

# ReddingsBrigade Weert



**Oud- en Nieuwjaarswedstrijden**

**17 december 2011 en 14 januari 2012**

# ReddingsBrigade Weert

## Wedstrijdbepalingen

---

Pagina 1

---

Ieder jaar als de bladeren van de bomen vallen, beginnen we weer met de voorbereidingen van onze Oud- en Nieuwjaarswedstrijden. Ook dit jaar weer. We proberen ons dan iedere keer weer een voorstelling te maken hoe de wedstrijden dit jaar zullen verlopen. Natuurlijk hopen we op soepele, spannende en sportieve wedstrijden. We zullen daar in ieder geval ons best voor doen.

Ook dit jaar zijn we weer afhankelijk van een groot aantal vrijwilligers om de wedstrijden tot een succes te maken. Zeker in het "Jaar van de Vrijwilliger" wil ik deze van harte bedanken voor hun inzet, die ze ieder jaar weer leveren. Alle teams wens ik veel records, strijd en succes.

Namens ReddingsBrigade Weert wens ik allen een zeer voorspoedig en gelukkig 2012 !

Peter Boers  
Voorzitter ReddingsBrigade Weert

De namen van de deelnemende zwemmers dienen pas op de wedstrijddag bij de aanmelding te worden opgegeven. Een ploeg bestaat uit maximaal 6 zwemmers. Per wedstrijdonderdeel kan de ploegleider uit deze groep 4 zwemmers naar keuze inzetten.

Bij de aanmelding dienen de ploegleiders tevens de zakboekjes/ wedstrijdlicenties en gezondheidsverklaringen van de deelnemers (of vrijwaringsverklaring) te overhandigen in een envelop of mapje met op de buitenzijde duidelijk de naam van de brigade. Tijdens de wedstrijd zal steekproefsgewijs worden gecontroleerd.

Gemengde ploegen junioren en senioren worden indien mogelijk, buiten mededinging, ingedeeld in het jongens of heren klassement. Gemengde ploegen aspiranten, worden indien mogelijk bij de meisjes ingedeeld.

De gemengde ploegen aspiranten worden in de uitslag meegenomen en komen voor een prijs in aanmerking overeenkomstig het WR!

Protesten dienen schriftelijk binnen 10 minuten na het onderdeel, waar het protest betrekking op heeft, te worden ingeleverd bij de Voorzitter Kamprechter. Tegelijkertijd met het indienen hiervan, moet een bedrag van € 20,= per protest betaald worden. Alléén als het protest wordt toegekend, wordt deze € 20,= terugbetaald.

Uitsluitend ploegleiders kunnen een protest indienen. Protesten, die door anderen worden ingediend, worden niet in behandeling genomen.

De zwemslagen zoals omschreven in het W.R. worden in acht genomen. Het dragen van een zwembrillette is bij elk onderdeel toegestaan.

*De baanindelingen worden op de dag van de wedstrijd tijdens de ploegleidersbespreking aan de ploegleiders uitgereikt.*

**Iedere deelnemende ploeg moet zelf een (officieel KNBRD) plat reddingstuigje meebrengen.**

Wedstrijdschema:

13:30 uur      Wedstrijdleiding aanwezig in het clubgebouw van de RBW

14:00 uur      Aanmelding van de ploegleiders bij de wedstrijdleiding.

**Uiterlijk 14:10 uur** aangemeld !

Deelnemers kunnen pas **vanaf 14.00** uur in de kleedlokalen.

14:00 uur      Bespreking wedstrijdleiding in het clublokaal

14:20 uur      Ploegleidersbespreking in de materialenruimte

14:20 uur      Inzwemmen van de deelnemers

14:30 uur      Opening van de wedstrijd

14:40 uur      Aanvang van de wedstrijd

17:15 uur      Einde van de wedstrijd

17:30 uur      Prijsuitreiking in het zwembad

17:45 uur      Uitreiking van de mappen in het zwembad

**PRG 1/2: 4 x 25 meter Vervoersestafette met  
duikring**

**M/J/G aspiranten t/m 11 jaar**

Beschrijving van het onderdeel:

Vier deelnemers vervoeren elk 25 m een duikring.

Start in het water, een hand aan de ring, een hand aan de kant. De zwemmers tikken bij het keerpunt (na 25 meter) eerst aan geven daarna de ring over aan de volgende.

De vierde zwemmer tikt aan het einde met een hand of met de ring aan.

Gezwommen wordt in rugligging; ring wordt tot het wisselvlak met twee handen vastgehouden.

Overtredingen:

Strafpunten

D1.1 Valse start als omschreven bij "start" (WR)

20, 40, 60

D1.2 Te vroege wissel

100

D1.3 Ring langer dan 5 seconde onder water

100

**PRG 3/4: 4 x 25 meter Popvervoeren**

**M/J junioren t/m 14 jaar**

Beschrijving van het onderdeel:

Vier deelnemers vervoeren elk 25 m een reddingspop.

