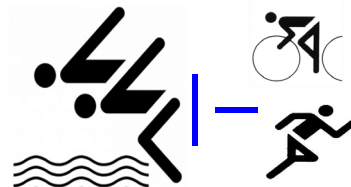


Reeser Schwimm-Club 1968 e.V.

Schwimmen und Triathlon



Reeser Schwimm-Club 1968 e.V. · Hüttenstraße 12 · 46459 Rees

Informationsblatt für Schwimmer der Wettkampfmannschaft

Dieses Merkblatt beinhaltet einige Informationen und Regeln für alle Schwimmer und Schwimmerinnen unserer Wettkampfmannschaft. Jedes Mitglied hat die jeweils gültige Version zu akzeptieren und sich über die Aktualität zu informieren. Diese ist erhältlich im Schwimmbad oder im Internet unter <http://www.reeser-sc.de>.

Durch ein jährliches Gesundheitsattest ist nachzuweisen, dass keine gesundheitlichen Bedenken gegen die Teilnahme am Wettkampfschwimmsport bestehen.

Im eigenen Interesse sollte eine private Unfall- und Haftpflichtversicherung vorhanden sein, da die Absicherung durch die Sporthilfe e.V. lediglich eine kleine Grundabsicherung beinhaltet.

Training:

Zu den bekannten Trainingszeiten haben sich alle Schwimmer pünktlich und geduscht in der Schwimmhalle einzufinden. Die regelmäßige Teilnahme am Training ist Grundvoraussetzung, um sich sportlich weiter zu entwickeln und somit auch Voraussetzung für den langfristigen Verbleib in der Wettkampfmannschaft.

Wettkämpfe:

Alle Wettkämpfe werden rechtzeitig auf der Homepage und im Schaukasten bekannt gegeben. Wie beim Training wird auch bei den Wettkämpfen regelmäßige Teilnahme erwartet. Bei Verhinderung haben sich die Schwimmer vor dem Abmeldeschluss bei ihrem jeweiligen Trainer abzumelden. Das Meldegeld für nicht angetretene Starts trägt jeder Schwimmer selbst.

Pünktlichkeit sollte auch bei den Wettkämpfen eine Selbstverständlichkeit sein. Der Wettkampf beginnt mit dem Einlass und endet frühestens mit der letzten eigenen Siegerehrung, welche wie das Einschwimmen ein Teil des Wettkampfes ist.

Während des Wettkampfes ist jeder Schwimmer selbst dafür verantwortlich rechtzeitig zu seinen Starts anzutreten, wobei die Trainer hier gerade bei den jüngeren Schwimmern gerne unterstützen.

Die Ernährung sollte am Wettkampftag so wettkampfgerecht wie möglich ausfallen. Fragen dazu beantworten die Trainer gerne.

Alle aktuellen Informationen sind auf unserer Homepage <http://www.reeser-sc.de> zu finden.