

DSV-Bundesstützpunktvergleich

11. - 13.11.2016 in Rostock

Veranstalter: Deutscher Schwimm-Verband e.V.
Ausrichter: Wasserspringclub Rostock e.V.
Ort: Neptun Schwimmhalle Rostock, 18057 Rostock, Kopernikusstr. 17
Wettkampfleiter: Peter Gildemeister
Kontakt: Tel.: 0381-8083380; E-Mail: petergildemeister@gmx.de

Zeitplan:

Freitag, 11.11.2016	09.30 Uhr			Landwettkämpfe L1 bis L11	
	15.00 Uhr	WK 1.1	Turm	Jg. 2006	männlich
		WK 2.1	1m + 3m	Jg. 2006	weiblich
Samstag, 12.11.2016	09.30 Uhr	WK 3.1	1m + 3m	Jg. 2005	männlich
		WK 4.1	Turm	Jg. 2005	weiblich
		WK 5.1	1m + 3m	Jg. 2006	männlich
		WK 6.1	Turm	Jg. 2006	weiblich
Sonntag, 13.11.2016	09.30 Uhr	WK 7.1	1m + 3m	Jg. 2005	weiblich
		WK 8.1	Turm	Jg. 2005	männlich

Wettkampfablauf	Der Zeitplan wird nach der Meldeöffnung anhand der Meldungen konkretisiert und mit dem Meldeergebnis veröffentlicht.
Einspringen	Die Einspringzeiten werden mit dem Meldeergebnis mitgeteilt.

Wettkampfprogramm Wasserbereich

Die Zehnjährigen führen (Jg. 2006)

- einen kombinierten Wettkampf vom 1m-Brett (3 Sprünge aus verschiedenen Gruppen) und 3m-Brett (3 Sprünge aus verschiedenen Gruppen) durch. (Diese 6 Sprünge müssen 4 verschiedene Sprunggruppen nachweisen. Gleiche Sprungnummern sind nicht zugelassen.)
- +
- einen Turmwettkampf (nur 5m) mit 4 festgelegten Sprüngen durch.
010c, 020b (SKG aus der Nachwuchstabelle), 401b, 103c
+ 1 Kürsprung (aus der FINA-Tabelle)

Die Elfjährigen führen (Jg. 2005)

- einen kombinierten Wettkampf vom 1m-Brett (**3 Sprünge** aus verschiedenen Gruppen) und 3m-Brett (**4 Sprünge** aus verschiedenen Gruppen) durch. (Diese 7 Sprünge müssen alle 5 Sprunggruppen nachweisen. Gleiche Sprungnummern sind nicht zugelassen.)
- +
- einen Turmwettkampf (nur 5m) durch.
3 Sprünge aus verschiedenen Gruppen (5,4 max. Gesamt-SKG)
+ 2 Sprünge aus verschiedenen Gruppen
(Diese 5 Sprünge müssen 4 verschiedene Sprunggruppen nachweisen. Die Handstandgruppe **muß** gezeigt werden. Gleiche Sprungnummern sind nicht zugelassen.)

Allgemeine Bestimmungen und Hinweise:

1. Wettkampf-Bestimmungen	Es gelten die Wettkampfbestimmungen, die Rechtsordnung und die Anti-Doping-Ordnung des Deutschen Schwimm-Verbandes (DSV).
2. Teilnahme-Berechtigung	Die Wettkämpfe sind offen für die Bundesstützpunkte (einschließlich der ihnen angeschlossenen Landesleistungsstützpunkte) sowie für Vereine außerhalb der Bundesstützpunkte. Jeder Teilnehmer muss im Lizenzregister des DSV eingetragen und im Besitz einer Registriernummer sein. Springer/innen, die einem DSV-Verbandsstützpunkt angehören, der einem Bundesstützpunkt zugeordnet ist, können sowohl in der Mannschaft des BSP als auch in der Mannschaft des DSV-Verbandsstützpunktes starten. Vorrang hierbei hat jedoch die Teilnahme in der Bundesstützpunktmannschaft. Die Sportler dürfen jedoch nur für eine Mannschaft starten!