De eerste deelnemer bevindt zich in het water, houdt met één hand een pop vast (neus en mond van de pop volledig boven het wateroppervlak) en met de andere hand de zwembadrand. Na het startsignaal, sleept de deelnemer de pop 25 meter, tikt de muur en geeft ze door aan de tweede deelnemer. Deze sleept de pop eveneens 25 m en geeft de pop door aan de derde deelnemer. Deze derde deelnemer sleept de pop vervolgens 25 m en geeft ze door aan de vierde deelnemer die het onderdeel beëindigt door de pop tot aan de finish te slepen en de zwembadrand met gelijk welk lichaamsdeel te raken.

Tijdens de wissel met de slepende deelnemer, mag de overnemende deelnemer de muur niet loslaten. De overnemende deelnemer kan de pop pas overnemen nadat de slepende deelnemer de zwembadrand aangetikt heeft.

In een 25 m bad geschiedt de wissel steeds aan de zwembadrand. Eén hand moet steeds in contact blijven met de pop.

*Noot:* Bij wedstrijden voor junioren (t/m 14 jaar) zijn de duikpoppen niet geheel gevuld. De pop is zo met water gevuld dat nek en hoofd boven water uitsteken en de schouders in het water liggen.

| <u>Overtredingen:</u>   | <u>Strafpunten</u> |
|---|--------------------|
| T2.1 Valse start zoals beschreven bij "Start" (WR).   | 20, 40, 60         |
| T2.2 Verkeerde wissel te vroeg de pop overgenomen (bv. overname van de pop voordat de muur geraakt werd door de deelnemer die de pop sleept of de muur te vroeg loslaten door de deelnemer die de pop overneemt). | 250                |
| T2.3 Het onreglementair vervoeren van de pop zoals voorgeschreven (neus en mond onder foutieve greep).  | 250                |
| T2.4 Geen contact, met enig lichaamsdeel met de muur bij het keerpunt.  | 250                |
| T2.5 Als een deelnemer de pop loslaat voor het doorgeven.   | 250                |
| T2.6 Als de vierde deelnemer de pop loslaat voor het aantikken van de muur bij de finish.   | 250                |
| T2.7 In het water springen van een ploeglid voordat alle deelnemers zijn aangekomen.  | 250                |
| T2.8 Eén deelnemer herhaalt een ander deel van het onderdeel.   | 250                |

### **PRG 5/6: 4 x 25 meter Wisselstafette**

**M/J /G aspiranten t/m 11 jaar**

#### Algemene beschrijving van het onderdeel:

Start: eerste zwemmer in het water, de overigen met startsprong.

1e zwemmer: enkelvoudige rugslag met stokje

2e zwemmer: vrije slag

3e zwemmer: schoolslag (met ogen boven water)

4e zwemmer: vrije slag met zwemvliezen

#### Gedetailleerde beschrijving van het onderdeel:

De eerste zwemmer start vanuit het water, een hand aan de kant en in de andere hand het stokje. Na het startsignaal zwemt de zwemmer 25 m enkelvoudige rugslag met een stokje van 20 cm lengte dat een drenkeling simuleert. Dit stokje moet tussen beide handpalmen boven water worden vastgehouden. Als de deelnemer de zwembadrand heeft aangeraakt (met enig lichaamsdeel of het stokje) vertrekt de tweede zwemmer. De tweede deelnemer zwemt 25 m vrije slag (zonder zwemvliezen). Nadat de deelnemer de zwembadrand heeft aangetikt start de derde

deelnemer. De derde zwemmer zwemt vervolgens 25 meter schoolslag met de ogen boven water. Pas nadat de derde deelnemer de zwembadrand heeft aangetikt, vertrekt nummer vier en die zwemt 25 m vrije slag met zwemvliezen. Deze deelnemer moet aan de finish zichtbaar boven water de wand aantikken.

| <u>Overtredingen:</u>                            | <u>Strafpunten</u> |
|--|--------------------|
| D2.1 Valse start als omschreven bij "start" (WR) | 20, 40, 60         |
| D2.2 Fout bij de wissel                          | 100                |
| D2.3 Verkeerd aantikken                          | 100                |
| D2.4 Stokje los bij enkelvoudige rugslag         | 100                |
| D2.5 Doorhaal bij enkelvoudige rugslag           | 100                |
| D2.6 Ogen niet boven water bij schoolslag        | 100                |

**PRG 7/8: 50 m Popduiken voor ploegen van 4 pers.**

**M/J junioren t/m 14 jaar**

Algemene beschrijving van het onderdeel:

Een deelnemer van de ploeg duikt een pop op die op 25 m van de start ligt. De teamgenoten vormen (op 20 m van de start) een ploeg door in familiekopgreep terug te zwemen naar de startzijde.

