



100x100=10km



Viel Strecke, mit wenigen Leuten... das ist super! Für alle, die mal so richtig lange „trainieren“ wollen, haben wir hier die perfekte Lösung: zusammen mit Gleichgesinnten die 100 x 100m durchstehen beim

### 3. Lindauer Swimathon powered by Therme Lindau

Die Veranstaltung steigt am **6. April 2024**.

Es sind **40 Startplätze** vorhanden, so dass maximal 8 Schwimmer auf einer Bahn starten. Startberechtigt sind alle Schwimmsportbegeisterten (Freizeitschwimmer, Triathleten, Schüler, Vereinsschwimmer, ...)

**Veranstaltungsort:** Therme Lindau, Eichwaldstr. 16-20, 88131 Lindau (Bodensee)

**Veranstalter:**

TSV 1850 Lindau, Abteilung Schwimmen

Meldeadresse:

Sandra Bandlow-Albrecht, Achstr. 20; 88131 Lindau (B); Sandra.Albrecht@t-online.de

Bankverbindung:

TSV Lindau Schwimmen DE81 7315 0000 0000 0581 80, BIC BYLADEM1MLM

Bitte bei Zahlung unbedingt den oder die (bei Staffeln) Namen angeben!

**Meldeschluss** ist der **30. März 2024**.

Die Meldung ist erst mit Eingang des Meldegeldes bindend. Bei über 40 Teilnehmern wird das Meldegeld zurückgezahlt.

Es wird eine Nachrückerliste bis drei Tage vor dem Veranstaltungstag geführt.

**Meldegeld:**

Einzelstarter: 50 €

Zweier-Team: 100 €

Vierer-Team: 150 €

**Durchführung:**

Gestartet wird mit drei unterschiedlichen Abgangszeiten. Für alle Teilnehmer gibt es nach jeweils 25 Wiederholungen 5 Minuten Pause für Toilettengang und Verpflegung.

100 x 100m, alle 2:30 Min (= 4:10 Stunden) (+ 3 x 5 Min Pause = 4:25 Stunden)

100 x 100m, alle 2:15 Min (= 3:45 Stunden) (+ 3 x 5 Min Pause = 4:00 Stunden)

100 x 100m, alle 2:00 Min (= 3:20 Stunden) (+ 3 x 5 Min Pause = 3:35 Stunden)

Die Abgangszeit 2:30 wird nur durchgeführt, wenn mindestens 8 Personen (eine gesamte Bahn) sich dafür anmelden.

Die 100 x 100m können als Einzelstarter oder als Staffelteam mit 2 oder 4 Personen zurückgelegt werden.

### Staffeln:

Zweier-Team: Schwimmer A schwimmt die Wiederholungen 1-25 und 51-75, Schwimmer B schwimmt 26-50 und 76-100.

Vierer-Team: Schwimmer A, B, C und D schwimmen jeweils 25 Wiederholungen.

### **Im Meldegeld enthalten sind**

- Eintritt in die Therme Lindau
- Verpflegung während des Schwimmens (kleine Snacks und Getränke)
- Finisher-Präsent und Urkunde

### **Zeitplan:**

17.30 Uhr Einlass

17.50 Uhr Briefing

18.20 Uhr Start Gruppe 1 mit Abgangszeit 2:30 Min

18.45 Uhr Start Gruppe 2 mit Abgangszeit 2:15 Min

19.10 Uhr Start Gruppe 3 mit Abgangszeit 2:00 Min

22.45 Uhr Zielankunft aller Teilnehmer

danach Finisher-Party mit Siegerehrung → Ende der Veranstaltung

Zuschauer, Begleiter und Fans können natürlich dabei sein. Das Sportbad der Therme Lindau hat für das Event geschlossen.

Baden in den Nebenbecken ist NICHT möglich!

### **Reglement:**

Der Start der Gruppen erfolgt so, dass alle drei Gruppen gemeinsam den letzten 100er beenden.

Ein Wechsel der Bahn ist später nicht möglich, daher sollte man gut abwägen, wie schnell man schwimmen kann, und bedenken, dass dieses Tempo auch bis km 10 zu halten ist. Die Abgangszeiten gelten für alle Starter der jeweiligen Bahn.

Es wird hintereinander geschwommen, der Wasserschatten kann genutzt werden. Es wird immer auf der rechten Seite der Mittellinie geschwommen. Sollte es zum Überholen eines Teilnehmers kommen, so darf sich etwas weiter zur Mitte orientiert werden.

Sollte jemand zu langsam sein und überholt werden, so hat er sich äußerst rechts zu halten und andere Schwimmer vorbei zu lassen.

Es ist auf ausreichend Abstand zu achten. Die Reihenfolge der Schwimmer wird selbstständig organisiert, es darf auch gerne durchgewechselt werden.

Es wird hauptsächlich im Kraulstil geschwommen, wer einen anderen Schwimmstil wählt, hat darauf zu achten, andere nicht zu behindern oder zu gefährden.

Wer einzelne Bahnen nicht rechtzeitig schafft, kann diese in den Pausen nachholen.

Sollte jemand mehrmals überholt werden oder die Abgangszeit mehrfach nicht einhalten können, so kann der Veranstalter den Abbruch für denjenigen aussprechen, um eine permanente Behinderung anderer auszuschließen.

Hilfsmittel wie Paddles, Pullbuoy, Flossen etc. sowie Neoprenanzüge und MP-3 Player sind nicht zugelassen.

Neben der gestellten Verpflegung können eigene Getränke und Snacks mitgebracht werden. (keine Glasflaschen!)

Mit der Anmeldung zu dem Schwimmen wird automatisch zugestimmt, dass im Rahmen der Berichterstattung des Events Name und Bild veröffentlicht werden dürfen auf der Homepage, in der Zeitung und in den sozialen Medien.

**Folgende Teilnehmerverpflichtung muss unterschrieben mitgebracht werden: (Siehe Homepage [www.lindauerschwimmer.de](http://www.lindauerschwimmer.de))**

*Mit meiner Anmeldung erkläre ich mein Einverständnis mit den Organisationsrichtlinien und die Bereitschaft, den Anweisungen der Helfer Folge zu leisten. Dies gilt auch für Sammelmeldungen. Mein Trainings- und Gesundheitszustand entspricht den Anforderungen der Schwimmstrecke. Für den technischen Zustand des von mir verwendeten Materials bin ich selbst verantwortlich. Ich versichere, dass ich keinerlei Rechtsansprüche und Forderungen an den Veranstalter oder Ausrichter, sowie dessen Helfer und Beauftragte, die Stadt Lindau und sonstige Personen oder Körperschaften stellen werde, soweit nicht Haftpflichtansprüche bestehen.*

*Persönliche Daten, Fotos und Bildaufzeichnungen können ohne Vergütung veröffentlicht werden.*



Wilfried Fuchs  
Abteilungsleiter Schwimmen  
TSV 1850 Lindau



Sandra Bandlow-Albrecht  
stellv. Abteilungsleiterin  
TSV 1850 Lindau