

# A u s s c h r e i b u n g

## Dezentraler Landesvielseitigkeitstest

### Überprüfungswettkampf Schwimmen für die 2. und 3. Klasse Pflichtwettkampf für Kadersportler und Talentstützpunkte

**Veranstalter:** Sächsischer Schwimm-Verband e.V. (SSV)  
**Ausrichter:** SV Handwerk Leipzig e.V.  
**Datum:** Sonntag, 24. April 2016  
**Wettkampfstätte:** Schwimmhalle Mitte  
Kirschbergstraße 84, 04155 Leipzig  
Trainingshalle Nordanlage  
Am Sportforum 5, 04105 Leipzig

#### 1. Wettkampfanlage (Schwimmhalle)

Beckenabmessungen: 25 m x 12,5 m  
Anzahl der Bahnen: 5  
Art der Leinen: Wellenbrechende Schwimmleinen  
Wassertiefe: Durchgehend 1,80 m  
Wassertemperatur: 27 °C  
Zeitmessung: Handzeitnahme

#### 2. Wettkampffolge

**Bitte beachten: Wegen des Leipzig Marathon ist an der Sport- und Schwimmhalle mit Verkehrsbehinderungen zu rechnen.**

1. *Veranstaltungsabschnitt:* Sonntag, 24. April 2016  
Trainingshalle Nordanlage  
Beginn: 08.45 Uhr Einlass: 08.00 Uhr  
Sportlereinweisung: 08.15 Uhr

#### Körperliche Eignung / Athletik / Beweglichkeit

Die Durchführung der Übungen erfolgt im Stationsbetrieb.

Station	1	Ermittlung von Körperhöhe und Körpergewicht	Klasse 2, 3
	2	Aufrichten aus der Rückenlage (Bauchmuskeltest)	Klasse 2, 3
	3	Liegestütze	Klasse 3
	4	Schulterbeweglichkeit	Klasse 2, 3
	5	Streckhalte in Bauchlage (Rückenmuskeltest)	Klasse 2, 3
	6	30 m Sprint aus dem Hochstart	Klasse 2, 3
	7	Rumpfbeweglichkeit	Klasse 2, 3
	8	Fußbeweglichkeit	Klasse 2, 3
	9	Schlussdreisprung	Klasse 2, 3
	10	Sternetest	Klasse 2, 3
	11	1000 m-Lauf	Klasse 3

## 2. Veranstaltungsabschnitt:

Sonntag, 24. April 2016

Schwimmhalle Mitte, Kirschbergstraße

Beginn: 13.00 Uhr

Einlass: 12.15 Uhr

Sportlereinweisung: 12.50 Uhr

Einschwimmen: 12.25 bis 12.45 Uhr  
beim Heimtrainer

### Delphinbewegung / Gleittest

Die Zeitmessung beginnt mit dem Lösen der Füße von der Beckenwand und endet mit dem Kopfdurchgang bei 15 m bzw. 7,5 m. Jeder Sportler hat pro Übung einen Versuch.

15 m	Delphinbewegung in Bauchlage	mit Abstoß, ohne Brett, Hände geschlossen	Klasse 2, 3
15 m	Delphinbewegung in Rückenlage	mit Abstoß, ohne Brett, Hände geschlossen	Klasse 2, 3
5 m	Gleiten	mit Abstoß, ohne Brett, Hände geschlossen	Klasse 2
7,5 m	Gleiten	mit Abstoß, ohne Brett, Hände geschlossen	Klasse 3
10 min Pause			

### Beinbewegung

Die Strecken werden mit Start und Zeitnahme bei 25 m durchgeführt. Die Zeit wird beim Durchgang der Brettvorderkante (Brustlage) bzw. der Hände (Rückenlage) ermittelt.

