



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 T- oder Polo-Shirt mit der Aufschrift SG Altenessen 19/26 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 Elias Roth und Thomas Przybilla



Abschnitt 1, 29.06.2024, Einlass: 12:00 Uhr, KaRi: 12:5 Uhr (Rainer, STw, Helmut, ZN) Beginn: 13:00 Uhr

Name	Jg	M/W	ID-Nr.	Wk	Lauf	Bahn	Startzeit	Strecke	Typ	Abs	Mzeit	Aufwärmen	Umziehen	Pause
El-Said, Aaliyah-Nour	2016	W	487331	1	1	4	12:00	50 R	V	1	00:00,00	11:45	11:30	
Pyplacz, Melanie	2014	W	455672	1	5	1	12:09	50 R	V	1	01:04,67	11:54	11:39	
Sonnenschein, Sina	2013	W	0	1	5	4	12:09	50 R	V	1	01:01,01	11:54	11:39	01:05
Kilic, Helin	2014	W	475493	1	6	2	12:11	50 R	V	1	00:59,95	11:56	11:41	01:06
Hasan, Laura	2014	W	0	1	8	7	12:15	50 R	V	1	00:56,05	12:00	11:45	
Böhmer, Raffaella	1999	W	263752	2	5	5	12:34	50 R	V	1	00:35,70	12:19	12:04	01:08
El-Founti, Sami	2012	M	0	3	2	2	12:40	50 R	V	1	01:11,12	12:25	12:10	
Chyla, Miguel	2011	M	0	3	2	6	12:40	50 R	V	1	01:11,12	12:25	12:10	01:11
Hasan, Nishan	2012	M	0	3	5	3	12:46	50 R	V	1	00:57,93	12:31	12:16	
Pyplacz, Maximilian	2012	M	455671	3	7	5	12:50	50 R	V	1	00:50,91	12:35	12:20	
Guliyev, Mohammed	2012	M	455669	3	7	8	12:50	50 R	V	1	00:52,50	12:35	12:20	
Sonnenschein, Sina	2013	W	0	5	5	3	13:16	50 B	V	1	01:01,01	13:01	12:46	
Kilic, Helin	2014	W	475493	5	6	2	13:18	50 B	V	1	00:59,59	13:03	12:48	
Böhmer, Raffaella	1999	W	263752	6	5	5	13:43	50 B	V	1	00:41,32	13:28	13:13	
Chyla, Miguel	2011	M	0	7	3	2	13:53	50 B	V	1	01:11,12	13:38	13:23	
Dolinski, Julian	2011	M	452664	7	7	6	14:01	50 B	V	1	00:45,96	13:46	13:31	01:19
Roth, Elias	2002	M	298461	8	7	2	14:18	50 B	V	1	00:39,40	14:03	13:48	01:07
Waclawik, Laura	2009	W	394975	9	12	2	14:52	100 F	E	1	01:19,31	14:37	14:22	01:41
Dolinski, Vincent	2014	M	475492	10	2	7	15:07	100 F	E	1	02:03,88	14:52	14:37	
Dolinski, Julian	2011	M	452664	10	7	7	15:21	100 F	E	1	01:26,34	15:06	14:51	
Roth, Elias	2002	M	298461	10	9	5	15:26	100 F	E	1	01:17,64	15:11	14:56	
Waclawik, Alexander	2005	M	364778	10	10	7	15:28	100 F	E	1	01:16,75	15:13	14:58	
Waclawik, Laura	2009	W	394975	12	5	7	16:35	100 R	E	1	01:35,78	16:20	16:05	

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

29. bis 30.06.2024, , Schwimmzentrum Essen Kettwig, Im Teelbruch 10-12, 45219 Essen. Ein-Start-Regel



Abschnitt 2, 30.06.2024, Einlass: 09:00 Uhr, KaRi: 09:15 Uhr (Rainer, STw, Anette), Beginn: 09:45 Uhr

