



**Durchführungsbestimmungen**  
**RETTEN und SCHWIMMEN**  
**(Fassung vom 07.09.2024)**

**Arbeitsgruppe**  
**Gesundheitsmanagement und**  
**Sport in der**  
**AGBF – Bund**

# RETTEN und SCHWIMMEN

(Obmann Uwe Bodusch, BF Leipzig)

## Durchführungsbestimmungen für die Deutschen Feuerwehr-Mannschaftsmeisterschaften

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit und der Vereinfachung wird im Folgenden nur eine geschlechtsspezifische Form verwendet. Es wird jedoch immer sowohl das männliche, das weibliche und auch das diverse Geschlecht eingeschlossen.

### Teilnahme von Feuerwehrfrauen

Feuerwehrfrauen nehmen unter den gleichen Durchführungsbestimmungen teil.

### Teilnehmermannschaften

Für jeden der beiden Wettbewerbe gilt:

Nordrhein – Westfalen	=	2 Mannschaften
jedes weitere Bundesland	=	1 Mannschaft
<u>die ausrichtende Feuerwehr</u>	=	<u>1 Mannschaft</u>
maximale Gesamtzahl	=	18 Mannschaften

Werden nicht alle 18 Startplätze belegt, können weitere Mannschaften nach der festgelegten Nachrücke Regelung teilnehmen. (siehe Anlage 2). Keine Feuerwehr darf mehr als 2 Mannschaften pro Wettbewerb stellen. Bei kurzfristiger krankheitsbedingter Absage eines Teilnehmers kann am Abend vor der Veranstaltung ein anderes Mannschaftsmitglied für die zu ersetzenden Strecken benannt werden.

### Mannschaftsstärke

Eine Mannschaft besteht aus: Wettbewerb A : maximal 9 Teilnehmern  
Wettbewerb B : maximal 9 Teilnehmern  
sowie einem Betreuer.



**Durchführungsbestimmungen**  
**RETTEN und SCHWIMMEN**  
**(Fassung vom 07.09.2024)**

**Arbeitsgruppe**  
**Gesundheitsmanagement und**  
**Sport in der**  
**AGBF – Bund**

Einzelstarter

Sportler können in den Schwimmdisziplinen 50m Freistil, 50m Schmetterling, 100m Rücken, 100m Brust, 800m Freistil oder in den Rettungsdisciplinen 50m Hindernisschwimmen, 100m Kleiderschwimmen, 50m Schleppen, 200m kombinierte Flossenschwimmübung oder 25m Streckentauchen über ihren Landessportreferenten eine Wildcard beim Obmann Retten und Schwimmen beantragen. Darüber hinaus kann jeder Teilnehmer an zusätzlichen Einzelstrecken in den genannten Disziplinen Retten/Schwimmen teilnehmen. Die Meldung für die Mannschaften und für Einzelstarter erfolgt auf getrennten Meldebögen (Anlage 10a Mannschaft Retten, 10b Mannschaft Schwimmen, 10c Einzelstarter)

Wettbewerbe

Wettbewerb A : Retten	Strecke	Disziplin
Wettkampf Nr. A1	50m	Hindernisschwimmen
Wettkampf Nr. A2	100m	Kleiderschwimmen
Wettkampf Nr. A3	50m	Schleppen
Wettkampf Nr. A4	200m	Kombinierte Flossenschwimmübung
Wettkampf Nr. A5	25m	Streckentauchen
Wettkampf Nr. A6	4x50m	Kombinierte Rettungsstaffel
Wettkampf Nr. A7	4x50m	dFFA Staffel

  

Wettbewerb B : Schwimmen	Strecke	Disziplin
Wettkampf Nr. B1	100m	Rücken
Wettkampf Nr. B2	50m	Schmetterling
Wettkampf Nr. B3	50m	Freistil
Wettkampf Nr. B4	100m	Brust
Wettkampf Nr. B5	800m	Freistil
Wettkampf Nr. B6	4x50m	Lagen
Wettkampf Nr. B7	4x50m	Freistil



**Durchführungsbestimmungen**  
**RETTEN und SCHWIMMEN**  
**(Fassung vom 07.09.2024)**

**Arbeitsgruppe**  
**Gesundheitsmanagement und**  
**Sport in der**  
**AGBF – Bund**

Eine Mannschaft kann für beide Wettbewerbe gemeldet werden. Eine Teilnehmerin/Teilnehmer einer Mannschaft kann in Wettbewerb A (Retten) und in Wettbewerb B (Schwimmen) jeweils maximal zwei Einzelwettkämpfe bestreiten.

