

## SpeedLifeSaving Cup

## Regeln, Standards und Verfahren für den 3. SpeedLifeSaving Cup Cha-Wi 2025

**INHALTSVERZEICHNIS**

1. Einführung .....	2
1.1    Geschichte.....	2
1.2    Allgemeines.....	2
2. Wettkampfdisziplinen.....	3
2.1    25 m Freistil/ 25m freestyle (AK 13/14).....	3
2.2    50 m Freistil/ 50m freestyle (AK 15/16 – oAK).....	3
2.3    25 m Retten einer Puppe (Manikin Carry) (AK 13/14 - oAK).....	4
2.4    25 m Retten einer Puppe mit Flossen (Manikin Carry with Fins) (AK 13/14) .....	5
2.5    50 m Retten einer Puppe mit Flossen (Manikin Carry with Fins) (AK 15/16 - oAK).....	6
2.6    50 m Hindernisschwimmen (Obstacle Swim) (AK 13/14) .....	7
2.7    100 m Hindernisschwimmen (Obstacle Swim) (AK 15/16 - oAK).....	7
2.8    100 m Super Lifesaver (AK 13/14 – oAK) .....	8
2.9    50 m Lifesaver (AK 13/14 – oAK) (Manikin Tow with Fins) .....	11
2.10   50 m kombinierte Rettungsübung (Rescue Medley) (AK 13/14 – oAK).....	13
3. Team Event .....	14
3.1    Line Throw (AK 13/14 – oAK ) .....	14

## 1. Einführung

### 1.1 Geschichte

Die Idee zu **SpeedLifeSaving** entstand während der Abschlussparty des Deutschland-Cups 2011, als Pascal Stöckli, Manuel Zöllig erzählte, dass er gerne einmal an einem Schwimmbeckenwettbewerb teilnehmen würde, der in einem 25 m Becken ausgetragen wird, die Wettkämpfe aber ähnlich sein müssten wie in einem 50 m Becken. Aber leider gab es keinen solchen Wettbewerb. Deshalb beschlossen die beiden Weltrekordhalter im Line Throw, gemeinsam einen eigenen Wettbewerb zu organisieren und nannten ihn **SpeedLifeSaving**.

### 1.2 Allgemeines

Das Konzept von **SpeedLifeSaving** ist einfach. Die offiziellen ILS Pool Disziplinen, die für ein 50 m Becken konzipiert sind wurden um 50% reduziert und werden in einem 25 m Becken ausgetragen. Darüber hinaus wurden einige Regeln angepasst, die Disziplinen müssen jedoch im Zusammenhang mit dem allgemeinen ILS-Regelwerk durchgeführt werden. Eine Aufgabe des Sportlers führt ebenfalls zu einer Disqualifikation.

Verstöße gegen die allgemeinen Regeln, die Wettkampfregeln oder die Durchführungsbestimmungen führen in den Einzelwettkämpfen der AK 15/16, AK 17/18 und der offenen Altersklassen grundsätzlich zur Disqualifikation, für alle anderen Altersklassen gelten die unter den Disziplinen aufgeführten Abzüge.

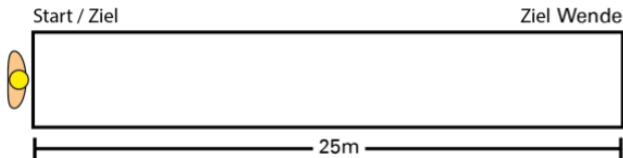
Teilnehmer der AK offen entscheiden vor dem Wettkampf ob sie, bei Erfüllung der Voraussetzung, in der Wertung der AK ab 40 teilnehmen. Es ist nur eine Wertung möglich.

**Dieses Regelwerk wurde an die speziellen Disziplinen des 3. SpeedLifeSaving Cup des Bezirkes Charlottenburg-Wilmersdorf angepasst.**

## 2. Wettkampfdisziplinen

2.1 25 m Freistil/ 25m freestyle (AK 13/14)

2.2 50 m Freistil/ 50m freestyle (AK 15/16 – oAK)

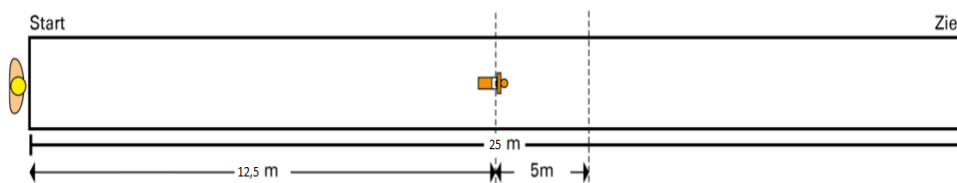


Nach dem Startsignal legt der Rettungssportler 25m / 50m in Freistil zurück und schlägt im Ziel an der Beckenwand an.

### Verstöße

Nr.	Strafe	Art
DQ10	disq.	Fehlstart
DQ10	disq.	Rettungssportler setzt Startkommando nicht unverzüglich um / Starthaltung wird nicht unverzüglich oder nicht korrekt eingenommen
DQ14	disq.	Bei der Wende wird die Beckenwand nicht berührt
DQ1	disq.	Strecke oder Teilstrecke wird nicht regelgerecht zurückgelegt – zusätzlich zu den gesondert aufgeführten Verstößen
DQ15	disq.	Strecke wird nicht mit Zielanschlag beendet

### 2.3 25 m Retten einer Puppe (Manikin Carry) (AK 13/14 - oAK)



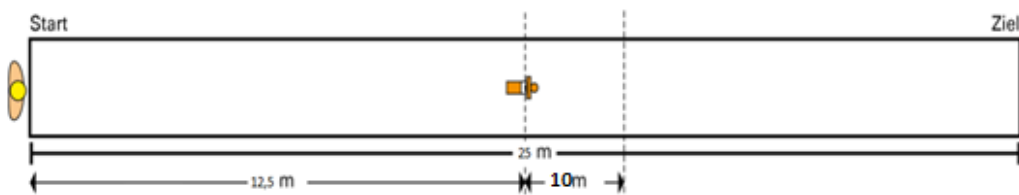
Nach dem Startsignal schwimmt der Rettungssportler 12,5 m Freistil. Er muss auftauchen, bevor er zur Puppenaufnahme abtauchen darf. Er nimmt die Puppe auf, taucht mit ihr innerhalb des 5-m-Aufnahmebereiches auf (der Kopf der Puppe dient als Orientierung) und schleppt diese die verbleibende Strecke regelgerecht bis zum Ziel.

