

## Durchführungsbestimmungen für die Wettkämpfe 01-08 (Beine)

Für die Kraulbein-, Brustbein- und Delfinbewegung gilt:

- Die Wettkämpfe werden mit einem kleinen Schwimmbrett geschwommen, wobei die vom Ausrichter gestellten Schwimmbretter zu verwenden sind, die für alle Sportler die gleiche Größe haben.
- Die Wettkämpfe werden aus dem Wasser beim Startsignal mit Abstoß von der Wand an der Wasseroberfläche (Kopf über Wasser) gestartet.
- Für den Start halten sich die Sportler/innen mit einer Hand am Beckenrand fest (Blick in Schwimmrichtung) und die andere Hand umfaßt das Schwimmbrett am vorderen Rand (Unterarm aufliegend).
- Das Schwimmbrett ist während der gesamten Wettkampfstrecke einschließlich Zielanschlag mit beiden Händen am vorderen Rand festzuhalten.
- Die Brustbeinbewegung und die Delfinbewegung muss entsprechend den WB durchgeführt werden.
- Die Kraulbeinbewegung hat als Wechselbeinschlag zu erfolgen.
- Der Wettkampf endet, wenn das mit beiden Händen am vorderen Rand gehaltene Schwimmbrett die Zielwand berührt.

Für die Rückenraulbeinbewegung gilt:

- Die Rückenraulbeinbewegung wird ohne Brett ausgeführt und beginnt mit dem Rückenstart (Startsignal). Nach dem Start können bis zu 15 m getaucht werden, wobei Delfinbewegungen gestattet sind. Für die verbleibende Wettkampfstrecke nach dem Auftauchen hat ein Wechselbeinschlag zu erfolgen!
- Während der gesamten Wettkampfstrecke sind beide Arme gestreckt über dem Kopf mit geschlossenen, übereinander gelegten Händen zu halten.
- Der Wettkampf endet, wenn mit beiden Händen die Zielwand berührt wird.