		<p>Die DSV-Verbandsstützpunkte können sich auch zu einem oder mehreren gemeinsamen Teams DSV-Verbandsstützpunkte zusammenschließen. Die Mannschaften werden mit der Meldung benannt, die Sportler, die in den Mannschaften starten, werden zur technischen Sitzung benannt. Beispiele: Vereine außerhalb der Bundesstützpunkte können:</p> <ul style="list-style-type: none"> - in denen ihnen zugeordneten BSP-Mannschaften starten - als gemeinsame DSV-Verbandsstützpunkt-Mannschaft starten - als Mannschaft Nord bzw. Süd bzw. West starten - als eigenständige DSV-Verbandsstützpunkt-Mannschaft starten <p>Jahrgänge Gestartet wird in zwei Altersgruppen: Jahrgang 2005 sowie Jahrgang 2006 und jünger. Jüngere als 2006 (2007) geborene Sportler/innen benötigen die vorherige Startgenehmigung durch die für die Sichtung verantwortliche Bundestrainerin (vor der Meldung bitte schriftlich beantragen). Sie nehmen vollberechtigt an den Wettkämpfen des Jahrgangs 2006 teil, zählen jedoch nicht für die Mannschaft. Die Wertung erfolgt in zwei Altersgruppen. Es können nur Sportler/innen teilnehmen, die in allen Teilbereichen (Land, 1m/3m, Turm) des Wettkampfes starten.</p> <p>Wettkämpfe Wettkampfdisziplinen: Landbereich: Konditionstest, Bodenturnen/Gymnastikwettkampf, Trampolin Wasserbereich: Kunstspringen 1m + 3m, Turmspringen (nur 5m)</p> <p>Wertungsmodus Landbereich: Aus der Addition der Einzelplatzierungen in den drei Wettkämpfen Konditionstest, Bodenturnen/Gymnastik und Trampolin ergibt sich die Einzelplatzierung Land. Wasserbereich: Die Platzierungen im Kombi-(1m / 3m), sowie dem Turmwettkampf entsprechen den jeweiligen Platzziffern. (bei gleicher Punktzahl, gleiche Platzziffer) Gesamtsieger/in: Für die Gesamtwertung werden die Platzziffern aus Kunstspringen, Turmspringen und Landbereich addiert. Bei Platzzifferngleichstand entscheidet die bessere Punktsumme (gesprungene Punkte) aus den beiden Wasserwettkämpfen über den Platz in der Gesamtwertung. In den beiden Jahrgängen 2005 sowie 2006 werden für die männlichen und weiblichen Sportler getrennte Einzelwertungen durchgeführt.</p>																																										
3.	Mannschaftswertung	<p>Für die drei Mannschaftswertungen (weiblich, männlich, gesamt) werden die beiden Jahrgänge 2005 und 2006 zusammengefasst. Hierfür melden die Stützpunkte/Mannschaften in jedem der beiden Jahrgänge drei (3) weibliche und (3) drei männliche Sportler. Die Mannschaftsmitglieder müssen spätestens bei der Technischen Sitzung namentlich benannt werden. Zusätzliche Teilnehmer/innen der entsprechenden Jahrgänge sowie jüngere Teilnehmer/innen (2007) sind zugelassen, zählen jedoch nicht für die Mannschaftswertung. Zur Ermittlung der Mannschaftssieger werden die Platzierungen (nicht bereinigt) der Aktiven in den Einzel-Gesamtwertungen (Kombinationswertung) entsprechend dem u.a. Schlüssel in Punkte umgerechnet. Die Mannschaftsergebnisse errechnen sich aus den Additionen dieser Punkte.</p> <table border="1" data-bbox="199 1921 1477 1989"> <tr> <td>Platz</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> <td>11</td> <td>12</td> <td>13</td> <td>14</td> <td>15</td> <td>16</td> <td>17</td> <td>18</td> <td>19</td> <td>20</td> </tr> <tr> <td>Punkte</td> <td>50</td> <td>45</td> <td>40</td> <td>36</td> <td>32</td> <td>28</td> <td>25</td> <td>22</td> <td>19</td> <td>16</td> <td>14</td> <td>12</td> <td>10</td> <td>8</td> <td>6</td> <td>5</td> <td>4</td> <td>3</td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> </table>	Platz	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Punkte	50	45	40	36	32	28	25	22	19	16	14	12	10	8	6	5	4	3	2	1
Platz	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20																								
Punkte	50	45	40	36	32	28	25	22	19	16	14	12	10	8	6	5	4	3	2	1																								
4.	Nachmeldung	<p>Festlegung für Nachmeldungen zum Bundesstützpunktvergleich. Bis zur technischen Sitzung des BSTP-Vergleichswettkampfes kann ein gemeldeter Sportler ersetzt werden. Dafür müssen folgende Voraussetzungen vorliegen:</p>																																										