Beim Anschlag muss die Puppe regelgerecht gehalten werden.

#### Verstöße

Nr.	Strafe	Art
DQ10	disq.	Fehlstart
DQ10	disq.	Rettungssportler setzt Startkommando nicht unverzüglich um / Starthaltung wird nicht unverzüglich oder nicht korrekt eingenommen
DQ1	disq.	Strecke oder Teilstrecke wird nicht regelgerecht zurückgelegt – zusätzlich zu den gesondert aufgeführten Verstößen
DQ16	disq.	Kein Auftauchen vor Ergreifen der Puppe.
DQ18	disq.	Die Puppe ist nicht in der korrekten Position, wenn ihr Kopf die entsprechende Markierung erreicht
DQ19	disq.	Beim Schleppen befinden sich alle Körperteile unter der Wasseroberfläche
DQ19	disq.	Nicht regelgerechtes Halten der Puppe <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festhalten an Verschlüssen</li> <li>• Schieben der Puppe</li> <li>• Kopf der Puppe weist nicht in Schwimmrichtung</li> </ul>
DQ21	disq.	Loslassen der Puppe, bevor die Strecke oder Teilstrecke beendet ist
DQ15	disq.	Strecke wird nicht mit Zielanschlag beendet

## 2.4 25 m Retten einer Puppe mit Flossen (Manikin Carry with Fins) (AK 13/14)



25 m Retten einer Puppe mit Flossen: 12,5 m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme und 12,5 m Schleppen der Puppe mit Flossen

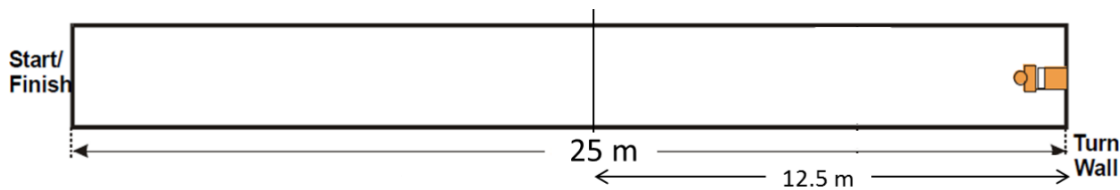
Nach dem Startsignal schwimmt der Rettungssportler 12,5 m Freistil mit Flossen, nimmt die Puppe auf, taucht mit ihr innerhalb des 10-m-Aufnahmebereiches auf (der Kopf der Puppe dient als Orientierung) und schleppt diese die verbleibende Strecke regelgerecht bis zum Ziel.

Beim Anschlag muss die Puppe regelgerecht gehalten werden.

### Verstöße

Nr.	Strafe	Art
DQ10	disq.	Fehlstart
DQ10	disq.	Rettungssportler setzt Startkommando nicht unverzüglich um / Starthaltung wird nicht unverzüglich oder nicht korrekt eingenommen
DQ1	disq.	Strecke oder Teilstrecke wird nicht regelgerecht zurückgelegt – zusätzlich zu den gesondert aufgeführten Verstößen
DQ23	disq.	Die Puppe ist nicht in der korrekten Position, wenn ihr Kopf die entsprechende Markierung erreicht
DQ19	disq.	Beim Schleppen befinden sich alle Körperteile unter der Wasseroberfläche
DQ19	disq.	Nicht regelgerechtes Halten der Puppe <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festhalten an Verschlüssen</li> <li>• Schieben der Puppe</li> <li>• Kopf der Puppe weist nicht in Schwimmrichtung</li> </ul>
DQ21	disq.	Loslassen der Puppe, bevor die Strecke oder Teilstrecke beendet ist
DQ15	disq.	Strecke wird nicht mit Zielanschlag beendet

## 2.5 50 m Retten einer Puppe mit Flossen (Manikin Carry with Fins) (AK 15/16 - oAK)



50 m Retten einer Puppe mit Flossen: 25 m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme und 25 m Schleppen der Puppe mit Flossen

Nach dem Startsignal schwimmt der Rettungssportler 25 m Freistil mit Flossen, nimmt die Puppe auf, taucht mit ihr innerhalb des 12,5-m-Aufnahmebereiches auf (der Kopf der Puppe dient als Orientierung) und schleppt diese die verbleibende Strecke regelgerecht bis zum Ziel.

Beim Anschlag muss die Puppe regelgerecht gehalten werden. Die Puppenaufnahme gilt als Wende.

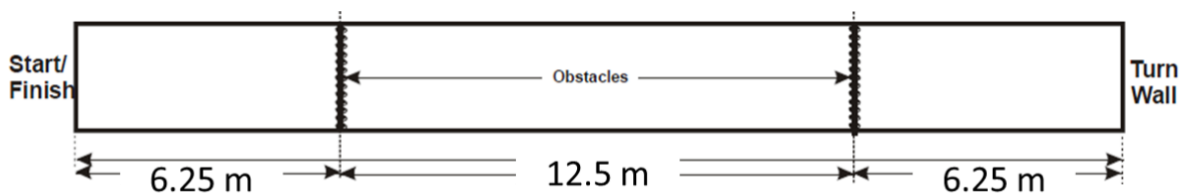
Wird die Puppe von einem Helfer senkrecht mit dem Gesicht zur Beckenwand gehalten, gilt die Übernahme der Puppe als Wende. Der Helfer darf die Puppe dabei nicht in Richtung des Rettungssportlers bzw. des Ziels bewegen.