Gedetailleerde beschrijving van het onderdeel:

De eerste zwemmer start met hurksprong en zwemt met de ogen boven water naar de 25 meterlijn. Daar ligt een duikpop op de bodem (diepte 1,80 m tot 3 m). Nummer 1 duikt deze pop op (duiken toegestaan vanaf 20 meterlijn) en zwemt met de pop terug naar de 20 meterlijn. Drie helpers starten meteen na nummer 1 (startsprong, vrije slag). Zij zwemmen naar de 20 meterlijn en wachten daar op nummer 1. Redder en helpers vormen een geheel als nummer 1 bij de helpers op 20 m arriveert door elkaar in kopgreep vast te houden. Bij de finish tikt de voorste zwemmer aan. De pop dient vervoerd te worden in een reglementaire kopgreep en volgens de regels die gelden voor het vervoeren (laatste versie van WR).

| <u>Overtredingen:</u>                               | <u>Strafpunten</u> |
|---|--------------------|
| T6.1 Valse start zoals beschreven bij "Start" (WR). | 20, 40, 60         |
| T6.2 Geen hurksprong door de eerste zwemmer.        | 250                |
| T6.3 Helpers in het 5-meter-vak.                    | 250                |
| T6.4 Geen kopgreep.                                 | 250                |
| T6.5 Vroegtijdig verbreken van de formatie.         | 250                |
| T6.6 Gezicht van de pop onder water.                | 250                |

**PRG 9/10: 50 m Ringduiken voor ploegen van 4 personen**

**M/J/G aspiranten t/m 11 jaar**

Algemene beschrijving van het onderdeel:

Eén deelnemer van de ploeg duikt een duikring op die op 25 m van de start ligt. De teamgenoten vormen (op 20 m van de start) een ploeg door in familiekopgreep terug te zwemmen naar de startzijde.

Gedetailleerde beschrijving van het onderdeel:

De eerste zwemmer start met hurksprong en zwemt met de ogen boven water naar de 25 m lijn. Daar ligt een duikring op de bodem. Nummer 1 duikt deze duikring op (duiken toegestaan vanaf de 20 m lijn) en zwemt met de ring terug naar de 20 m lijn. Drie helpers starten meteen na nummer 1 (startsprong, vrije slag). Zij zwemmen naar de 20 m lijn en wachten daar op nummer 1. Redder en helpers vormen een geheel als nummer 1 bij de helpers op 20 m arriveert, door elkaar in kopgreep vast te houden. Bij de finish tikt de voorste zwemmer aan.

Overtredingen:

|   | <u>Strafpunten</u> |
|---|--------------------|
| D3.1 Vals start zoals omschreven bij "start" (WR) | 20, 40, 60         |
| D3.2 Geen hurksprong door eerste zwemmer          | 100                |
| D3.3 Helpers in het 5 - m vak                     | 100                |
| D3.4 Geen kopgreep                                | 100                |
| D3.5 Vroegtijdig verbreken van de formatie        | 100                |
| D3.6 Duikring langer dan 5 seconde onder water    | 100                |

**PRG 11/12: 4 x 50 meter Wisselstafestafette**

**M/J junioren t/m 14 jaar**

Algemene beschrijving van het onderdeel:

- 1e zwemmer: enkelvoudige rugslag met stokje
- 2e zwemmer: vrije slag
- 3e zwemmer: schoolslag (met ogen boven water)
- 4e zwemmer: vrije slag met zwemvliezen

Gedetailleerde beschrijving van het onderdeel:

De eerste zwemmer start vanuit het water, een hand aan de kant en in de andere hand het stokje. Na het startsignaal zwemt de zwemmer 50 m enkelvoudige rugslag met een stokje van 20 cm lengte dat een drenkeling simuleert. Dit stokje moet tussen beide handpalmen boven water worden vastgehouden. Als de deelnemer de



zwembadrand heeft aangeraakt (met enig lichaamsdeel of het stokje) vertrekt de tweede zwemmer. De tweede deelnemer zwemt 50 m vrije slag (zonder zwemvliezen). Nadat de deelnemer de zwembadrand heeft aangetikt start de derde deelnemer. De derde zwemmer zwemt vervolgens 50 meter schoolslag met de ogen boven water. Pas nadat de derde deelnemer de zwembadrand heeft aangetikt, vertrekt nummer vier en die zwemt 50 m vrije slag met zwemvliezen. Deze deelnemer moet aan de finish zichtbaar boven water de wand aantikken.