		<ul style="list-style-type: none"> • Für den Sportler, der durch die Nachmeldung ersetzt werden soll, ist ein Attest vorzulegen. • Die Sprungliste ist entsprechend der WB-Fachteil Springen, § 210 (2) abzugeben und die evtl. fällige Gebühr von 10,- € (bei Abgabe oder Änderung der Sprungliste zwischen 24 und drei Stunden vor Wettkampfbeginn) beim Wettkampfleiter zu bezahlen. • Dem Wettkampfleiter wird mit Abgabe der Sprungliste eine separate schriftliche Nachmeldung vorgelegt.
5.	Sprunganlage	Die Sprunganlage besteht aus einem separaten Sprungbecken mit fünf 1m- und drei 3m- Maxi-B -Sprungbrettern, sowie jeweils einer 1m-, und 7,5m- Plattform, einer 5m- und 10m-Plattform, einer Brett- sowie Turm-Hydraulikanlage und einem 60cm Sprungbrett. Die Wassertemperatur beträgt ca.30°C.
6.	Meldungen	Die Meldung erfolgt nach den Bestimmungen der WB, §210. Die Meldungen für Teilnehmer und Sprungrichter sind über das Online-Portal (www.sportlicht.net/event) im Internet einzugeben. (Siehe auch die detaillierte Anleitung/ Hilfe unter 1. „Information zum Meldesystem“ in diesem Infoheft.). Das Internet-Portal für die Meldungen dieser Veranstaltung wird zum Termin der Meldeeröffnung geschlossen.
7.	Meldeeröffnung	Die Meldeeröffnung findet am Montag, 31.10.2016 um 12.00 Uhr statt.
8.	Sprunglisten	Die kompletten Sprunglisten sind bis Donnerstag, 10.11.2016, 09.30 Uhr (24 Stunden vor Veranstaltungsbeginn!) über das Online-Portal im Internet einzugeben.
9.	Meldegeld	Das Meldegeld beträgt pro Einzelstart (jeweils 1m, 3m, Land) 8,- € Für die Gesamtwertung wird kein Meldegeld erhoben. Das Meldegeld muss bis spätestens 5 Werktage nach Meldschluss in voller Höhe auf dem DSV-Konto eingegangen sein. Andernfalls wird die Meldung annulliert. Das Meldegeld ist zu überweisen auf das Konto des DSV: IBAN: DE54 5205 0353 0002 0650 69 SWIFT CODE: HELADEF1 KAS Zahlungsvermerk: Meldegeld Wasserspringen BSP-Vergleich 2016
10.	Sprungrichter	Jeder Verein bzw. BSP, der mehr als vier Meldungen abgibt, hat mit der Meldung über das Internet-Portal mindestens einen Sprungrichter namentlich einzugeben und für diesen auch die Kosten zu tragen. Der Sprungrichter muss im Besitz einer gültigen Sprungrichterlizenz sein und an allen WK-Tagen zur Verfügung stehen.
11.	Technische Sitzung	Am ersten Wettkampftag findet zwei Stunden vor Beginn der Wettkämpfe eine Technische Sitzung, in der auch die eingesetzten Sprungrichter/innen benannt werden, statt. (s. DSV-Kampfrichterordnung Wasserspringen in diesem Informationsheft)
12.	Auszeichnungen	- alle Sportler/innen erhalten eine Urkunde - Pokale für die 3 besten Teams in den drei Mannschaftswertungen
13.	Quartiere	- Sportschule Yachthafen Warnemünde, Tel. 0381 52346 oder 52384 @mail: yachthafen-wm@t-online.de - Hotel Sportforum, Kopernikusstr. 17A, Telefon:0381128848100 @mail: willkommen@hotelsportforum.de - Hanse-Hostel, Doberaner Str. 96; Tel.: 0381 252 999 80 (20,00 € pro Person) - Jugendschiff Likedeeler: Tel.: 0381 127210; @mail: slh.likedeeler@arcor.de
14.	Verpflegung	Möglichkeiten bestehen im Bistro der Schwimmhalle oder in der „Auszeit“ im Hotel Sportforum gleich hinter der Schwimmhalle.

