

Foto: Frank Opitz

2026

41. Rettungspokal-Schwimmen Grundschulen

**Schulverwaltungsamt sowie WasserWelten Bochum
in Verbindung mit der DLRG Bochum**

Termin: Montag, 23. März 2026

Veranstaltungsort: WasserWelten Bochum Hofstede
Stettiner Str. 1-3
44809 Bochum-Hofstede

**Bochumer Ausscheidungswettkampf für die
Nordrhein-Westfalen YoungStars**

Termin:	Montag, 23. März 2026
Veranstaltungsort:	Wasserwelten Bochum Hallenfreibad Hofstede Stettiner Str. 1-3, 44809 Bochum
Einlass:	8:30 Uhr
Besprechung:	9:00 Uhr
Siegerehrung:	ca. 12:30 Uhr
Veranstaltungsende:	ca. 13:30 Uhr
Veranstalter:	DLRG Bezirk Bochum e.V.
Meldungen bis:	13. März 2026 auf beigefügtem Meldebogen

Der Schwimmwettkampf ist ein Mannschaftswettkampf und besteht aus fünf Wettbewerben. Eine Mannschaft besteht aus 4 Jungen und 4 Mädchen. Je Mannschaft können bis zu 4 Ersatzschwimmer gemeldet werden. Jedes gemeldete Kind sollte möglichst in einem Wettbewerb eingesetzt werden.

Jede Schule stellt einen Zeitnehmer bzw. Wenderichter.

Alle teilnehmenden Mannschaften erhalten Urkunden über Plazierungen. Die SchwimmerInnen der ersten drei Mannschaften erhalten Medaillen in Bronze, Silber bzw. Gold.

Die Siegermannschaft erhält einen Wanderpokal und vertritt die Stadt Bochum in dem Finale der Nordrhein-Westfalen YoungStars. Die Nordrhein-Westfalen YoungStars finden am 08.07.26 in Herne statt.

Für die Umkleidekabine wird eine 1-Euro Münze benötigt.

Geschwommen werden folgende Disziplinen:

1. 8 x 25 m Hindernisschwimmen
2. 8 x 25 m Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit
3. 8 x 25 m Transportstaffel (nur ziehen)
4. 8 x 25 m T-Shirtschwimmen
5. 6 Minuten Dauerschwimmen

Erläuterungen zu den Disziplinen:

8 * 25m Hindernisschwimmen - Brustschwimmen

Vier Teilnehmer befinden sich am Start, vier auf der Gegenseite.

Schwimmart: Brustschwimmen.

Bei 25-Meter-Bahnen ist das Hindernis 12,50m vom Startblock entfernt aufgebaut. Die Hindernisse sind zu untertauchen. Es ist jeweils vor und nach dem Hindernis aufzutauchen. Das Hindernis hat eine Breite von ca. 2m über die gesamte Bahnbreite.

8 * 25m Rückenschwimmen ohne Armtätigkeit

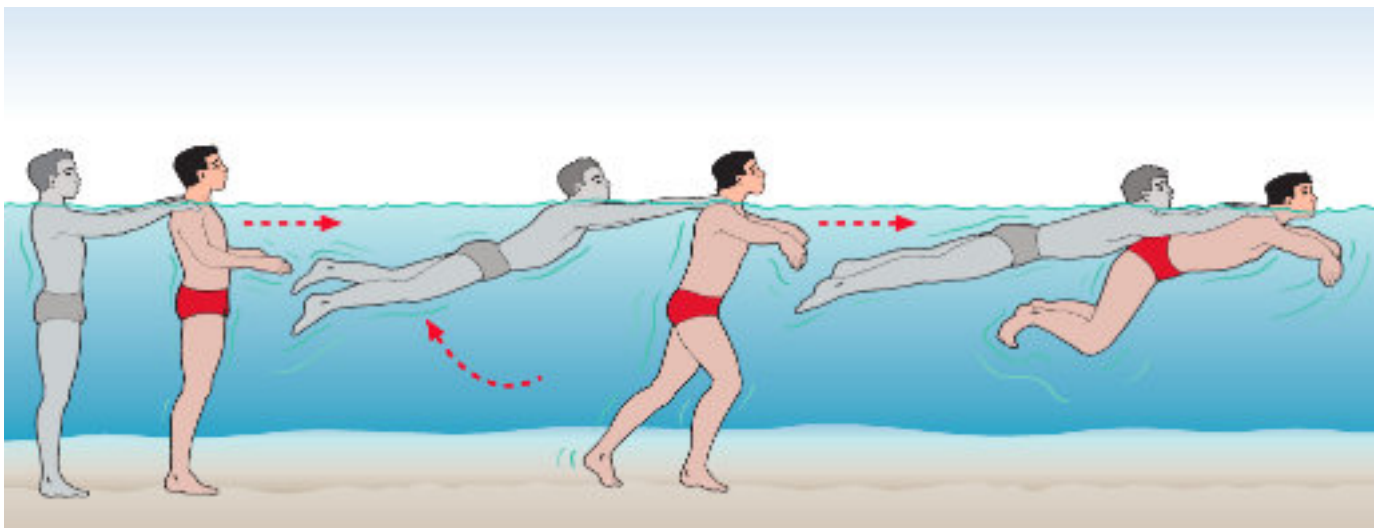
Vier Teilnehmer befinden sich am Start, vier auf der Gegenseite.