Wettkampfreihenfolge

Wettkampf A 1	50m Hindernisschwimmen
Pause von 10 Minuten	
Wettkampf B 1	100m Rücken
Wettkampf A 2	100m Kleiderschwimmen
Wettkampf B 2	50m Schmetterling
Wettkampf A 3	50m Schleppen
Wettkampf B 3	50m Freistil
Wettkampf A 4	200m kombinierte Flossenschwimmübung
Wettkampf B 4	100m Brust
Wettkampf A 5	25m Streckentauchen
Wettkampf B 5	800m Freistil
Mittagspause	
Wettkampf A 6	4 x 50m kombinierte Rettungsstaffel
Wettkampf B 6	4 x 50m Lagen
Pause von 10 Minuten	
Wettkampf A 7	4 x 50m dFFA Staffel
Wettkampf B 7	4 x 50m Freistil

Austragungsmodus

Für die Veranstaltung gelten für den Wettkampf A die Wettkampfbestimmungen (WB), die Rechtsordnung (RO) und die Anti-Doping-Ordnung (ADO) der Deutschen Lebensrettungsgesellschaft e.V. (DLRG) in der jeweils gültigen Fassung.



**Durchführungsbestimmungen**  
**RETTEN und SCHWIMMEN**  
**(Fassung vom 07.09.2024)**

**Arbeitsgruppe**  
**Gesundheitsmanagement und**  
**Sport in der**  
**AGBF – Bund**

Für die Veranstaltung gelten für den Wettkampf B die Wettkampfbestimmungen (WB), die Rechtsordnung (RO) und die Anti-Doping-Ordnung (ADO) des Deutschen-Schwimm-Verbandes e.V. (DSV) in der jeweils gültigen Fassung.

Alle Starts der Wettbewerbe A und B erfolgen nach den Richtlinien des DSV. Es gilt die **Ein-Start-Regel**

Kampfgericht

Die Kampfrichter werden vom Ausrichter gestellt und sollten eine Ausbildung nach den Richtlinien des DSV haben.

Wettkampfkleidung und -gerät

Die Wettkampfkleidung und das Gerät stellt der Ausrichter. Die vom Ausrichter bereitgehaltenen Anzüge sind nach Größen zu ordnen und werden 10 Minuten vor dem Wettkampf ausgegeben. Alle Anzüge sind in gleicher Ausführung gefertigt. Die Anzüge müssen gut sichtbar und unverwechselbar vom Ausrichter gekennzeichnet sein. Standorteigene Wettkampfkleidung darf von den Mannschaften nicht verwendet werden. Die bereitgestellten Rettungsleinen müssen von gleicher Ausführung sein (Durchmesser der Leine, Griffigkeit und Schultergurt). Kunststoffpuppen sind in nur einer Ausführung bereitzustellen und vor dem Wettkampf zu eichen (Füllung). Das max. Gewicht darf **50 kg** nicht überschreiten. Schwimmbrillen sind für alle Wettbewerbe zugelassen.

Wertung

Teilnehmer erhalten ab dem 30. Lebensjahr für jede neue Altersklasse (ausschlaggebend ist das Geburtsjahr)

eine Zeitgutschrift von:

10,0	Sekunden bei	800m
2,5	Sekunden bei	200m
1,25	Sekunden bei	100m
0,6	Sekunden bei	50m
0,3	Sekunden bei	25m



**Durchführungsbestimmungen**  
**RETTEN und SCHWIMMEN**  
**(Fassung vom 07.09.2024)**

**Arbeitsgruppe**  
**Gesundheitsmanagement und**  
**Sport in der**  
**AGBF – Bund**

<b>AK</b>	<b>800m</b>	<b>200m</b>	<b>100m</b>	<b>50m</b>	<b>25m</b>
<b>30 – 34</b>	10	2,5	1,25	0,6	0,3
<b>35 – 39</b>	20	5,0	2,5	1,2	0,6
<b>40 - 44</b>	30	7,5	3,75	1,8	0,9
<b>45 – 49</b>	40	10,0	4,0	2,4	1,2
<b>50 - 54</b>	50	12,5	5,25	3,0	1,5
<b>55 - 59</b>	60	15,0	6,5	3,6	1,8
<b>Ab 60</b>	70	17,5	7,75	4,2	2,1

Bei Staffelwettbewerben wird nur die Wettkampfzeit gewertet, Altersgutschriften entfallen.