Konditionstest beim Bundesstützpunktvergleich Jahrgänge 2005 und 2006 (11 und 10 Jahre)

Die Bewertung der Übungen L1 bis L7 erfolgt nach der „Bewertungstabelle für die Konditionstests“

L1: Sprint (SP) (20 m, fliegend)
Übungsablauf: Anlauf, dann 20 m Messstrecke
Bewertung: 2 Versuche, der Bestwert zählt.

L2: Sprungkraft mit und ohne Armführung (SkM L2.1, Sko L2.2)

(je 3 Versuche, Bestwert zählt)

Geräte: Sprungkreis von 50 cm Durchmesser, Klemme in der Mitte des vorhandenen Halbkreises, Sprungmessgürtel, Bandmaß, Gymnastikstab.

Übungsablauf: Aus der Grundstellung hinter der Klemme mit Tiefhalte der Arme, in der Mitte des Sprungkreises senkrechter Absprung mit Armschwung bzw. ohne Armschwung (Arme werden über einen auf die Schulter gelegten Gymnastikstab fixiert).

L3: Liegestütze (LS) (Anzahl in 30 sec, 1 Versuch)

Übungsablauf: Der Sportler legt die Füße mit gestrecktem Fußrist auf eine Turnbank, die Hände stützen in Schulterhöhe und Schulterbreite, der Körper ist gestreckt und gespannt. Aus dieser Stellung werden die Arme gebeugt, bis das Kinn den Boden (Unterlage) berührt und anschließend bei völlig gestrecktem Körper wieder gestreckt.

Messung: Die Liegestütze sind in einem Zeitlimit von 30 Sekunden auszuführen. Es erfolgt ein Wertungsdurchgang. Bei Abweichung von der Grundtechnik erfolgt keine Zählung (Wertung laut Tabelle für Konditionstest).

Bewertung: Die Liegestütze sind in einem Zeitlimit von 30 Sekunden auszuführen. Es erfolgt ein Wertungsdurchgang. Bei Abweichung von der Grundtechnik erfolgt keine Zählung (Wertung laut Tabelle für Konditionstest).

L4.1: Beinheben (BH) (5 x auf Zeit)

Geräte: Sprossenwand mit angebautem Sprunghocker unterhalb des Fensters, Keil in Höhe des Kreuzbeins.

Übungsablauf: Aus dem Streckhang rücklings an der Sprossenwandmitte (Ristgriff an der Sprosse unterhalb des Fensters) erfolgt auf Zuruf „fertig - ab“ (mit oder ohne Auftakt) das schnellkräftige Heben der in den Knien und Fußgelenken gestreckten und geschlossenen Beine (Hechte) bis zum Berühren des Hockers, dessen Fläche nach vorn zeigt und zwischen 20 und 30 cm vor dem Griffpunkt liegt.

Bewertung: Es erfolgen zwei Wertungsdurchgänge. Der Bestwert zählt.

L4.2: Halbe Schwebehänge (½ SH) (Anzahl max.)

Geräte: Sprossenwand mit angebautem Sprunghocker unterhalb des Fensters, Keil in Höhe des Kreuzbeins.

