

To Do – und Packliste für Wettkämpfe



erledigt

Wann	Was	
mindestens 1,5 Std. vor Abfahrt	Liste erstellen	<ul style="list-style-type: none"> - Schwimmstrecke - in welchem Lauf - auf welcher Bahn - wenn möglich die Uhrzeit (ca.) <p>Und die Pause zwischen den Starts</p>
mindestens 1 Std. vor Abfahrt (besser am Abend vorher)	Wettkampftasche packen, mit Sachen, die jeder in seiner Tasche haben muss!	<ul style="list-style-type: none"> - Badehosen/ -anzüge für jeden Start eine und zusätzlich für das Einschwimmen eine - Badekappe - Schwimmbrille - 2-3 Handtücher - T-Shirt / Vereins-T-shirt - Sporthose - Socken - Hallenturnschuhe - Trinken ! keine Glasflaschen ! z.B. Wasser, Saft, Schorlen - Essen (der Wettkampf dauert oft einen ganzen Tag) z.B. Riegel, Obst, Gemüse, gekochte Nudeln - Schrankgeld und Schrankschloss <p>Schwimmer haben immer eine Mütze dabei esst eine vollwertige Mahlzeit, der Tag wird lang z.B. Frühstück oder Mittag</p> <p>Ein Auto fährt auch nicht ohne Treibstoff!</p>
1-2 Std. vor Abfahrt je nach Entfernung	Essen	<p>ihr schwimmt einen Wettkampf mit Aktiven des Ahrensburger TSV und wir haben einen gemeinsamen Platz in der Halle</p>
pünktlich zum Einlass	in der Schwimmhalle sein	<p>Einschwimmen und auf die Schwimmstrecken vorbereiten, den Wettkampf verfolgen, an Siegerehrungen teilnehmen und den Anweisungen der Trainer und Betreuer folgen</p>
während des Wettkampfes	für sich:	<p>Interesse zeigen und Hilfestellung (im Rahmen deiner Möglichkeiten) für Vereinskameraden leisten. Aufeinander achten und unterstützen durch anfeuern.</p>
	für die Gruppe:	<p>Gemeinsam hat man mehr Spaß!</p>
Ende des Wettkampfes	wir verlassen gemeinsam den Wettkampf	

Schön wäre es, wenn eure Eltern euch (unerfahrenen) Kindern, bei den Vorbereitungen helfen und **Fahrgemeinschaften organisieren**. In den **Ausschreibungen** und **Meldeergebnissen** stehen zu den Veranstaltungen relevante Informationen, bitte **immer lesen!** In vielen Schwimmhallen ist wenig Platz für Zuschauer. Für die Aktiven sind die Plätze manchmal auch so schon sehr knapp. Die Becken der Bäder sind für öffentliches Schwimmen gesperrt.

Hier auch nochmal der Hinweis auf die Kampfrichterausbildung der Eltern!

Seid immer fair und respektvoll zu euren Mitstreitern!