| <u>Overtredingen:</u>  | <u>Strafpunten</u> |
|--|--------------------|
| T8.1 Valse start zoals beschreven bij "Start" (WR).                                      | 20, 40, 60         |
| T8.2 Stokje los bij enkelvoudige rugslag.  | 250                |
| T8.3 Doorhaal bij de start.  | 250                |
| T8.4 Schoolslag, ogen onder water.   | 250                |
| T8.5 Fout bij de wissel.   | 250                |
| T8.6 Niet met 2 handen zichtbaar aantikken bij aankomst / of keerpunt bij de schoolslag. | 100                |
| T8.7 Eén deelnemer herhaalt een ander deel van het onderdeel.                            | 250                |
| T8.8 Stokje niet met twee handen boven water.  | 250                |

|   |                                      |
|---|--------------------------------------|
| <b>PRG 13/14: 4 x 30 m Lijnredding met tuigje voor 4 personen</b> | <b>M/J /G aspiranten t/m 11 jaar</b> |
|---|--------------------------------------|

Beschrijving van het onderdeel:

Start met startsprong, vrije slag. Ieder zwemmer mag slechts éénmaal zwemmen en éénmaal trekken. Tijdens het zwemmen moet het tuigje om beide schouders zitten. Is dat niet het geval dan moet men dit eerst herstellen en mag men daarna pas doorgaan. Bij de wissel hoeft niet te worden aangetikt. De wissel geschiedt doordat de volgende zwemmer het tuigje overneemt van de voorgaande zwemmer. Ook hier moet eerst het tuigje goed om de schouders zitten voordat de deelnemer mag gaan zwemmen. De redders nemen vanaf de 15m-lijn een zwemstokje mee terug dat door een ploeggenoot wordt aangegeven. Dit stokje dient met twee handen te worden vastgehouden ingeklemd tussen de handpalmen, boven het wateroppervlak. De redders mogen het stokje ten vroegste 1 meter vóór de kant loslaten. Zwemslagen volgens het WR en ILSE reglement.

| <u>Overtredingen:</u>  | <u>Strafpunten</u> |
|--|--------------------|
| D5.1 Valse als omschreven bij "start" (WR).                    | 20, 40, 60         |
| D5.2 Doorzwemmen met het tuigje niet goed aan.                 | 100                |
| D5.3 Met meer personen de lijn inhalen.                        | 100                |
| D5.4 Stokje te vroeg loslaten.                                 | 100                |
| D5.5 Stokje niet met 2 handen vast.                            | 100                |
| D5.6 Stokje langer dan 5 seconden onder water.                 | 100                |
| D5.7 Met meer personen de lijn inhalen.                        | 100                |
| D5.8 Zwemmer tijdens het terugtrekken niet in rugligging.      | 100                |
| D5.9 Zwemmer pakt tijdens het terugtrekken de lijn vast.       | 100                |
| D5.10 Eén deelnemer herhaalt een ander deel van het onderdeel. | 100                |

**PRG 15/16: 4 x 50 meter Lijnredding**

**M/J junioren t/m 14 jaar**

Algemene beschrijving van het onderdeel:

Iedere deelnemer zwem eenmaal met het reddingstuigje om en haalt een stokje op dat als pseudo drenkeling dient en ieder haalt eenmaal een teamgenoot in met de reddingslijn.

Gedetailleerde beschrijving van het onderdeel:

Start met startsprong, vrije slag. Iedere zwemmer mag slechts eenmaal zwemmen en eenmaal trekken. Tijdens het zwemmen moet het tuigje om beide schouders zitten. Is dat niet het geval dan moet men dit eerst herstellen en mag men daarna pas doorgaan. Bij de wissel hoeft niet te worden aangetikt.

De wissel geschiedt doordat een volgende zwemmer het tuigje overneemt van de voorgaande zwemmer. Ook hier moet eerst het tuigje goed om de schouders zitten voordat de deelnemer mag gaan zwemmen. De redders nemen een stokje mee terug dat dient als pseudo-drenkeling. Dit stokje dient met 2 handen te worden vastgehouden ingeklemd tussen de handpalmen, boven het wateroppervlak. Tijdens het terugtrekken moet de zwemmer in rugligging zijn en mag deze de lijn niet aanraken of vasthouden. De zwemmer mag wel mee zwemmen met z'n benen. De redders mogen het stokje ten vroegste 1 meter voor de kant loslaten.

| <u>Overtredingen:</u>                                    | <u>Strafpunten</u> |
|--|--------------------|
| T5.1 Valse start zoals beschreven bij "Start" (WR).      | 20, 40, 60         |
| T5.2 Doorzwemmen met het tuigje niet goed aan.           | 250                |
| T5.3 Stokje niet met 2 handen vast tussen de handpalmen. | 250                |
| T5.4 Stokje langer dan 5 sec. onder water.               | 250                |

|       |  |     |
|-------|--|-----|
| T5.5  | Fout bij de wissel.                                      | 250 |
| T5.6  | Stokje te vroeg losgelaten.                              | 250 |
| T5.7  | Met meer personen de lijn inhalen.                       | 250 |
| T5.8  | Zwemmer tijdens het terugtrekken niet in rugligging.     | 250 |
| T5.9  | Zwemmer pakt tijdens het terugtrekken de lijn vast.      | 250 |
| T5.10 | Eén deelnemer herhaalt een ander deel van het onderdeel. | 250 |

Wedstrijdschema:

16:45 uur Wedstrijdleiding aanwezig in het clubgebouw van de RBW

17:00 uur Aanmelding van de ploegleiders bij de wedstrijdleiding.

