4×50m Hindernissstaffel

Becken

Im Programm von ILS

Vier Schwimmer absolvieren je 50 m. Pro Bahn sind zwei Unterwasserhindernisse zu unterqueren — vor und nach jedem Hindernis ist ein Auftauchen Pflicht.

Ablauf

1. Die 4 Schwimmer legen nacheinander je 50 m zurück und untertauchen dabei zweimal das Hindernis
2. Der nächste Schwimmer startet erst nach dem Anschlag des vorherigen

Wichtige Punkte

✓ Jeder Schwimmer muss vor und nach jedem Hindernis mindestens einmal mit dem Kopf auftauchen.

✓ Wer ein Hindernis überschwommen hat, darf zurückschwimmen und es ohne Strafe untertauchen.

✓ Im 25-m-Becken erfolgen alle Starts und Wechsel auf derselben Seite; jeder Schwimmer kommt nach 50 m zurück.

✓ Jeder Schwimmer berührt die Wand bei 25 m und bei 50 m.

✓ Jeder Schwimmer absolviert nur eine Teilstrecke; danach befolgt er die Anweisungen zum Verlassen des Beckens und steigt nicht mehr ins Wasser.

Disqualifikationen

CODE	BEDEUTUNG	REGLEMENT
DQ1	Die Disziplin nicht gemäss Beschreibung oder allgemeinen Regeln absolvieren	ILS
DQ2	Unsportliches Verhalten / unfairer Wettkampf	ILS
DQ3	Verspätetes Erscheinen im Vorstartbereich (Marshalling Area)	ILS
DQ4	Nichterscheinen am Start der Disziplin	ILS
DQ5	Mutwillige Beschädigung der Anlage, der Unterkunft oder fremden Eigentums	ILS
DQ6	Fehlverhalten gegenüber Offiziellen	ILS
DQ7	Verwendung einer klebenden Substanz zur Verbesserung von Griff oder Halt (Hände, Füsse, Puppe, Rettungsgürtel)	ILS

CODE	BEDEUTUNG	REGLEMENT
DQ9	Verlassen des Wassers nach der Disziplin vor der Freigabe durch den Offiziellen (Schlusspfiff)	ILS
DQ10	Fehlstart: Startbewegung vor dem Startsignal	ILS
DQ11	Ein Hindernis überschwimmen, ohne den Fehler sofort zu korrigieren	ILS
DQ12	Nicht vor jedem Hindernis auftauchen	ILS
DQ14	Wand/Beckenrand im Ziel nicht berühren	ILS
DQ17	Hilfe durch Leine, Treppe, Beckenrand oder ein anderes Element des Beckens (z. B. beim Auftauchen)	ILS
DQ36	Ein Wettkämpfer absolviert mehr als eine Teilstrecke	ILS
DQ37	Startblock verlassen / Wandkontakt lösen, bevor der vorherige Wettkämpfer angeschlagen hat	ILS
DQ44	Ein Wettkämpfer steigt nach seiner Teilstrecke erneut ins Wasser	ILS

Bezeichnungen und Detailregeln können je nach Reglement variieren: Massgebend ist immer das offizielle Wettkampfreglement.