Name	Jg	M/W	ID-Nr.	Wk	Lauf	Bahn	Startzeit	Strecke	Typ	Abs	Mzeit	Aufwärmen	Umziehen	Pause
Bachert, Pia	2002	W	322406	29	1	5	09:58	50 S	V	2	00:47,44	09:43	09:28	01:03
Böhmer, Raffaella	1999	W	263752	29	3	3	10:02	50 S	V	2	00:35,93	09:47	09:32	01:03
Dolinski, Julian	2011	M	452664	30	3	6	10:12	50 S	V	2	00:46,52	09:57	09:42	01:16
El-Said, Aaliyah-Nour	2016	W	487331	32	2	2	10:27	50 F	V	2	00:00,00	10:12	09:57	
Pyplacz, Melanie	2014	W	455672	32	4	4	10:32	50 F	V	2	00:59,21	10:17	10:02	
Hasan, Laura	2014	W	0	32	5	2	10:34	50 F	V	2	00:56,56	10:19	10:04	02:11
Kilic, Helin	2014	W	475493	32	5	7	10:34	50 F	V	2	00:57,18	10:19	10:04	02:15
Hasan, Hayli	2010	W	471553	33	1	5	10:51	50 F	V	2	00:52,59	10:36	10:21	04:33
Gellert, Valerie	2003	W	322399	33	3	3	10:55	50 F	V	2	00:39,76	10:40	10:25	04:29
Vollmer, Annika	2001	W	229821	33	5	4	10:59	50 F	V	2	00:35,47	10:44	10:29	02:26
Bachert, Pia	2002	W	322406	33	7	1	11:02	50 F	V	2	00:34,52	10:47	10:32	04:22
Böhmer, Raffaella	1999	W	263752	33	10	3	11:06	50 F	V	2	00:31,33	10:51	10:36	04:18
El-Founti, Sami	2012	M	0	34	3	1	11:14	50 F	V	2	01:10,41	10:59	10:44	00:44
Aliyev, Murat	2015	M	0	34	3	2	11:14	50 F	V	2	01:05,55	10:59	10:44	
Dolinski, Vincent	2014	M	475492	34	4	4	11:16	50 F	V	2	00:52,94	11:01	10:46	04:08
Hasan, Nishan	2012	M	0	34	5	1	11:18	50 F	V	2	00:52,51	11:03	10:48	00:52
Pyplacz, Maximilian	2012	M	455671	34	6	6	11:20	50 F	V	2	00:48,04	11:05	10:50	04:04
Guliyev, Mohammed	2012	M	455669	34	7	4	11:22	50 F	V	2	00:44,81	11:07	10:52	04:02
Dolinski, Julian	2011	M	452664	34	11	7	11:29	50 F	V	2	00:36,72	11:14	10:59	02:22
Roth, Elias	2002	M	298461	35	7	3	11:43	50 F	V	2	00:32,78	11:28	11:13	02:13
Vollmer, Annika	2001	W	229821	39	10	5	13:26	100 B	E	2	01:37,77	13:11	12:56	01:57
Dolinski, Julian	2011	M	452664	40	7	5	13:52	100 B	E	2	01:43,89	13:37	13:22	01:31
Roth, Elias	2002	M	298461	40	9	3	13:57	100 B	E	2	01:28,51	13:42	13:27	01:26



**Abschnitt 2, 30.06.2024, Einlass: 09:00 Uhr, KaRi: 09:15 Uhr (Rainer, STw, Anette), Beginn: 09:45 Uhr
Staffelbesetzung**

Name	Jg	M/W	ID-Nr.	Wk	Lauf	Bahn	Startzeit	Strecke	Typ	Abs	Mzeit	Aufwärmen	Umziehen	Pause
1. Mannschaft	1926	X		45	1	4	15:25	10x50 F	E	2	06:59,99	15:10	14:55	
Bachert, Pia		X		45	1	4	15:25	10x50 F	E	2	06:59,99	15:10	14:55	
Böhmer, Raffaella		X		45	1	4	15:25	10x50 F	E	2	06:59,99	15:10	14:55	
Dolinski, Julian		X		45	1	4	15:25	10x50 F	E	2	06:59,99	15:10	14:55	
Dolinski, Vincent		X		45	1	4	15:25	10x50 F	E	2	06:59,99	15:10	14:55	
Gellert, Valerie		X		45	1	4	15:25	10x50 F	E	2	06:59,99	15:10	14:55	
Guliyev, Mohammed		X		45	1	4	15:25	10x50 F	E	2	06:59,99	15:10	14:55	
Hasan, Hayli		X		45	1	4	15:25	10x50 F	E	2	06:59,99	15:10	14:55	
Pyplacz, Maximilian		X		45	1	4	15:25	10x50 F	E	2	06:59,99	15:10	14:55	
Roth, Elias		X		45	1	4	15:25	10x50 F	E	2	06:59,99	15:10	14:55	
Vollmer, Annika		X		45	1	4	15:25	10x50 F	E	2	06:59,99	15:10	14:55	