den Griffen des Startblockes (falls vorhanden) in der Rückenlage starten. Die nachfolgende Schwimmerin bzw. der nachfolgende Schwimmer in der Bauchlage startet erst vom Startblock (falls vorhanden) oder vom Beckenrand (außerhalb des Beckens), wenn die Schwimmerin bzw. der Schwimmer in der Rückenlage die Wand berührt hat. Bei Technikfehlern erfolgt ebenso wie bei Wechselverstößen jeweils ein Zeitaufschlag auf die geschwommene Staffellendzeit von 5 s.

zu 2.) 6 x 25 m Beinschlagstaffel

Im Wechsel 3 x in Bauchlage Wechselbeinschlag und 3 x in Rückenlage Wechselbeinschlag jeweils mit Brett

Auf allen 25 m-Strecken wird das Schwimmbrett mit beiden Händen festgehalten. Es werden im Wechsel jeweils 25 m Wechselbeinschlag in Bauchlage und 25 m Wechselbeinschlag in Rückenlage geschwommen. Gestartet wird mit 25 m Wechselbeinschlag in Bauchlage mit Schwimmbrett. Die Schwimmerin bzw. der Schwimmer startet im Wasser vom Beckenrand mit dem Schwimmbrett in einer Hand und mit der anderen Hand am Beckenrand. Die folgende Schwimmerin bzw. der folgende Schwimmer schwimmt 25 m Wechselbeinschlag in Rückenlage mit dem Schwimmbrett. Sie bzw. er startet im Wasser mit dem eigenen bzw. dem übernommenen Schwimmbrett und einer Hand am Beckenrand erst dann, wenn die bzw. der Ankommende die Wand mit einer Hand oder dem Brett berührt und ggf. das Brett übergeben hat. Der Abstoß vom Beckenrand erfolgt in Rückenlage mit dem Brett in beiden Händen. Bei Technikfehlern erfolgt ebenso wie bei Wechselverstößen jeweils ein Zeitaufschlag von 5 s auf die geschwommene Staffellendzeit.

zu 3.) 4 x 25 m Bruststaffel

Regelgerechtes Brustschwimmen wird gefordert.

Der Start erfolgt vom Startblock (falls vorhanden) oder vom Beckenrand (außerhalb des Beckens). Beim Wechsel und beim Zielanschlag muss mit beiden Händen zeitgleich an der Wand angeschlagen werden. Die nächste Schwimmerin bzw. der nächste Schwimmer startet erst vom Startblock (falls vorhanden) oder vom Beckenrand (außerhalb des Beckens), wenn die bzw. der Ankommende an der Wand angeschlagen hat. Sollte auf der anderen Seite des Beckens wegen der zu geringen Wassertiefe kein sicherer Start außerhalb des Beckens gewährleistet sein, muss aus dem Wasser heraus gestartet werden. Beim Wechsel

muss sich dann mindestens eine Hand am Beckenrand befinden. Bei Technikfehlern erfolgt ebenso wie bei Wechselverstößen jeweils ein Zeitaufschlag auf die geschwommene Staffellendzeit von 5 s.

zu 4.) 6 x 25 m Koordinationsstaffel

Im Wechsel 3 Mal in Bauchlage Brustschwimmarmbewegung mit kontinuierlichem Wechselbeinschlag und 3 Mal in Rückenlage seitengleiche Rückenschwimmarmbewegung mit kontinuierlichem Brustbeinschlag

Der Start erfolgt vom Startblock (falls vorhanden) oder vom Beckenrand (außerhalb des Beckens). Nach dem Start kann die Schwimmerin bzw. der Schwimmer gleiten (kein Brusttauchzug und keine Delphinkicks erlaubt) und muss sofort die Koordinationsübung (Brustarmbewegung mit Wechselbeinschlagbewegung) ausführen. Erst wenn die Schwimmerin bzw. der Schwimmer die Wand berührt hat, kann die nächste Schwimmerin bzw. der nächste Schwimmer im Wasser vom Beckenrand (beide Hände am Beckenrand oder beide Hände an den Griffen des Startblockes (falls vorhanden) in der Rückenlage starten. Die Schwimmerin bzw. der Schwimmer kann in Rückenlage gleiten (keine Delphinkicks, kein Wechselbeinschlag und kein Brustbeinschlag erlaubt) und muss sofort die Koordinationsübung (Rückengleichschlagbewegung der Arme mit Brustbeinschlagbewegung) ausführen. Erst nach Anschlag in Rückenlage startet die nächste Schwimmerin bzw. der nächste Schwimmer wie oben beschrieben in Bauchlage vom Startblock (falls vorhanden) oder vom Beckenrand (außerhalb des Beckens). Bei Verstößen gegen die zu schwimmende Koordination erfolgt ebenso wie bei Wechselverstößen ein Zeitaufschlag von 5 s auf die geschwommene Staffellendzeit.

