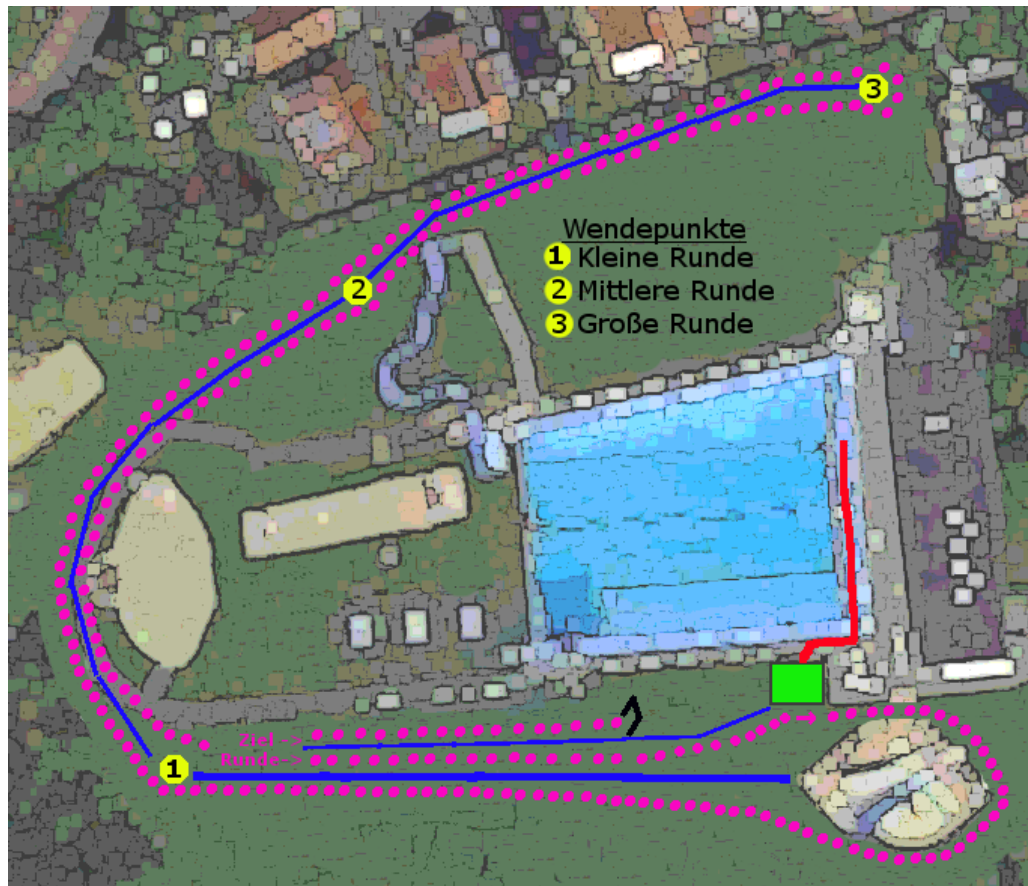


16. BUXTEHUDER SWIM & RUN – HAS' & IGEL, 30. MAI 2026

Streckenplan



Schwimmen im beheizten 50m Becken

Laufen auf gepflasterten Wegen und Rasen:

- (1) Kleine Runde für Schüler D ~250m
- (2) Mittlere Runde für Schüler C ~500m
- (3) Große Runde ~ 680m

Streckenbeschreibung:

Schwimmen:

Das Schwimmen findet im beheizten 50m-Becken statt, in dem 5 Schwimmbahnen abgetrennt sind. Die Teilnehmer (ab Schüler B) erhalten vor dem Start eine Badekappe am Startblock. Start ist im Wasser mit mehreren Teilnehmern (max. 8) pro Bahn auf der Startblockseite des Beckens, ausgenommen Schüler D, die auf der gegenüberliegenden Seite starten. Die Schwimmbahneinteilung wird bei der Wettkampfbesprechung bekannt gegeben. Das Tragen der vom Veranstalter zur Verfügung gestellten Badekappen ist Pflicht. Das Tragen einer Schwimmbrille wird empfohlen.

Nach dem Absolvieren der Schwimmstrecke steigt jeder Teilnehmer selbständig am Ende der eingeteilten Schwimmbahn aus dem Wasser, zieht die Badekappe ab, legt diese im Startblockbereich ab und läuft nach rechts in die Wechselzone.

Laufen:

Die Laufstrecke ist eine Rundstrecke, die über Pflasterwege und Rasen führt. Sie beginnt am Ausgang der Wechselzone und führt über die Liegewiesen des Schwimmbades. Die Laufstrecke ist markiert und durch Helfer gesichert. Das Ziel ist auf dem Rasenplatz neben der Wechselzone im Schwimmbad.

1. Wechselzone:

Die Wechselzone befindet sich auf dem Rasenplatz links neben dem Schwimmbecken. Es werden keine Zwischenzeiten genommen. In der Wechselzone werden in den markierten Startgruppenbereichen die Laufschuhe und Laufhemden so abgelegt, so dass die Startnummer gut sichtbar ist. Die Wechselzone ist abgesperrt, Zuschauer haben keinen Zugang.

Einchecken:

Ab 10.00 Uhr bzw. ca. 10 min vor der jeweiligen Wettkampfbesprechung der jeweiligen Altersklassen können die Laufschuhe und -hemden in der Wechselzone in der entsprechenden Bahneinteilung abgelegt werden. Den Anweisungen der Helfer ist Folge zu leisten.

Auschecken:

Ca. 10 Minuten nach dem Zieleinlauf können die nach dem Schwimmen abgelegten Utensilien in dem Startgruppenbereich der Wechselzone abgeholt werden.