Bei allen Wettkämpfen werden die, ggf. alterskorrigierten, Zeiten in eine Rangfolge gebracht und dementsprechend Rangpunkte vergeben.

z.B. bei 10 Mannschaften

- 1. Platz = 10 Punkte
- 2. Platz = 9 Punkte
- 3. Platz = 8 Punkte
- ...
- 10. Platz = 1 Punkt

Für Staffelwettkämpfe wird die doppelte Punktzahl berechnet. Die Addition der Rangpunkte aus den einzelnen Wettkämpfen ergibt die Platzierung in der Mannschaftswertung.



**Durchführungsbestimmungen**  
**RETTEN und SCHWIMMEN**  
**(Fassung vom 07.09.2024)**

**Arbeitsgruppe**  
**Gesundheitsmanagement und**  
**Sport in der**  
**AGBF – Bund**

---

**Zusätzliche Wettkampffregeln, die bei Nichteinhalten zur Disqualifikation führen.**

Wettkampf A 1 – 50m Hindernisschwimmen

Es müssen im Wasser gut sichtbare, senkrecht stehende Ringe durchtaucht werden, die einen Innendurchmesser zwischen 80cm und 100cm aufweisen. Die Ringe sind im Wechsel in maximal 2m Tiefe und unmittelbar unter der Wasseroberfläche in einem Abstand von 6,25m angebracht. Bei flacheren Schwimmbecken sind die Ringe direkt über dem Beckenboden zu befestigen.

- a.) für 25m Bahnen bei 6,25m (tief), 12,50m (hoch) und 18,75m (tief) und
- b.) für 50m Bahnen bei 6,25m (tief), 12,50m (hoch), 18,75m (tief), 25m (hoch),  
31,25m (tief), 37,50m (hoch) und 43,75m (tief).

Der erste Ring wird nach dem Startsprung durchtaucht. Nach dem Durchtauchen jedes weiteren Ringes muss der Teilnehmer unverzüglich auftauchen (es ist nur ein Armzug bis zum Auftauchen zulässig). Ein Abstoßen von der Bodenoberfläche nach dem Durchtauchen der unteren Ringe ist nicht gestattet.

Wettkampf A 2 – 100m Kleiderschwimmen

Freie Stilart in Bauchlage und kein Entkleiden. Beim Kleiderschwimmen wird mit nassem Anzug gestartet. Die Ärmel der Jacke dürfen nicht aufgerollt werden. Die Hosenbeinlänge schließt mit dem Fußknöchel ab. Ein Zünähen oder Abtrennen der Taschen ist nicht gestattet.

Wettkampf A 3 – 50 m Schleppen

Alle Puppen werden mit Wasser gleich gefüllt. Das Gesamtgewicht darf 50 kg nicht überschreiten. Das Schleppen der Puppe erfolgt in Rückenlage mit Kopf- oder Achselschleppgriff. Beide Hände sind an der Puppe. Die Griffarten können beliebig oft gewechselt werden. Der Kopf der Puppe darf nicht länger als 3 Sekunden unter die Wasseroberfläche kommen.



**Durchführungsbestimmungen**  
**RETTEN und SCHWIMMEN**  
**(Fassung vom 07.09.2024)**

**Arbeitsgruppe**  
**Gesundheitsmanagement und**  
**Sport in der**  
**AGBF – Bund**

---

Wettkampf A 4 – 200m kombinierte Flossenschwimmübung

Die Wettkämpferin bzw. der Wettkämpfer startet mit Flossen und mit Kleidung wie bei Wettkampf A 2 und schwimmt 150 m. Bei der letzten Wende (50 m Bahnen) bzw. der vorletzten Wende (25 m Bahnen) nimmt sie bzw. er die Puppe auf und schleppt sie nach den Regeln von Wettkampf A 3 bis zum Ziel.

Die Puppe darf von einem Halter gehalten werden und muss nicht auf dem Grund liegen.