zu 5.) 10 min – Mannschaftsausdauerschwimmen

6 Teilnehmerinnen bzw. Teilnehmer pro Mannschaft auf einer Bahn (Technik beliebig, kann auch gewechselt werden).

Jede Mannschaft schwimmt auf einer Bahn mit 6 Schwimmenden. Es werden nur vollständig geschwommene 25 m gezählt. Bei Abpiff zählen die Schwimmenden auf der Strecke nicht mehr. Die Mannschaft startet gemeinsam vom Beckenrand (außerhalb) oder kurz aufeinander folgend, wobei die Zeit mit dem Startsignal läuft. Für jede vollständig geschwommene Bahn erhält die Mannschaft eine Bonussekunde, die von der 10-min-Schwimmzeit abgezogen wird.

Die Wertung erfolgt durch Addition aller geschwommenen Zeiten in den Wettkämpfen 1 bis 4 plus der errechneten Zeit im Wettkampf 5.

Siegermannschaft ist diejenige, die nach allen 5 Wettkämpfen die geringste Gesamtzeit aufweist. Bei Zeitgleichheit entscheidet die bessere Platzierung in der Koordinationsstaffel.

Die jeweils 6 zeitschnellsten Mannschaften der Mädchen bzw. der Jungen in der U14 (WK IV) qualifizieren sich für die Landesmeisterschaft.

Es gibt auf Stadt-/ Kreisebene und bei der Landesmeisterschaft in Nordrhein- Westfalen keine Disqualifikationen in Bezug auf die Schwimmregeln. Grobe und erkennbar absichtliche Verstöße gegen die Wettkampffregeln (z. B. Start, wenn die vorherige Schwimmerin bzw. der vorherige Schwimmer erst in der Mitte der Bahn ist oder ein Kraulschwimmen anstelle der Koordinationsaufgabe) führen allerdings wegen groben unsportlichen Verhaltens zur direkten Disqualifikation der gesamten Mannschaft. Diese Mannschaft kann sich nicht für das Landes- bzw. Bundesfinale qualifizieren.

### **Weitere Regelungen**

Von jeder Stadt-/ Kreismeisterschaft der Schulen im Schwimmen ist ein Protokoll anzufertigen. Die Protokolle müssen folgende Angaben enthalten:

- Tag der Veranstaltung
- Ort der Veranstaltung (Wettkampfstätte, Kreis/ Stadt, Regierungsbezirk)
- Wettkampffolge
- Platzierung und Zeit der Teilnehmerinnen bzw. Teilnehmer und der Mannschaften
- Namen und Jahrgänge der Teilnehmerinnen bzw. Teilnehmer und der Schulname

Dieses Protokoll ist über den zuständigen Ausschuss für den Schulsport fristgerecht an die Landesstelle für den Schulsport ([schulsportwettbewerb@brd.nrw.de](mailto:schulsportwettbewerb@brd.nrw.de)) zu übermitteln. Auch die Nichtteilnahme ist zu melden. Auf dieser Grundlage werden die Ranglisten der einzelnen Altersklassen in Nordrhein-Westfalen und die Teilnehmerliste für die Landesmeisterschaft erstellt.

Weitere Regelungen zur Startberechtigung, Bildung von Schiedsgerichten, Aufsicht, Wettkampfkleidung, etc. sind der Ziffer 1 der aktuellen Ausschreibung *Schulsport-Wettkämpfe in Nordrhein-Westfalen* zu entnehmen.

### **Meldungen**

Meldungen zu den Wettkämpfen auf Stadt-/ Kreisebene sind an den ausrichtenden Ausschuss für den Schulsport zu richten.

Vor Wettkampfbeginn ist das offizielle Mannschaftsmeldeformular<sup>3</sup> (inkl. Unterschrift und Schulstempel) bei der Wettkampfleitung abzugeben.

Weitere Regelungen zur Mannschaftsmeldung sind der Ziffer 1.6 der aktuellen Ausschreibung *Schulsport-Wettkämpfe in Nordrhein-Westfalen* zu entnehmen.

---

<sup>3</sup> [www.sporttalente.nrw](http://www.sporttalente.nrw)