### Verstöße

Nr.	Strafe	Art
DQ10	disq.	Fehlstart
DQ10	disq.	Rettungssportler setzt Startkommando nicht unverzüglich um / Starthaltung wird nicht unverzüglich oder nicht korrekt eingenommen
DQ1	disq.	Strecke oder Teilstrecke wird nicht regelgerecht zurückgelegt – zusätzlich zu den gesondert aufgeführten Verstößen
DQ23	disq.	Die Puppe ist nicht in der korrekten Position, wenn ihr Kopf die entsprechende Markierung erreicht
DQ19	disq.	Beim Schleppen befinden sich alle Körperteile unter der Wasseroberfläche
DQ19	disq.	Nicht regelgerechtes Halten der Puppe <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festhalten an Verschlüssen</li> <li>• Schieben der Puppe</li> <li>• Kopf der Puppe weist nicht in Schwimmrichtung</li> </ul>
DQ21	disq.	Loslassen der Puppe, bevor die Strecke oder Teilstrecke beendet ist
DQ15	disq.	Strecke wird nicht mit Zielanschlag beendet

2.6 50 m Hindernisschwimmen (Obstacle Swim) (AK 13/14)

2.7 100 m Hindernisschwimmen (Obstacle Swim) (AK 15/16 - oAK)



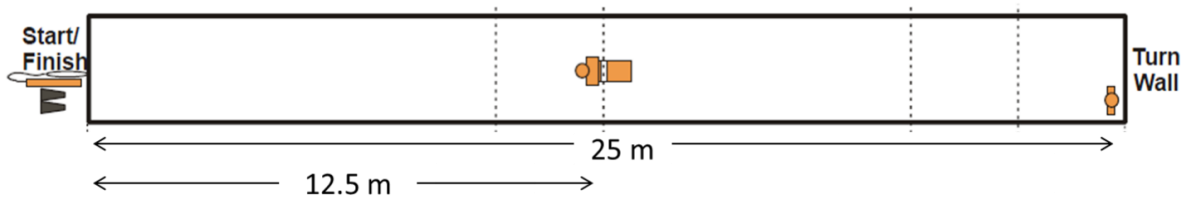
Nach dem Startsignal legt der Rettungssportler die vorgeschriebene Strecke in Freistil zurück und untertaucht die Hindernisse. Er muss dabei, jeweils auf der 12,5 m Strecke zwischen den Hindernissen, mindestens einmal mit dem Kopf die Wasseroberfläche durchbrechen. Die 6,25 m Strecke darf getaucht werden.

Beim Untertauchen des Hindernisses ist ein Abstoßen vom Beckenboden erlaubt. Überschwimmt der Rettungssportler ein Hindernis, schwimmt er jedoch über oder unter dem Hindernis wieder zurück und untertaucht es dann, kann er die Wettkampfdisziplin ohne Ahndung des Verstoßes fortsetzen.

### Verstöße

Nr.	Strafe	Art
DQ10	disq.	Fehlstart
DQ10	disq.	Rettungssportler setzt Startkommando nicht unverzüglich um / Starthaltung wird nicht unverzüglich oder nicht korrekt eingenommen
DQ14	disq.	Bei der Wende wird die Beckenwand nicht berührt.
DQ1	disq.	Strecke oder Teilstrecke wird nicht regelgerecht zurückgelegt – zusätzlich zu den gesondert aufgeführten Verstößen
DQ11	disq.	Nichtuntertauchen des Hindernisses
DQ13	disq.	Nichtauftauchen nach jedem Hindernis
DQ17	disq.	Beim Auftauchen wird Assistenz von einer Beckeneinrichtung (z. B. Wellenbrecherleinen, Stufen, Abflüssen oder sonstigen Armaturen) genommen - ausgenommen der Beckenboden
DQ15	disq.	Strecke wird nicht mit Zielanschlag beendet

## 2.8 100 m Super Lifesaver (AK 13/14 – oAK)



37,5 m Freistil, Puppenaufnahme, 12,5 m Schleppen der Puppe, Anlegen von Flossen und Gurtretter, 25 m Flossenschwimmen mit Gurtretter, Puppenübernahme, 25 m Ziehen der Puppe mit Flossen und Gurtretter

Vor dem Start legt der Rettungssportler innerhalb seiner Bahn Flossen und Gurtretter neben dem Startblock bereit. Die zweite Puppe wird vor dem Start und beim Anschlag des Rettungssportlers bei der 75-m-Wende von einem Helfer senkrecht mit dem Gesicht zur Beckenwand in der natürlichen Auftriebsposition festgehalten. Während des Anschwimmens darf die Position der Puppe innerhalb der Bahn verändert werden. Nach dem Startsignal schwimmt der Rettungssportler 37,5 m Freistil, nimmt die Puppe auf und taucht mit ihr innerhalb des 5-m-Aufnahmebereiches auf (der Kopf der Puppe dient als Orientierung). Anschließend schleppt er die Puppe regelgerecht bis zur Wende. Beim Anschlag muss die Puppe regelgerecht gehalten werden. Nach dem Anschlag lässt der Rettungssportler die Puppe los, zieht sich im Wasser seine Flossen an und legt den Gurt des Gurtretters über eine Schulter oder beide Schultern an. Anschließend schwimmt er 25 m Freistil mit Flossen und Gurtretter. Hierbei darf die Leine zwischen Gurt und Auftriebskörper verkürzt sein; es muss ein ständiger Kontakt zum Gurtretter bestehen. Bei der Wende muss der Rettungssportler zuerst an der Beckenwand anschlagen, bevor er die Puppe berührt. Ein versehentliches Berühren der Puppe vor dem Anschlag an der Beckenwand wird nicht geahndet. Der Helfer muss unmittelbar nach dem Anschlag des Rettungssportlers die Puppe loslassen. Er darf die Puppe dabei nicht in Richtung des Rettungssportlers bzw. des Ziels bewegen. Der Rettungssportler legt den Auftriebskörper des Gurtretters unterhalb beider Armstümpfe um die Puppe und klinkt den Gurtretter innerhalb eines 12,5-m-Aufnahmebereiches ein (der Kopf der Puppe dient als Orientierung). Das heißt: Die Puppe muss innerhalb des 12,5-m-Aufnahmebereiches vollständig im Gurtretter gesichert werden. Der Rettungssportler zieht die Puppe im Gurtretter zum Ziel. Dabei muss die Leine des Gurtretters spätestens, wenn der Kopf der Puppe die 12,5-m-Markierung erreicht, in voller Länge ausgelegt sein. Auf der gesamten Strecke muss die Puppe so im Gurtretter positioniert sein, dass sich deren Mund oder Nase oberhalb der Wasserlinie befinden. Ein Verrutschen des Gurtretters über einen Armstumpf oder ein Nachsichern, um den Verlust der Puppe zu verhindern, wird nicht geahndet.

