



Auf den folgenden Seiten sind für alle Aktiven der SG Altenessen die Wettkampfdaten aufgelistet, d.h. in welchem Lauf auf welcher Bahn und um welche Uhrzeit Ihr an den Start gehen werdet. **Die unten angegebenen Startzeiten sind nur eine grobe Abschätzungen.** Für eine gute Wettkampfvorbereitung ist die Anwesenheit im Bad ca. 90 Minuten vor dem Start zwingend erforderlich.

Es schont meine Nerven ungemein, wenn Ihr rechtzeitig im Bad seid. Am besten seid Ihr schon zur Einschwimmzeit im Bad und meldet Euch direkt bei der Wettkampfbetreuung der SG Altenessen 19/26, die meist schwarzes T- oder Polo-Shirt mit der Aufschrift SG Altenessen 19/26 oder ein rotes T-Shirt mit Hai und Goldfisch auf dem Rücken tragen. Die Wettkampfbetreuer bringen Euch dann rechtzeitig zum Start.

Schwimmerinnen und Schwimmer, die zum ersten Mal an einem Wettkampf teilnehmen, sollten zu Beginn des Einschwimmens im Bad sein, damit sie sich im Wettkampfbecken einschwimmen können. Mitzubringen sind außerdem Trockentücher und Badebekleidung in ausreichender Anzahl (Anzahl der Starts +2), Bekleidung (**Trainingsanzug, T-Shirt, Badeschuhe**), leichte Verpflegung (**Getränke nicht in Glasflaschen!!!**) und Bücher oder Spiele für die Zeit zwischen den Starts.

Da der Wettkampf in einem **Freibad** stattfindet, sollte auch bei gutem Wetter **wärmende Bekleidung (Schal, Mütze, Handschuhe, ...)** unbedingt vorhanden sein. Außerdem sollten **Sonnenschutz** und **Regenbekleidung** nicht in der Sporttasche fehlen. Schließlich weiß keiner so genau, wie das Wetter werden wird. Praktisch gegen zu viel Wasser von oben sind auch **große Müllbeutel** („Die Blauen“), in die sich im Notfall prima die Schwimmflasche, Trainingskleidung und das Handtuch vor dem Start gegen zu viel Feuchtigkeit schützen lassen. Schwimmerinnen und Schwimmern macht Wasser ja nicht viel aus: der Wettkampf findet also auch bei Regen statt.

**Nach den neuesten Regeln sind keine Schwimmshorts oder doppelte Badebekleidung erlaubt.
Bitte tragt nur zugelassene Badebekleidung.**

Die Betreuung auf diesem Wettkampf erfolgt durch Thomas Przybilla

45. Int. Nachwuchsschwimmfest des SV Kettwig 1907 e.V.

17. bis 18.06.2022, , Schwimmzentrum Essen Kettwig, Im Teelbruch 10-12, 45219 Essen. Ein-Start-Regel



Abschnitt 1, 17.06.2023, Einlass: 12:00 Uhr, KaRi: 12:5 Uhr (Rainer, STw, Anette, WRO2) Beginn: 13:00 Uhr

Name	Vname	Jg	W/M	DSV-ID	WK	Lauf	Bahn	Strecke	T	Mzeit	Startzeit	Aufwärmen	Umziehen	Pause
Kilic	Helin	2014	W	0	1	3	3	50	R	01:11,12	13:04	12:49	12:34	
Pyplacz	Melanie	2014	W	455672	1	3	5	50	R	01:10,90	13:04	12:49	12:34	
Tihouna	Hidaya	2011	W	0	1	3	6	50	R	01:12,13	13:04	12:49	12:34	
Riese	Lucy	2004	W	322408	2	7	4	50	R	00:34,00	13:30	13:15	13:00	01:45
Soliman	Mohammed-Sameh	2010	M	0	3	2	2	50	R	01:12,14	13:34	13:19	13:04	
Pyplacz	Maximilian	2012	M	455671	3	3	6	50	R	00:57,74	13:36	13:21	13:06	
El Founti	Sabrin	2010	W	0	5	3	2	50	B	01:03,04	13:56	13:41	13:26	
Dolinski	Julian	2011	M	452664	7	3	4	50	B	00:46,81	14:27	14:12	13:57	01:03
Marx	Justus Simon	2012	M	467959	7	3	7	50	B	00:58,34	14:27	14:12	13:57	
Riese	Lucy	2004	W	322408	9	14	6	100	F	01:04,62	15:16	15:01	14:46	01:12
Mujic	Severin	2011	M	459719	10	2	4	100	F	01:59,99	15:22	15:07	14:52	
Dolinski	Julian	2011	M	452664	10	5	7	100	F	01:32,67	15:31	15:16	15:01	
Riese	Lucy	2004	W	322408	12	5	4	100	R	01:15,93	16:30	16:15	16:00	

45. Int. Nachwuchsschwimmfest des SV Kettwig 1907 e.V.

17. bis 18.06.2022, , Schwimmzentrum Essen Kettwig, Im Teelbruch 10-12, 45219 Essen. Ein-Start-Regel



Abschnitt 2, 18.06.2023, Einlass: 09:00 Uhr, KaRi: 09:15 Uhr (Rainer, STw, Anette WRO2), Beginn: 10:00 Uhr

Name	Vname	Jg	W/M	DSV-ID	WK	Lauf	Bahn	Strecke	T	Mzeit	Startzeit	Aufwärmen	Umziehen	Pause
Riese	Lucy	2004	W	322408	29	3	5	50	S	00:33,62	10:11	09:56	09:41	00:35
Kilic	Helin	2014	W	0	32	2	3	50	F	01:07,11	10:26	10:11	09:56	
Pyplacz	Melanie	2014	W	455672	32	2	6	50	F	01:08,25	10:26	10:11	09:56	
Bachert	Pia	2002	W	322406	33	4	4	50	F	00:34,52	10:42	10:27	10:12	
Riese	Lucy	2004	W	322408	33	7	5	50	F	00:29,11	10:47	10:32	10:17	01:03
Soliman	Mohammed-Sameh	2010	M	0	34	2	5	50	F	01:10,09	10:51	10:36	10:21	
Dolinski	Vincent	2014	M	0	34	2	6	50	F	01:11,11	10:51	10:36	10:21	
Chudy	Oscar	2010	M	470330	34	3	2	50	F	01:02,95	10:53	10:38	10:23	
Mujic	Severin	2011	M	459719	34	3	3	50	F	01:00,78	10:53	10:38	10:23	
Pyplacz	Maximilian	2012	M	455671	34	3	5	50	F	01:00,16	10:53	10:38	10:23	
Dolinski	Julian	2011	M	452664	34	7	3	50	F	00:38,08	11:01	10:46	10:31	01:25
Riese	Lucy	2004	W	322408	37	2	4	100	S	01:16,61	11:51	11:36	11:21	
Dolinski	Julian	2011	M	452664	40	3	3	100	B	01:51,40	12:27	12:12	11:57	01:58