**Uiterlijk 17:10 uur** aangemeld !

Deelnemers kunnen pas **vanaf 17.00** uur in de kleedlokalen.

17:00 uur Bespreking wedstrijdleiding in het clublokaal

17:20 uur Ploegleidersbespreking in de materialenruimte

17:20 uur Inzwemmen van de deelnemers

17:30 uur Opening van de wedstrijd

17:40 uur Aanvang van de wedstrijd

20:45 uur Einde van de wedstrijd bij 7 series

21:00 uur Prijsuitreiking in het zwembad

**PRG 1/2: 4 x 50 meter Hindernisestafette**

Beschrijving van het onderdeel:

Na een geluidssignaal duikt de eerste deelnemer in het water en zwemt 50 m vrije slag, waarbij de deelnemer onder twee hindernissen zwemt. Nadat de eerste deelnemer de muur aantikt herhalen in volgorde de tweede, de derde en vierde deelnemer deze procedure. Elke deelnemer moet boven het wateroppervlak komen na de duik (dus voor de eerste hindernis), na elke hindernis (en in een 25 m bad na het keerpunt). Afduwen op de bodem om na de hindernis naar boven te komen, is steeds toegestaan.

*Noot:* boven het wateroppervlak komen wil zeggen het wateroppervlak doorbreken zodat het aangezicht van de deelnemer duidelijk te zien is.

Overtredingen:

|   | <u>Strafpunten</u> |
|---|--------------------|
| T1.1 Valse start zoals beschreven bij "Start" (WR).   | 20, 40, 60         |
| T1.2 Indien de deelnemer over de hindernis zwemt en niet onmiddellijk terugkeert onder of over de hindernis, gevolgd door onder de hindernis te duiken. | 250                |
| T1.3 Niet boven komen voor de eerste hindernis na de startduik, na de hindernis (en na het keerpunt).   | 250                |
| T1.4 Niet boven komen tussen twee hindernissen.   | 250                |
| T1.5 Een deelnemer herhaalt een deel van deze estafette.  | 250                |
| T1.6 Vertrekken voordat de vorige deelnemer de wand heeft aangetikt.  | 250                |
| T1.7 Geen contact met de wand, met enig lichaamsdeel, bij het nemen van het keerpunt (25 m bad).  | 250                |
| T1.8 Nalaten de wand duidelijk te tikken bij het aankomen.  | 250                |
| T1.9 In het water springen van een ploeglid voordat alle deelnemers zijn aangekomen.  | 250                |

**PRG 3/4: 50 meter Popduiken voor ploegen**

Algemene beschrijving van het onderdeel:

Een deelnemer van de ploeg duikt een pop op die op 25 m van de start ligt. De teamgenoten vormen (op 20 m van de start) een ploeg door in familiekopgreep terug te zwemen naar de startzijde.

Gedetailleerde beschrijving van het onderdeel:

De eerste zwemmer start met hurksprong en zwemt met de ogen boven water naar de 25 meterlijn. Daar ligt een duikpop op de bodem (diepte 1,80 m tot 3 m). Nummer 1 duikt deze pop op (duiken toegestaan vanaf 20 meterlijn) en zwemt met de pop terug naar de 20 meterlijn. Drie helpers starten meteen na nummer 1 (startsprong, vrije slag). Zij zwemmen naar de 20 meterlijn en wachten daar op nummer 1. Redder en helpers vormen een geheel als nummer 1 bij de helpers op 20 m arriveert, door elkaar in kopgreep vast te houden. Bij de finish tikt de voorste zwemmer aan. De pop dient vervoerd te worden in een reglementaire kopgreep en volgens de regels die gelden voor het vervoeren (laatste versie van WR).

Overtredingen:

|      |  | <u>Strafpunten</u> |
|------|--|--------------------|
| T6.1 | Valse start zoals beschreven bij "Start" (WR). | 20, 40, 60         |
| T6.2 | Geen hurksprong door de eerste zwemmer.        | 250                |
| T6.3 | Helpers in het 5-meter-vak.                    | 250                |
| T6.4 | Geen kopgreep.                                 | 250                |
| T6.5 | Vroegtijdig verbreken van de formatie.         | 250                |
| T6.6 | Gezicht van de pop onder water.                | 250                |

**PRG 5/6: 4 x 25 meter Popvervoeren**

---

Beschrijving van het onderdeel:

Vier deelnemers vervoeren elk 25 m een reddingspop.