Verliert eine Wettkämpferin bzw. ein Wettkämpfer während des Schwimmens ihre bzw. seine Flosse/- n, wird der Wettkampf fortgesetzt. Ein Nachstarten der bzw. des Betroffenen ist nicht zulässig. Die Flossen werden von den Wettkämpfern selbst gestellt und dürfen eine maximale Länge (gemessen von der Ferse bis zur Flossenspitze) von 65 cm und in der Breite von 30 cm nicht überschreiten. Flossenhalter dürfen verwendet werden.

Wettkampf A 6 – 4 x 50m kombinierte Rettungsstaffel

An diesem Staffelwettbewerb nehmen 4-5 Schwimmerinnen/Schwimmer teil.

1. Schwimmer

Start vom Startblock, 25 m Schwimmen mit angelegtem Schultergurt und ablaufender Rettungsleine, anschlagen, Puppe ergreifen, zurückgezogen werden durch ein Staffelmitglied. Dieses Staffelmitglied muss am Startblock eine feste Position einnehmen. Ein Fuß darf zur Abstützung am Startblock stehen. Zum Ziehen dürfen keine Handschuhe oder Ähnliches verwendet werden. Die bzw. der Ziehende darf auch nicht die Leine festhalten und sich laufend vom Startblock entfernen. Der Kopf der Puppe darf nicht länger als 3 Sekunden unter die Wasseroberfläche kommen.



**Durchführungsbestimmungen**  
**RETTEN und SCHWIMMEN**  
**(Fassung vom 07.09.2024)**

**Arbeitsgruppe**  
**Gesundheitsmanagement und**  
**Sport in der**  
**AGBF – Bund**

---

2. Schwimmer

Start im Wasser. Nach Anschlag der 1. Schwimmerin bzw. des 1. Schwimmers erfolgt die Übernahme der Puppe und 50 m Schleppen mit Kopf- oder Achselschleppgriff. Die Puppe darf von einem Halter gehalten werden und muss nicht auf dem Grund liegen. Der Griff kann während des Schleppens gewechselt werden. Der Kopf der Puppe darf nicht länger als 3 Sekunden unter die Wasseroberfläche kommen.

3. Schwimmer

Nach dem Anschlag der 2. Schwimmerin bzw. des 2. Schwimmers startet die 3. Schwimmerin bzw. der 3. Schwimmer vom Startblock zum 25 m Streckentauchen; ergreift den auf dem Boden liegenden 5 kg - Ring und taucht auf. Dabei kann sie bzw. er sich vom Boden abstoßen, muss aber nach 5 Metern spätestens in Rückenlage auftauchen. Der Ring wird dann in Rückenlage gut sichtbar mit beiden Händen auf der Brust transportiert.

4. Schwimmer

Nach dem Anschlag der 3. Schwimmerin bzw. des 3. Schwimmers erfolgt der Start vom Startblock zum 50 m Kleiderschwimmen.

Wettkampf B 6 – 4 x 50m Lagen

Die Lagenstaffel erfolgt in der Reihenfolge **Rücken - Brust - Schmetterling - Freistil**



**Durchführungsbestimmungen**  
**RETTEN und SCHWIMMEN**  
**(Fassung vom 07.09.2024)**

**Arbeitsgruppe**  
**Gesundheitsmanagement und**  
**Sport in der**  
**AGBF – Bund**

---

Wettkampf A 7 – 4 x 50m dFFA Staffel

An diesem Wettbewerb nehmen 4 Schwimmer teil.

1. Schwimmer:

Start vom Startblock, mindestens 15m Tauchen (Markierung mit Tauchring), dann bis zur 50m-Marke  
Freistil

2. Schwimmer:

Start vom Startblock, 50m Freistil

3. Schwimmer:

Start im Wasser in Rückenlage: 50m Rücken ohne Armtätigkeit (Arme gekreuzt auf dem Brustkorb)

4. Schwimmer

Start vom Startblock, 50m Brust

Bei der Wende muss der Beckenrand jeweils mit einem Körperteil berührt werden.

Ehrungen

Neben der Mannschaftssiegerehrung gibt es auch Ehrungen in den einzelnen Disziplinen. Diese werden zeitnah zu den Wettkämpfen in der Schwimmhalle durchgeführt. Dabei werden keine Altersgutschriften berücksichtigt, sondern die tatsächlich geschwommen Zeiten gewertet.