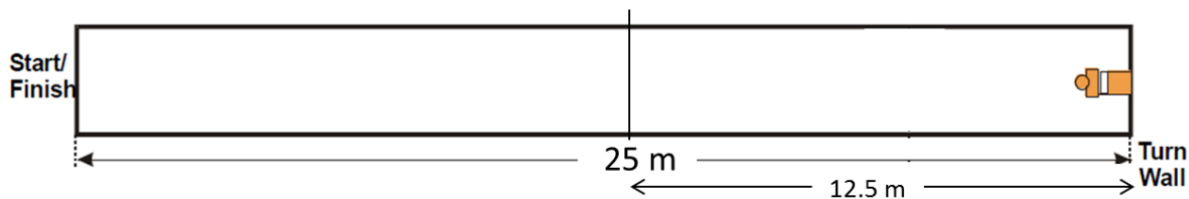


**Verstöße**

<b>Nr.</b>	<b>Strafe</b>	<b>Art</b>
DQ10	disq.	Fehlstart
DQ10	disq.	Rettungssportler setzt Startkommando nicht unverzüglich um / Starthaltung wird nicht unverzüglich oder nicht korrekt eingenommen
DQ14	disq.	Bei der Wende wird die Beckenwand nicht berührt.
DQ1	disq.	Strecke oder Teilstrecke wird nicht regelgerecht zurückgelegt – zusätzlich zu den gesondert aufgeführten Verstößen (z.B. Gurt des Gurtretters nie über eine Schulter oder beide Schultern angelegt)
DQ8	disq.	Die Wettkämpfer dürfen keine Hilfe vom Beckenboden in Anspruch nehmen, es sei denn, dies ist ausdrücklich erlaubt (z. B. Hindernisschwimmen, Auftauchen mit einer Übungspuppe, 4 x 25 m Übungspuppenstaffel, Super Lifesaver)
DQ17	disq.	Beim Auftauchen wird Assistenz von einer Beckeneinrichtung (z. B. Wellenbrecherleinen, Stufen, Abflüssen oder sonstigen Armaturen) genommen - ausgenommen der Beckenboden
DQ18	disq.	Die Puppe ist nicht in der korrekten Position, wenn ihr Kopf die entsprechende Markierung erreicht
DQ19	disq.	Beim Schleppen befinden sich alle Körperteile unter der Wasseroberfläche
DQ19	disq.	Nicht regelgerechtes Halten der Puppe <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festhalten an Verschlüssen</li> <li>• Schieben der Puppe</li> <li>• Kopf der Puppe weist nicht in Schwimmrichtung</li> </ul>
DQ21	disq.	Loslassen der Puppe vor dem Berühren der Beckenwand
DQ24	disq.	Inanspruchnahme von Hilfsmitteln im Schwimmbecken (z. B. Wellenbrecherleinen, Stufen, Unterwasser-Hockey-Beschläge) beim Befestigen des Gurtretters um die Puppe, es sei denn, die Mindesttiefe des Schwimmbeckens erlaubt es dem Teilnehmer, beim Befestigen des Gurtretters um die Puppe zu stehen
DQ26	disq.	Bei 75m, der Rettungssportler berührt die Beckenwand/den Beckenrand nicht, bevor er absichtlich die Puppe berührt
DQ30	disq.	Einklinken des Gurtretters in den Ring, ohne/vor Anschlag an der Beckenwand
DQ28	disq.	Puppe wird vom Helfer in Richtung Rettungssportler bzw. Ziel bewegt
DQ27	disq.	Helfer lässt die Puppe nicht regelgerecht los
DQ25	disq.	Helfer ergreift die Puppe erneut, nachdem der Rettungssportler die Puppe übernommen bzw. die Wand berührt hat
DQ25	disq.	Helfer hält Puppe bis zur Übernahme nicht regelgerecht
DQ20	disq.	Ziehen der Puppe mit dem Gesicht unter der Oberfläche
DQ32	disq.	Rettungssportler legt den Auftriebskörper nicht innerhalb des 12,5-m-Aufnahmebereichs um die Puppe
DG31	disq.	Falsches Umliegen des Auftriebskörpers um die Puppe
G34	disq.	Leine des Gurtretters ist beim Erreichen der 12,5-m-Markierung nicht in voller Länge ausgelegt/ unter Spannung

DG35	disq.	Leine des Gurtretters ist beim Ziehen der Puppe nicht in voller Länge ausgelegt/ unter Spannung
DQ36	disq.	Kontakt zu Gurtretter oder Puppe verloren
DG37	disq.	Anschlag, ohne dass der Auftriebskörper des Gurtretters mindestens unterhalb eines Armstumpfes liegt
DQ15	disq.	Strecke wird nicht mit Zielanschlag beendet

## 2.9 50 m Lifesaver (AK 13/14 – oAK) (Manikin Tow with Fins)



50 m Retten einer Puppe mit Flossen und Gurtretter: 25 m Flossenschwimmen mit Gurtretter, Puppenübernahme, 25 m Ziehen der Puppe mit Flossen und Gurtretter

Eine Puppe wird soweit mit Wasser gefüllt, dass sich der obere Rand des weißen Bruststrings in Höhe der Wasserlinie befindet.