De eerste deelnemer bevindt zich in het water, houdt met één hand een pop vast (neus en mond van de pop volledig boven het wateroppervlak) en met de andere hand de zwembadrand. Na het startsignaal, sleept de deelnemer de pop 25 m (in een 50 m bad tot het midden van het bad) en geeft ze door aan de tweede deelnemer. Deze sleept de pop eveneens 25 m (in een 50 m bad tot aan het keerpunt) tikt de muur en geeft de pop door aan de derde deelnemer. Deze derde deelnemer sleept de pop vervolgens 25 m en geeft ze door aan de vierde deelnemer die het onderdeel beëindigt door de pop tot aan de finish te slepen en de zwembadrand met gelijk welk lichaamsdeel te raken.

Tijdens de wissel met de slepende deelnemer, mag de overnemende deelnemer de muur niet loslaten. De overnemende deelnemer kan de pop pas overnemen nadat de slepende deelnemer de zwembadrand aangetikt heeft.

In een 25 m bad geschiedt de wissel steeds aan de zwembadrand. Eén hand moet steeds in contact blijven met de pop.

| <u>Overtredingen:</u>   | <u>Strafpunten</u> |
|---|--------------------|
| T2.1 Valse start zoals beschreven bij "Start" (WR).   | 20, 40, 60         |
| T2.2 Verkeerde wissel te vroeg de pop overgenomen (bv. overname van de pop voordat de muur geraakt werd door de deelnemer die de pop sleept of de muur te vroeg loslaten door de deelnemer die de pop overneemt). | 250                |
| T2.3 Het onreglementair vervoeren van de pop zoals voorgeschreven (neus en mond onder foutieve greep).  | 250                |
| T2.4 Geen contact, met enig lichaamsdeel met de muur bij het keerpunt.  | 250                |
| T2.5 Als een deelnemer de pop loslaat voor het doorgeven.   | 250                |
| T2.6 Als de vierde deelnemer de pop loslaat voor het aantikken van de muur bij de finish.   | 250                |
| T2.7 In het water springen van een ploeglid voordat alle deelnemers zijn aangekomen.  | 250                |
| T2.8 Eén deelnemer herhaalt een ander deel van het onderdeel.   | 250                |

### **PRG 7/8: 4 x 50 meter Torpedoboei - estafette**

---

#### Algemene beschrijving van het onderdeel:

1e zwemmer: 50 m vrije slag

2e zwemmer: 50 m vrije slag met zwemvliezen

3e zwemmer: 50 m vrije slag met slepen van de torpedoboei

4e zwemmer: 50 m vrije slag met zwemvliezen, met slepen van torpedoboei en een slachtoffer

#### Gedetailleerde beschrijving van het onderdeel:

De eerste deelnemer zwemt 50 m vrije slag (zonder zwemvliezen). Nadat de eerste deelnemer de zwembadrand heeft aangetikt duikt de tweede deelnemer in het water en zwemt 50 m vrije slag met zwemvliezen. Als de tweede deelnemer de zwembadrand heeft aangeraakt, vertrekt de derde deelnemer en zwemt 50 m vrije slag met torpedoboei (zonder zwemvliezen). De riem van de torpedoboei moet altijd gedragen worden over één schouder ofwel dwars erover. Indien de riem tijdens het zwemmen van de schouder valt, op de arm of elleboog van de deelnemer, de deelnemer op die manier verder zwemt (dus riem niet in de hand) dan wordt de deelnemer niet uitgesloten.

Tijdens de gehele zwemlengte moet de lijn volledig strak achter de deelnemer gesleept worden tot bij het aantikken van de wand bij de overgave van de torpedoboei. (Dit betekent dat de lijn niet om enig lichaamsdeel van de deelnemer bevestigd mag worden of met de hand vastgehouden mag worden.)

Pas nadat de deelnemer de zwembadrand heeft aangetikt, geeft de deelnemer de torpedoboei door aan de vierde deelnemer (met zwemvliezen) die zich in het water bevindt en met minstens één hand de rand vasthoudt.

De derde deelnemer speelt de rol van slachtoffer en houdt de torpedoboei met beide handen vast terwijl hij/zij wordt voortgetrokken door de vierde deelnemer tot aan het einde van het onderdeel. De derde deelnemer moet de tube vast hebben voordat hij de 5 m-lijn passeert. De vierde deelnemer zwemt vrije slag tot aan de finish. Heel deze afstand (50 m) moet ook de lijn strak achter de vierde deelnemer gesleept worden.