Wettkampf	01	25 m	Kraulbeinbewegung	Mädchen	Klasse 2, 3
	02	25 m	Kraulbeinbewegung	Jungen	Klasse 2, 3
	03	25 m	Rückenkraultbeinbewegung	Mädchen	Klasse 2, 3
	04	25 m	Rückenkraultbeinbewegung	Jungen	Klasse 2, 3
10 min Pause					
	05	25 m	Delfinbewegung	Mädchen	Klasse 2, 3
	06	25 m	Delfinbewegung	Jungen	Klasse 2, 3
	07	25 m	Brustbeinbewegung	Mädchen	Klasse 2, 3
	08	25 m	Brustbeinbewegung	Jungen	Klasse 2, 3
10 min Pause					

### Schwimmleistung / Technik / Grundschnelligkeit

Die Strecken werden mit 50 m-Zeitnahme und Technikbewertung durchgeführt.

Wettkampf	09	50 m	Kraul	Mädchen	Klasse 3
	10	50 m	Kraul	Jungen	Klasse 3
	11	50 m	Rücken	Mädchen	Klasse 3
	12	50 m	Rücken	Jungen	Klasse 3
10 min Pause					
	13	25 m	Schmetterling	Mädchen	Klasse 3
	14	25 m	Schmetterling	Jungen	Klasse 3
	15	50 m	Brust	Mädchen	Klasse 3
	16	50 m	Brust	Jungen	Klasse 3



## 7. Meldegeld

Das Meldegeld beträgt 5,00 Euro pro Teilnehmer. Es ist bis zum 15.04.2016 auf das Konto des Sächsischen Schwimm-Verbandes e.V. zu überweisen.

Bankverbindung:	Bank:	Deutsche Bank
	IBAN:	DE49 8607 0024 0226 9660 00
	BIC:	DEUTDEDBLEG
	Verwendungszweck:	Vereinsname; LVT Klasse 2, 3

Der Zahlungsnachweis ist am Wettkampftag mitzuführen!

In Ausnahmefällen ist eine Barzahlung des Meldegeldes vor Beginn des ersten Abschnittes möglich, in dem der betreffende Verein startet.

Ist bei Abholung des Meldeergebnisses oder vor Wettkampfbeginn kein Nachweis der Zahlung des Meldegeldes möglich, erfolgt die Zulassung zu den Wettkämpfen nur nach sofortiger Barzahlung des Meldegeldes an den Ausrichter.

Für die Aktiven, Eltern und Betreuer wird ein Mittagessen im Restaurant „Am Wasserfall“, Am Sportforum 10, 04105 Leipzig, angeboten. Das Gericht zum Preis von 5,00 Euro pro Person beinhaltet ein Getränk und Obst. Die Anzahl der benötigten Portionen ist mit der Meldung anzugeben. Die Kosten sind durch jeden Verein vor Ort in bar zu begleichen.

## 8. Hinweise

Bei krankheits- oder verletzungsbedingter Nichtteilnahme ist ein ärztliches Attest am Wettkampftag abzugeben oder bis 26.04.2016 an den Sächsischen Schwimm-Verband zu senden (Fax: 0341 9809313, Email: [gs@lsv-sachsen.de](mailto:gs@lsv-sachsen.de)).

Die Übungsbeschreibungen sind der an jeden LSP und Verein gegangenen CD zu entnehmen (Kriterien\_LVT\_letzterDSVStand.doc). Die Technikkriterien sind auf der Homepage des SSV (<http://www.lsv-sachsen.de>) zu finden.

## 9. Haftung

Weder der Sächsische Schwimm-Verband e.V. als Veranstalter, der SV Handwerk Leipzig e.V. als Ausrichter noch die Sportbäder Leipzig GmbH und die Stadt Leipzig als Rechtsträger der Sportstätten haften für Verluste, Diebstahl, Beschädigung usw. von Sachen und Wertgegenständen.

gez. Torsten Christoph  
Fachwart Schwimmen des SSV

gez. Tobias Wilde  
Referent Ausschreibungen des SSV