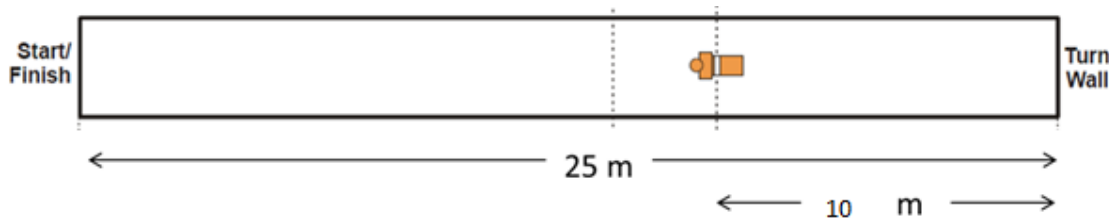
Vor dem Start und bis zum Anschlag des Rettungssportlers bei der 25-m-Wende wird die Puppe von einem Helfer senkrecht mit dem Gesicht zur Beckenwand in der natürlichen Auftriebsposition festgehalten. Während des Anschwimmens darf die Position der Puppe innerhalb der Bahn verändert werden. Der Rettungssportler legt den Gurt des Gurtretters über eine Schulter oder beide Schultern an. Er muss für eine sichere und korrekte Position des Gurtretters sorgen und sicherstellen, dass während des Starts kein Teil des Gurtretters in eine benachbarte Bahn ragt. Nach dem Startsignal schwimmt der Rettungssportler 25 m Freistil mit Flossen und Gurtretter. Hierbei darf die Leine zwischen Gurt und Auftriebskörper verkürzt sein; es muss ein ständiger Kontakt zum Gurtretter bestehen. Bei der Wende muss der Rettungssportler zuerst an der Beckenwand anschlagen, bevor er die Puppe berührt. Ein versehentliches Berühren der Puppe vor dem Anschlag an der Beckenwand wird nicht geahndet. Der Helfer muss unmittelbar nach dem Anschlag des Rettungssportlers die Puppe loslassen. Er darf die Puppe dabei nicht in Richtung des Rettungssportlers bzw. des Ziels bewegen.

Der Rettungssportler legt den Auftriebskörper des Gurtretters unterhalb beider Armstümpfe um die Puppe und klinkt den Gurtretter innerhalb eines 12,5-m-Aufnahmebereiches ein (der Kopf der Puppe dient als Orientierung). Das heißt: Die Puppe muss innerhalb des 12,5-m-Aufnahmebereiches vollständig im Gurtretter gesichert werden. Der Rettungssportler zieht die Puppe im Gurtretter zum Ziel. Dabei muss die Leine des Gurtretters spätestens, wenn der Kopf der Puppe die 12,5-m-Markierung erreicht, in voller Länge ausgelegt sein. Auf der gesamten Strecke muss die Puppe so im Gurtretter positioniert sein, dass sich deren Mund oder Nase oberhalb der Wasserlinie befinden. Ein Verrutschen des Gurtretters über einen Armstumpf oder ein Nachsichern, um den Verlust der Puppe zu verhindern, wird nicht geahndet.

**Verstöße**

<b>Nr.</b>	<b>Straf- punkte</b>	<b>Art</b>
DQ10	disq.	Fehlstart
DQ10	disq.	Rettungssportler setzt Startkommando nicht unverzüglich um / Starthaltung wird nicht unverzüglich oder nicht korrekt eingenommen
DQ14	disq.	Bei der Wende wird die Beckenwand nicht berührt.
DQ1	disq.	Strecke oder Teilstrecke wird nicht regelgerecht zurückgelegt – zusätzlich zu den gesondert aufgeführten Verstößen (z.B. Gurt des Gurtretters nie über eine Schulter oder beide Schultern angelegt)
DQ24	disq.	Wettkämpfer dürfen eine Assistenz von Beckengegebenheit nehmen (z. B. Wellenbrecherleinen, Stufen, Abflüssen oder sonstigen Armaturen) wenn der Gurtretter um die Puppe gelegt wird
DQ26	disq.	Gezieltes Greifen der Puppe ohne/vor Anschlag an der Beckenwand
DQ30	disq.	Einklinken des Gurtretters in den Ring, ohne/vor Anschlag an der Beckenwand
DQ27	disq.	Helfer lässt die Puppe nicht sofortlos, nachdem der Rettungssportler die Beckenwand berührt hat
DQ28	disq.	Puppe wird vom Helfer in Richtung Rettungssportler bzw. Ziel bewegt
DQ25	disq.	Helfer hält die Puppe bis zur Übernahme nicht regelgerecht oder ergreift die Puppe erneut, nachdem der Rettungssportler die Wand berührt hat
DG31	disq.	Falsches Umlegen des Auftriebskörpers um die Puppe
DQ20	disq.	Ziehen der Puppe mit dem Gesicht unter der Wasseroberfläche
DQ23	disq.	Die Puppe ist nicht in der korrekten Position, wenn ihr Kopf die entsprechende Markierung erreicht
DQ31	disq.	Der Rettungsgurt wird nicht korrekt um die Puppe gelegt
DQ32	disq.	Rettungssportler legt den Auftriebskörper nicht innerhalb des 12,5-m-Übernahmebereichs um die Puppe
DQ34	disq.	Leine des Gurtretters ist beim Erreichen der 12,5-m-Markierung nicht in voller Länge ausgelegt/ unter Spannung
DG35	disq.	Leine des Gurtretters ist beim Ziehen der Puppe nicht in voller Länge ausgelegt/ unter Spannung
DQ33	disq.	Schieben oder Schleppen der Puppe anstatt diese zu ziehen.
DQ36	disq.	Kontakt zu Gurtretter oder Puppe verloren
DG37	disq.	Anschlag, ohne dass der Auftriebskörper des Gurtretters mindestens unterhalb eines Armstumpfes liegt
DQ15	disq.	Strecke wird nicht mit Zielanschlag beendet