Übungsablauf: Aus dem Hechthang (Rumpf / gestreckte Beine im 90°-Winkel) rücklings an der Sprossenwandmitte (Ristgriff an der Sprosse unterhalb des Fensters) erfolgt das Heben der immer in den Knien und Fußgelenken gestreckten und geschlossenen Beine (Hechte) bis zum Berühren des Hockers, dessen Fläche nach vorn zeigt und zwischen 20 und 30 cm vor dem Griffpunkt liegt.

Bewertung: 1 Versuch (Wertung laut Tabelle für Konditionstest)

Beweglichkeit (Wertung laut Tabelle für die Konditionstests)

L5: Fußdehnung (FD)

Geräte: Turnbank und Bandmaß oder Messstab

Übungsablauf: Strecksitz auf der Turnbank. Maximale Streckung der Fuß- und Kniegelenke, Einrollen der Zehen. Kein Ausweichen der Knie zulassen.

Messung, größte Entfernung zwischen Turnbank und höchster großen Zehe, Erfassung

Bewertung: in cm.

L6: Schulterdehnung (SD)

Geräte: Kasten, großer Winkelmesser oder Tafel mit Winkelskalierung

Übungsablauf: Sitz mit angezogenen Beinen vor dem Kasten, Rückführung der gestreckten Arme in Schulterbreite und ohne Handfassung; beachte: die Schultern müssen frei beweglich sein und die Wirbelsäule gestreckt (kein Hohlkreuz)

Bewertung: Winkelstellung in Grad in der Hochhalte

L7: Hüftdehnung (HD)

Geräte: Turnbank

- Übungsablauf:** Hechtsitz auf der Bank mit gestreckten Fuß- und Kniegelenken, gestreckter Rücken, Arme in Seithalte, Rumpf vorbeugen (max. Tiefe)
- Bewertung:** Der Abstand zwischen Oberkörper und Beinen wird optisch bewertet.
- 80 Punkte:** Strecksitz, freies Einnehmen der Hechte, Oberkörper liegt flach und ohne Zwischenraum bei völlig gestreckten Knien auf den Beinen
- 60 Punkte:** wie bei 80 Punkten, nur die Hände unterstützen die Hechte durch heranziehen an die Beine
- 40 Punkte:** wie bei 60 Punkten, zwischen den Beinen und dem Oberkörper ist ein Abstand von max. 3 cm erlaubt
- 30 Punkte:** wie bei 40 Punkten, Abstand von 4 bis 8 cm.
- 15 Punkte:** wie bei 30 Punkten, Abstand von 9 bis 12 cm
- 0 Punkte:** Abstand über 12 cm

Wertung Kondition: Punkte aus Tabelle

$$P + P + P + P + P + P + P + P + P + P = \text{Gesamtpunktzahl}$$

L1 L2.1 L2.2 L3 L4.1 L4.2 L5 L6 L7 L10

(Bei gleicher Punktzahl wird die gleiche Platzierung vergeben.)

L8: Bodenturnen (BT) (die Übung wird 2 x absolviert, die Addition der Mittelwerte beider Übungen zählt)

Übungsablauf:

- 10 Jahre:**
- Grundstellung
 - kurzer Anlauf - Ansprungrolle vorwärts gehockt- Strecksprung (2 Pkt.)
 - Rad eindrehen (2 Pkt.)
 - Rolle rückwärts gehechtet über den flüchtigen Handstand mit Abhechten in den Stand (3 Pkt.)
 - kurzer Anlauf mit Salto vorwärts gehockt in den Stand (3 Pkt.)
 - Grundstellung

- 11 Jahre:**
- Grundstellung auf Kastenteil (ca. 35 cm hoch)
 - Salto rückwärts gehockt in den Stand (3 Pkt.)
 - Fußsprung gestreckt mit ½ Schraube (0,5 Pkt.)
 - kurzer Anlauf mit Rondat – Strecksprung (2 Pkt.)
 - Rolle rückwärts gehechtet über den flüchtigen Handstand mit Abbücken in den Stand (2 Pkt.)
 - kurzer Anlauf mit Salto vorwärts gehockt in den Stand (2,5 Pkt.)
 - Grundstellung

Bewertung: 3 Wertungsrichter (mit Wertungstafeln) von 0 bis 10 Punkten, mit Abstufungen von 0,5 Punkten.