Het slachtoffer mag tijdens het vervoeren enkel helpen met beenslagen, geen andere hulp is toegestaan. Alleen bij het afschuiven kunnen de handen aan de reddingstube verplaatst worden zonder echter in het water armbewegingen mee te maken.

*Noot 1:* Indien tijdens de wedstrijd, volgens het oordeel van de hoofdscheidsrechter de torpedoboei, de lijn, tube en/of riem een technisch defect vertoont, kan de hoofdscheidsrechter toestemming geven aan het onderdeel om opnieuw te starten.

*Noot 2:* Het slachtoffer moet de torpedoboei vastpakken bij de tube en niet bij de lijn of de achterste ring.

*Noot 3:* In een 25 m bad mag bij het keerpunt het slachtoffer (dat aan de torpedoboei hangt), zodra de zwemmer de muur heeft aangetikt, gaan staan op de bodem, zich omkeren en stappen op de bodem, maar hij moet steeds met twee handen de reddingstube blijven vasthouden, mag niet met zijn hoofd voorbij het hoofd van de zwemmer zijn aan de 5-m lijn en belangrijk de lijn moet gestrekt zijn bij het slepen.

#### Overtredingen:

|  | <u>Strafpunten</u> |
|--|--------------------|
| T3.1 Valse start zoals beschreven bij "Start" (WR).  | 20, 40, 60         |
| T3.2 De tweede of derde of vierde deelnemer vertrekt voordat hun voorgaande deelnemer de wand heeft aangetikt. | 250                |
| T3.3 Riem niet om één of dwars over de schouders bij het vertrekken in het water.                              | 250                |
| T3.4 Riem in de hand tijdens het zwemmen.  | 250                |



# ReddingsBrigade Weert

## Wedstrijdprogramma Nieuwjaarswedstrijd

---

### Pagina 16

---

|       |  |     |
|-------|--|-----|
| T3.5  | Zwemmen met de lijn van de torpedoboei die niet volledig strak is.   | 250 |
| T3.6  | De vierde deelnemer houdt de wand niet vast met minstens één hand als de derde deelnemer de wand tikt.                   | 250 |
| T3.7  | De vierde deelnemer neemt de riem van de torpedoboei over voor de derde deelnemer de muur heeft aangetikt.               | 250 |
| T3.8  | Het slachtoffer houdt de torpedoboei vast bij de lijn of de achterste ring.  | 250 |
| T3.9  | Het slachtoffer helpt met de armen tijdens het vervoeren.  | 250 |
| T3.10 | Het slachtoffer houdt de tube niet vast met beide handen tijdens het slepen.   | 250 |
| T3.11 | Het slachtoffer houdt de tube niet vast met beide handen tijdens het keerpunt (in een 25 m bad).                         | 250 |
| T3.12 | Het hoofd van het slachtoffer is voorbij het hoofd van de zwemmer aan de 5-m lijn tijdens het keerpunt (in een 25m bad). | 250 |
| T3.13 | Het slachtoffer lost de torpedoboei na het passeren van de 5 m-lijn.   | 250 |
| T3.14 | Eén deelnemer herhaalt een ander deel van het onderdeel.   | 250 |
| T3.15 | In het water springen van een ploeglid voordat alle deelnemers zijn aangekomen.  | 250 |

**PRG 9/10: 4 x 50 meter Reddingsestafette**

---

Algemene beschrijving van het onderdeel:

1e zwemmer: 50 m vrije slag

2e zwemmer: 50 m enkelvoudige rugslag met stokje

3e zwemmer: 50 m vervoeren van zwemmer 2 (officiële vervoersgreep WR of ILSE)

4e zwemmer: 50 m vrije slag met zwemvliezen

Gedetailleerde beschrijving van het onderdeel:

De eerste deelnemer zwemt 50 m vrije slag (zonder zwemvliezen). Nadat de eerste deelnemer de zwembadrand heeft aangetikt start de tweede deelnemer vanuit het water (minimaal 1 hand aan de badrand of beugel van het startblok) en zwemt 50 m enkelvoudige rugslag met een stokje van 20 cm lengte dat een drenkeling simuleert. Dit stokje moet tussen beide handpalmen boven water worden vastgehouden. Als de tweede deelnemer de zwembadrand heeft aangeraakt (met enig lichaamsdeel of het stokje) (nummer 2 mag dan het stokje loslaten) vertrekt de derde deelnemer en deze vervoert nummer 2 over 50 m in een reglementaire vervoersgreep. De drenkeling mag geen arm- en/of beenbewegingen maken en dient daarom de armen bij de handen vast te houden. Pas nadat de derde deelnemer de zwembadrand heeft aangetikt, vertrekt nummer vier en die zwemt 50 m vrije slag met zwemvliezen. Deze deelnemer moet aan de finish zichtbaar boven water de wand aantikken.