## 2.10 50 m kombinierte Rettungsübung (Rescue Medley) (AK 13/14 – oAK)



25 m Freistil, 10 m Tauchen, Puppenaufnahme, 15 m Schleppen der Puppe

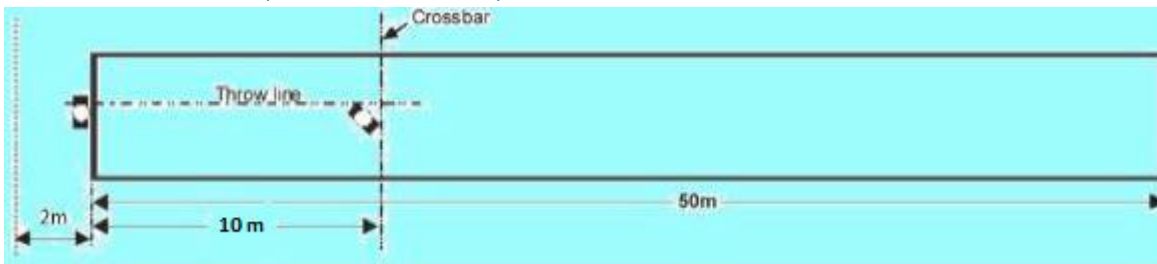
Nach dem Startsignal schwimmt der Rettungssportler zunächst 25 m Freistil. Anschließend taucht er eine Strecke von 10 m, nimmt die Puppe auf, taucht mit ihr innerhalb des 5-m-Aufnahmebereiches auf und schleppt diese die verbleibende Strecke regelgerecht bis zum Ziel. Rettungssportler dürfen während der 25-m-Wende einatmen aber nicht mehr, nachdem die Füße die Wand verlassen haben und bevor die Puppe heraufgeholt wurde. Mit dem Verlassen der Wendemarke beginnt die Tauchstrecke. Beim Anschlag muss die Puppe regelgerecht gehalten werden.

**Verstöße**

Nr.	Strafpunkte	Art
DQ10	disq.	Fehlstart
DQ10	disq.	Rettungssportler setzt Startkommando nicht unverzüglich um / Starthaltung wird nicht unverzüglich oder nicht korrekt eingenommen
DQ14	disq.	Bei der Wende wird die Beckenwand nicht berührt
DQ1	disq.	Strecke oder Teilstrecke wird nicht regelgerecht zurückgelegt – zusätzlich zu den gesondert aufgeführten Verstößen
DQ22	disq.	Zu geringe Tauchleistung.
DQ17	disq.	Beim Auftauchen wird Assistenz von einer Beckeneinrichtung (z. B. Wellenbrecherleinen, Stufen, Abflüssen oder sonstigen Armaturen) genommen - ausgenommen der Beckenboden
DQ18	disq.	Die Puppe ist nicht in der korrekten Position, wenn ihr Kopf die entsprechende Markierung erreicht
DQ19	disq.	Beim Schleppen befinden sich alle Körperteile unter der Wasseroberfläche
DQ19	disq.	Nicht regelgerechtes Halten der Puppe <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festhalten an Verschlüssen</li> <li>• Schieben der Puppe</li> <li>• Kopf der Puppe weist nicht in Schwimmrichtung</li> </ul>
DQ21	disq.	Loslassen der Puppe, bevor die Strecke oder Teilstrecke beendet ist
DQ15	disq.	Strecke wird nicht mit Zielanschlag beendet

### 3. Team Event

#### 3.1 Line Throw (AK 13/14 – oAK )



#### Line Throw

*Bei Altersgemischten Teams wird das Team in der AK des älteren Teilnehmers gewertet.*

*Bei einer Wertung in der AK 40+ müssen beide Teilnehmer das entsprechende Alter haben.*

Bei diesem 45-Sekunden-Wettkampf wirft der Wettkämpfer eine ungewichtete Leine von einer Wurfzone am Beckenrand zu einem Mannschaftskameraden, der sich im Wasser auf der nahen Seite einer 10 m entfernten Querstange befindet. Der Wettkämpfer zieht dieses "Opfer" zurück zur Zielwand/zum Beckenrand.

A. Wurfzone: Die Wurfzone ist der Bereich, der von der jedem Team zugewiesenen Bahn begrenzt wird. Sie erstreckt sich von der senkrechten Kante der Beckenwand bis zur Vorderseite der Bahn einer Mannschaft und wird an den Seiten durch eine nicht markierte verlängerte Linie in der Mitte der Bahnseile auf jeder Seite der Bahn einer Mannschaft und bis zum Rand des Beckendecks oder der erhöhten Plattform begrenzt. Die hintere Linie der Wurfzone muss nicht markiert werden, aber ein Mindestabstand von 2,0 m über die vertikale Kante der Beckenwand hinaus ist erforderlich, um einen ungehinderten Wurf und den Einzug zu ermöglichen.

Anmerkung 1: Für die Zwecke der Kampfrichter müssen die Teilnehmer weiterhin in ihrer Bahn bleiben. Der Schwerpunkt liegt jedoch nicht auf der Platzierung der Füße auf einer Linie, sondern vielmehr darauf, dass kein anderes Team bei einem Wettkampf behindert wird.

Anmerkung 2: Um einen freien Bereich für den Wurf und den Einzug des Opfers zu gewährleisten, kann eine Linie auf dem Boden oder eine temporäre Seil- oder Bandbarriere ca. 2,0 m hinter der vertikalen Kante der Beckenwand angebracht werden, was jedoch nicht zwingend erforderlich ist. Eine Rückwärtsbewegung des Wettkämpfers innerhalb dieses Bereichs wird nicht als Disqualifikation gewertet.

B. Der Start: Beim ersten Pfiff bereiten sich die Wettkämpfer (d.h. Werfer und Opfer) auf den Start vor. Der "Werfer" hält nur ein Ende der Wurfleine in einer Hand. Das "Opfer" nimmt das andere Ende der Leine, steigt ins Wasser und bewegt sich zur Querstange. Die Leine wird dann zwischen dem Opfer und dem Werfer verlängert. Die überschüssige Leine kann auf beiden Seiten der Querlatte verbleiben, und wenn sie über die 10-m-Marke hinaus verlängert wird, kann die überschüssige Leine entweder über oder unter die Querstange geführt werden. Vor dem Start sind keine Übungswürfe erlaubt. Beim zweiten Pfiff nehmen die Werfer ohne unnötige Verzögerung ihre Startpositionen ein. Wenn alle Teilnehmer ihre Startpositionen eingenommen haben, gibt der Starter das Kommando "Auf die Plätze". Wenn alle Werfer und Opfer stillstehen, gibt der Starter das akustische Startsignal.