Schwimmart: Beingrätsche, die Arme sind auf dem Bauch oder der Brust zu verschränken, alternativ können auch die Arme lang gestreckt werden.

8 * 25m Transportstaffel (nur ziehen)

Alle Teilnehmer befinden sich am Start.

Jeder Teilnehmer ist einmal Schwimmer und einmal „Ermüdeter“. Gestartet wird im Wasser von der Startwand aus. Nach dem Start müssen Schwimmer und Ermüdeter in ständiger Verbindung bleiben. Der Schwimmer zieht den „Ermüdeten“, der sich **passiv** verhalten muß, 25m weit. Nach dem Anschlagen (nur der Schwimmer muß anschlagen) wird der „Ermüdete“ zum Schwimmer. Er muß jetzt seinerseits den Partner 25m ziehen (Methode gem. DLRG Lehrbuch).



8 * 25m T-Shirtschwimmen

Vier Teilnehmer befinden sich am Start, vier auf der Gegenseite.

Schwimmart: Brustschwimmen.

Nach dem Anschlag an der Beckenwand wird das T-Shirt gewechselt. Das Wechseln des T-Shirts erfolgt nach Absprache im Wasser oder am Beckenrand.

Nach dem Wechsel muss der Schwimmer im Nichtschwimmerbereich mit der Hand die Wand berühren.

6 Minuten Dauerschwimmen

8 Teilnehmer schwimmen 6 Minuten auf einer Bahn. Auf Kommando springen sie im Abstand von 3 Sekunden ins Wasser. Jede komplett geschwommene Bahn innerhalb der 6 Minuten wird gezählt.

Allgemeine Anmerkungen:

- Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Sachschäden jeglicher Art - insbesondere infolge des Abhandenkommens von Gegenständen.
- Im Hallenfreibad Hofstede gilt die „Haus- und Badeordnung für die Benutzung der Bäder der WasserWelten Bochum GmbH“ in der am Wettkampftage gültigen Fassung. Sie ist vor Ort im Bad einsehbar.
Demnach sind insbesondere zerbrechliche Gefäße im gesamten Badbereich verboten. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Wasserwelten Bochum sind gegenüber Sportlern, Betreuern und Zuschauern weisungsbefugt.
- Das Hallenfreibad Hofstede verfügt über keine Tribüne. Der Aufenthalt in der Schwimmhalle ist in Straßenschuhen nicht gestattet.
- Fotoaufnahmen:
Im Rahmen dieser Veranstaltung werden Foto- und Videoaufnahmen gefertigt (z.B. Siegerehrung, Berichterstattung in der Lokalpresse und auf der Homepage, Facebook, Instagram der DLRG.)
Mit der Anmeldung stimmen Sie zu, dass diese Bilder für die vorgenannten Zwecke verwendet werden dürfen.

Aktuelle Informationen und das Meldeergebnis gibt es unter:

- Homepage der DLRG Bochum:
<https://bez-bochum.dlrg.de/sport/rettungs-pokal-schwimmen-der-bochumer-grundschulen.html>
- Facebook <https://www.facebook.com/DLRGBochum/>
- Instagram <https://www.instagram.com/dlrgbochum/>

Auflagen für 2026 - Bitte beachten

- Seitens der Wasserwelten Bochum sind uns Auflagen gemacht worden, die einen unmittelbaren Einfluss auf den Wettkampf haben. Bitte beachten Sie diese Auflagen!
- Aufgrund der max. Anzahl an Personen, die ins Bad dürfen, müssen wir die Anzahl der Mannschaften auf 16 und zwei Lehrkräfte je Mannschaft begrenzen!
- Erhalten wir mehr als 16 Meldungen, kommen folgende Prämissen zur Anwendung:
 - Bei Überschreiten der max. Anzahl wird je Schule nur eine Mannschaft zugelassen.
 - Sollte dieses Kriterium zur Reduzierung der Anzahl der Mannschaften nicht ausreichen, zählt das Eingangsdatum der Meldung (Windhundprinzip).
- **Einen Aufenthaltsbereich wie im HFB Linden steht im HFB Hofstede nicht zur Verfügung.**

Anmeldung

Die Grundschule
(kompl. Anschrift)

**meldet zum
DLRG Rettungspokal-Schwimmen 2026**

_____ **Mannschaft(en)**

Begleitende Lehrkräfte: _____

E-Mail zur Kontaktaufnahmen: _____

Anmeldung bitte bis zum 13. März 2026 an:

DLRG Bezirk Bochum e.V.
Nevelstr. 8
44795 Bochum

E-Mail: rettungspokal@bez-bochum.dlrg.de