+

L9: Gymnastikprogramm (GYM)

2 Übungen aus der vorgegebenen Übungsauswahl werden ausgelost. Beide Übungen werden je 1 x absolviert; die Addition beider Mittelwerte (der 3 Wertungsrichternoten) der beiden Übungen zählt.

Bewertung: 3 Wertungsrichter (mit Wertungstafeln) von 0 bis 10 Punkten, mit Abstufungen von 0,5 Punkten.

Bei der Imitationsübung Anlauf ist die Anzahl der Schritte freigestellt.

Die Platzziffer wird durch die Addition der Punkte Bodenturnen + Gymnastik ermittelt!

L10: Handstandabnahme (HS) (2 Versuche; der beste Versuch zählt)

Bewertung:	Wiener heben und stehen (3sec.)	85 Punkte
	Schweizer heben und stehen (3sec.)	75 Punkte
	aus Hockstand in den Stand heben und stehen (3 sec.)	65 Punkte
	Handstand schwingen und stehen (3 sec.)	55 Punkte
	Wiener heben und kurz fixieren	50 Punkte
	Schweizer heben und kurz fixieren	45 Punkte

aus Hockstand in den Stand heben und kurz fixieren	40 Punkte
Handstand schwingen und kurz fixieren	30 Punkte
ohne kurze Fixierung	0 Punkte

L11: Trampolinwettkampf (2 Versuche)

Übungsanforderung: Im Trampolinwettkampf wird eine Pflichtübung absolviert. Diese Übung wird zweimal gesprungen. Der Bestwert beider Übungen zählt. Bei Gleichstand zählt der Wert der zweiten Übung. Die Anzahl der Sprünge vor Beginn der Übung ist nicht begrenzt. Ein zusätzlicher Strecksprung am Ende der Übung, der nicht mit in die Wertung eingeht, ist erlaubt, jedoch keine Pflicht.

Übungen für die:

10-jährigen (2006): 202c, 100b, 102c, 5101a, 100a, 102b

11-jährigen (2005): 203c RL, aus RL 202b FL, 100a, 102c, 5101a, 100b, 202c, 102b

Die **Bewertung** der Übung erfolgt durch **drei Wertungsrichter** mit 0 bis 10 Punkten und 0,5 Punkten Differenzierung. Grundlage der Bewertung bilden die Technikanforderungen des Wasserspringens sowie die speziellen Anforderungen des Trampolinspringens. Aus der Addition der drei Punktrichter-Noten ergibt sich die Gesamtpunktzahl für die Übung. Bei Wertungsdifferenzen in der Ausführungsnote ab 2,5 Punkte tritt das Kampfgericht zur Berichtigung der Note zusammen. Wird keine Einigung erzielt, entscheidet der Schiedsrichter.

Bewertung bei Abbruch der Übung

Übung mit 6 Sprüngen		Übung mit 8 Sprüngen	
Anzahl Sprünge	Höchstnote	Anzahl Sprünge	Höchstnote
1	2	1	1
2	3	2	2,5
3	4,5	3	4
4	6,5	4	5
5	8	5	6
6	10	6	7,5
		7	9
		8	10

Abzüge gibt es für: - Mängel in der Qualität der Sprünge (Sprunghöhe, Haltung/Spannung, Wandern auf dem Trampolin, Sprungtechnik)
- Sprünge ohne Armführung

Wird die Übungsreihenfolge verlassen, kann die Bewertung der Ausführung bis hier erfolgen. Das Gleiche gilt für Übungsabbruch, Berührung der Sicherheitsabdeckung, Zwischensprung und Verlassen des Trampolins sowie Übungsunterbrechung.

Wird der Wettkämpfer bei der Ausführung der Übung von Helfern unterstützt, erhält er 0 Punkte.

Deutscher Schwimm-Verband e.V.
Dr. Niklas Noth
Jugendreferent Fachsparte Wasserspringen

Wasserspringerclub Rostock e.V.
Andreas Kriehn
1. Vorsitzender