C. Startposition: Der Werfer steht in der Wurfzone, dem Opfer zugewandt, bewegungslos mit den Fersen und/oder Knien zusammen und den Armen gerade nach unten und neben dem Körper. Das Ende der Wurfleine wird in einer Hand gehalten. Das Opfer befindet sich auf der nahen Seite der starren Querstange in der ihm zugewiesenen Bahn. Das Opfer hat Kontakt mit der Wurfleine und hält sich mit einer oder zwei Händen an der Querlatte fest.

D. Auf ein akustisches Startsignal: Der Werfer holt die Wurfleine ein, wirft sie zurück zum Opfer (das sie ergreift) und zieht das Opfer durch das Wasser, bis es die Zielwand/Kante berührt.

E. Der Verunglückte darf die Leine nur dann ergreifen, wenn es sich um einen "fairen Wurf" handelt. Ein fairer Wurf ist ein Wurf, bei dem das Opfer die Wurfleine mit der Hand greifen kann, aber nur innerhalb der ihm zugewiesenen Bahn, entweder vor oder hinter der Querstange. Die Bandenmarkierung befindet sich nicht "innerhalb der Bahn". Solange das Opfer vollständig in der ihm zugewiesenen Bahn bleibt und den Griff um die Querstange nicht loslässt, kann es den Fuß oder einen anderen Körperteil benutzen, um die Wurfleine innerhalb seiner Bahn in eine Position zu manövrieren, in der es die Leine mit der Hand fassen kann. Das Opfer kann seine Hand überall entlang der Querstange gleiten lassen, muss aber die Querstange festhalten, wenn es die Leine mit irgendeinem Körperteil berührt und wenn es die Leine ergreift.

Es gibt keine Strafe für das Ziehen an der starren Querstange beim Versuch, die Wurflinie zu erreichen.

### Verstöße

Nr.	Strafpunkte	Art
DQ10	disq.	Fehlstart
DQ58	disq.	Werfer, der Übungswürfe ausführt
DQ50	disq.	Das Opfer hält die Querstange nicht mit der Hand fest, wenn es irgendeinen Teil seines Körpers benutzt, um die Leine für den Zug zur Zielwand/Kante zu sammeln oder zu ergreifen.
DQ54	disq.	Das Opfer ergreift die Wurfleine außerhalb der Bahn
DQ55	disq.	Das Opfer liegt nicht auf der Brust, während es zur Zielwand/Kante gezogen wird
DQ56	disq.	Das Opfer hält die Wurfleine nicht mit beiden Händen, während es zur Zielwand/Kante gezogen wird (das Opfer darf die Leine mit einer Hand loslassen, um die Wand/Kante zu berühren)
DQ57	disq.	Das Opfer "erklimmt" die Wurfleine von Hand zu Hand
DQ51	disq.	Der Werfer behindert die anderen Mannschaften des Wettkampfs, indem er nach dem Startsignal und vor dem 45-Sekunden-Signal für die akustische Beendigung nicht in der ihm zugewiesenen Wurfzone bleibt
DQ53	disq.	Das Opfer verlässt das Wasser vor dem 45-Sekunden-Signal
DQ15	disq.	Nichtberührung der Zielwand/des Randes

**DISQUALIFICATION CODES FOR POOL EVENTS**

<b>Code and Disqualification</b>	<b>Events</b>
1. Not completing the event in accordance with the event description or general rules.	All events
2. A competitor or team may be disqualified if a competitor, team, or handler is deemed to have competed unfairly. Examples of "competing unfairly" include:  Committing a doping or doping-related infraction. Impersonating another competitor. Attempting to defeat the ballot or draw for events or positions. Competing twice in the same individual event. Competing twice in the same event in different teams. Purposely interfering with a course to gain advantage. Jostling or obstructing another competitor or handler so as to impede their progress. Receiving physical or material outside assistance (other than verbal or other direction). Participating contrary to the spirit of the competition (as described in the code of fair play).	All events
3. Competitors may not be permitted to start in an event if they are late reporting to the marshalling area. This may be noted as a "did not start" (DNS) or similar on result sheets.	All events
4. A competitor or team absent from the start of an event shall be disqualified except for the A- or B-final. This may be noted as a "did not start" (DNS) or similar on result sheets.	All events
5. Activities that result in wilful damage to the venue sites, accommodation sites or the property of others will result in disqualification of the individuals involved from competition.	All events
6. Abuse of officials resulting in disqualification from the competition.	All events
7. Using sticky, tacky, or adhesive substances (liquid, solid or aerosol) on hands or feet, or on the manikin or rescue tube to improve grip or push of the bottom of the pool.	All events
8. Taking assistance from the pool bottom except where specifically allowed (e.g., Obstacle Swim, 4 x 25m Manikin Relay).	All events
9. Leaving the water after an event before permission is given by the official.	All events
10. Commencing a starting motion before the starting signal has been given.	All events
11. Passing over an obstacle without immediately returning over or under that obstacle and then passing under it.	Obstacle Swim Obstacle Relay
12. Failure to surface after the dive entry or after a turn before passing under an obstacle.	Obstacle Swim Obstacle Relay



<b>Code and Disqualification</b>	<b>Events</b>
1 3. Failure to surface after each obstacle.	Obstacle Swim Obstacle Relay
14. Failure to touch the wall/edge during the turn.	Obstacle Swim
1 5. Failure to touch the finish wall/edge.	All events
1 6. Not surfacing before diving to the manikin.	Manikin Carry Manikin Lifesaver Medley
1 7. Taking assistance from any pool fitting (e.g., lane rope, steps, drains or underwater hockey fittings) when surfacing with the manikin (as applicable for the event) — not including, where specified, the bottom of the pool.	Obstacle Swim Obstacle Relay Manikin Carry Manikin Carry with Fins
	Manikin Lifesaver Medley Line Throw Manikin Relay Rescue Medley Super Lifesaver Pool Lifesaver Relay Rescue Tow Relay
18. Not having the manikin in a correct carrying position before the top of the manikin's head passes the 5m line (for carries without fins).	Manikin Carry Manikin Relay Rescue Medley Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
19. Using an incorrect manikin carrying technique (as described in S3-3).	Manikin Carry Manikin Carry with Fins Rescue Medley Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley Manikin Relay Pool Lifesaver Relay
20. Towing the manikin with the face below the surface.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
21. Releasing the manikin before touching the finish wall/edge or the turning wall/edge.	Manikin Carry Manikin Carry with Fins Rescue Medley Super Lifesaver Manikin Relay Manikin Lifesaver Medley