Overtredingen:

|   | <u>Strafpunten</u> |
|---|--------------------|
| T4.1 Valse start zoals beschreven bij "Start" (WR)            | 20, 40, 60         |
| T4.2 Doorhaal bij enkelvoudige rugslag                        | 250                |
| T4.3 Stokje niet met twee handen boven water                  | 250                |
| T4.4 Fout bij de wissel                                       | 250                |
| T4.5 Eén deelnemer herhaalt een ander deel van het onderdeel. | 250                |

**PRG 11/12: 4 x 50 meter Lijnredding**

---

Algemene beschrijving van het onderdeel:

Iedere deelnemer zwem eenmaal met het reddingstuigje om en haalt een stokje op dat als pseudo drenkeling dient en ieder haalt eenmaal een teamgenoot in met de reddingslijn.

Gedetailleerde beschrijving van het onderdeel:

Start met startsprong, vrije slag. Iedere zwemmer mag slechts eenmaal zwemmen en eenmaal trekken. Tijdens het zwemmen moet het tuigje om beide schouders zitten. Is dat niet het geval dan moet men dit eerst herstellen en mag men daarna pas door- gaan. Bij de wissel hoeft niet te worden aangetikt.

De wissel geschiedt doordat een volgende zwemmer het tuigje overneemt van de voorgaande zwemmer. Ook hier moet eerst het tuigje goed om de schouders zitten voordat de deelnemer mag gaan zwemmen. De redders nemen een stokje mee terug dat dient als pseudo-drenkeling. Dit stokje dient met 2 handen te worden vastgehouden ingeklemd tussen de handpalmen, boven het wateroppervlak. Tijdens het terugtrekken moet de zwemmer in rugligging zijn en mag deze de lijn niet aanraken of vasthouden. De zwemmer mag wel meezwemmen met z'n benen. De redders mogen het stokje ten vroegste 1 meter voor de kant loslaten.

Iedere deelnemende ploeg moet zelf een plat reddingstuigje meebrengen.

Overtredingen:

Strafpunten

|       |  |            |
|-------|--|------------|
| T5.1  | Valse start zoals beschreven bij "Start" (WR).           | 20, 40, 60 |
| T5.2  | Doorzwemmen met het tuigje niet goed aan.                | 250        |
| T5.3  | Stokje niet met 2 handen vast tussen de handpalmen.      | 250        |
| T5.4  | Stokje langer dan 5 sec. onder water.                    | 250        |
| T5.5  | Fout bij de wissel.                                      | 250        |
| T5.6  | Stokje te vroeg losgelaten.                              | 250        |
| T5.7  | Met meer personen de lijn inhalen.                       | 250        |
| T5.8  | Zwemmer tijdens het terugtrekken niet in rugligging.     | 250        |
| T5.9  | Zwemmer pakt tijdens het terugtrekken de lijn vast.      | 250        |
| T5.10 | Eén deelnemer herhaalt een ander deel van het onderdeel. | 250        |

Auto:

*Vanuit het zuiden:*

Via de afslag A2 Nederweert-Helmond (afslag 39). Aan het einde van de afrit links aanhouden richting Weert (randweg). Steeds rechtdoor gaan (ook de rotondes 3x). Onder het spoorwegviaduct door en bij de verkeerslichten rechtsaf (Kazernelaan). Na circa 700 meter ligt links zwembad 'De IJzeren Man'.

*Vanuit het noorden:*

Via de afslag A2 Weert Noord / Stramproy (Afslag 38). Bij de rotonde rechtsaf (randweg). Deze steeds rechtdoor volgen (ook de rotondes 2x). Onder het spoorwegviaduct door en bij de verkeerslichten rechtsaf (Kazernelaan). Na circa 700 meter ligt links zwembad 'De IJzeren Man'.

*Vanuit de richting Roermond:*

Volg de Roermondseweg en ga bij de 1<sup>e</sup> verkeerslichten na binnenkomst in Weert (bij de randweg) linksaf. Volg de randweg rechtdoor (ook de rotondes 2x) tot aan de tweede verkeerslichten (de Kazernelaan) en ga linksaf. Na circa 700 meter ligt links zwembad 'De IJzeren Man'.

Openbaar vervoer:

Met de trein station Weert. Daarna met de busdienst richting Budel. Stap uit bij halte 'De IJzeren Man'.

*Clubgebouw:* Kazernelaan 115  
6006 SP Weert  
(0495) 54 26 54

*Secretaris RBW:* Wim Smeets  
Bokkenstraat 1  
6039 GR Stramproy  
(0495) 56 29 99  
E-mail: [whmsmeets@concepts.nl](mailto:whmsmeets@concepts.nl)

*Wedstrijdorganisatie:* John van der Veer  
Bosbeemd 13  
6005 LK Weert  
(0495) 53 81 02  
E-mail: [johnvanderveer@home.nl](mailto:johnvanderveer@home.nl)