<b>Code and Disqualification</b>	<b>Events</b>
22. Surfacing after turning and before lifting the manikin.	Rescue Medley
23. Not having the manikin in the correct carrying position before the top of the manikin's head passes the 10m line (for carries with fins).	Manikin Carry with Fins Pool Lifesaver Relay
24. Taking assistance from any pool fitting (e.g. lane rope, steps, underwater hockey fittings) when fixing the rescue tube around the manikin and where the minimum pool depth allows the competitor to stand while securing a rescue tube around the manikin.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
25. Manikin handler positioning the manikin incorrectly or again making contact with the manikin after the competitor has grasped the manikin.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
26. At 50m / 150m, competitor not touching the pool wall/edge before intentionally touching manikin.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
27. Manikin handler not releasing the manikin immediately after the competitor makes deliberate contact with the manikin (after first touching the turning wall/edge) and, for the Manikin Lifesaver Relay only, the competitor has donned their fins and rescue tube and makes deliberate contact with the manikin.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
28. Manikin handler pushing the manikin towards the competitor or the finish wall/edge.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
29. Manikin handler intentionally entering the water during the event or entering the water and interfering with the performance of another competitor or interfering with the judging of the event.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
30. Competitor clipping the rescue tube into the ring before touching the turning wall/edge.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley Rescue Tow Relay
31. Incorrect securing of the rescue tube around the manikin (i.e., not around body and under both arms and not clipped to an O-ring).	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
32. Not securing the rescue tube around the manikin within the 10m changeover zone (judged at the top of the manikin's head).	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley

<b>Code and Disqualification</b>	<b>Events</b>
33. Pushing or carrying, instead of towing the manikin.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
34. The line of the rescue tube not becoming fully extended before the top of the manikin's head passes the 10m line.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
35. Not towing the manikin with the line of the rescue tube fully extended beyond the 10m line.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
36. The rescue tube and manikin become separated after the rescue tube has been secured correctly around the manikin.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
37. Touching the finish wall/edge without the rescue tube and manikin in place.	Manikin Tow with Fins Super Lifesaver Manikin Lifesaver Medley
38. Assistance from a third competitor during the exchange between the incoming and outgoing competitors.	Manikin Relay Pool Lifesaver Relay
39. One competitor repeating two or more legs of the event.	Obstacle Relay Manikin Relay Medley Relay Pool Lifesaver Relay Rescue Tow Rela
40. Leaving the starting block/releasing contact with the turning wall/edge/ starting block before the previous competitor has touched the wall/edge.	Obstacle Relay Manikin Relay Medley Relay Pool Lifesaver Relay Rescue Tow Rela
41 . The manikin changing hands before or beyond the designated changeover zone	Manikin Relay
42. Releasing the manikin before the next competitor has grasped it (i.e., one hand of each competitor must be in contact with the manikin).	Manikin Relay Pool Lifesaver Relay
43. Deleted	
44. The competitor clipping the rescue tube into the ring.	Medley Relay
45. The victim holding the rescue tube by the rope.	Medley Relay
46. The victim helping with arm movements, or not holding the rescue tube and/or clip with both hands.	Medley Relay

<b>Code and Disqualification</b>	<b>Events</b>
47. The victim not holding or losing the rescue tube after passing the 10m line.	Medley Relay
48. The fourth competitor towing the victim without the line of the rescue tube fully extended beyond the 10m line.	Medley Relay
49. A competitor re-entering the water after completing their leg of the relay.	Obstacle Relay Medley Relay Pool Lifesaver Relay Rescue Tow Relay
50. Victim not keeping a grasp on the crossbar with their hand when using any part of their body to gather or to grasp the line for the pull to the finish wall/edge.	Line Throw
51. Line Thrower who, after the start signal and before the 45-second acoustic completion signal, exits their allocated throw zone while rescuing their victim and, in so, interferes with other teams in the event.	Line Throw
52. Line Thrower walking or running with the line grasped in their hands or held around any part of their body to return the victim to the pool finish wall i.e., not using their arms to haul in. While it is not a compulsory requirement, to ensure a clear area for the throw and the victim haul in, a line on the ground, or temporary rope or tape barrier may be placed approximately 2.0m behind the vertical edge of the pool wall. Backward movement by the thrower within this area would not be regarded as a disqualification.	Line Throw
53. Victim exiting the water before the 45-second acoustic completion signal.	Line Throw
54. Victim grasping the throw line outside their lane.	Line Throw
55. Victim not on their front while being pulled to the finish wall/edge.	Line Throw
56. Victim not holding the throw line with both hands while being pulled to the finish wall/edge (victim may release the line with one hand for the sole purpose of touching the wall/edge).	Line Throw
57. Victim "climbing" the throw line hand-over-hand.	Line Throw
58. Line thrower executing practice throws.	Line Throw
59. The third competitor releasing contact with the wall/edge before the head of the manikin breaks the surface of the water.	Pool Lifesaver Relay
60. A competitor in the Manikin Relay leaving the water after completing their leg of the relay and before the all-clear signal is given.	Manikin Relay
61. The rescue tube not being secured around the victim (judged at the top of the victim's head) before passing the 10m line.	Rescue Tow Relay

<b>Code and Disqualification</b>	<b>Events</b>
62. The victim becoming detached from the rescue tube (other than a technical defect with the tube — see tube defect note) after passing the 10m line and prior to the rescuer touching the finishing edge/wall.	Rescue Tow Relay
63. The victim not being towed on their back and clipped into the rescue tube and behind the rescuer.	Rescue Tow Relay
64. The victim swimming backstroke or any other swim style with an out-of- water arm recovery.  Note: The victim sculling under the water to assist the with tow or the victim repositioning their arms to a position in front of their head to streamline is not a disqualification.	Rescue Tow Relay
65. The victim touching the finishing edge/wall before the rescuer.	Rescue Tow Relay

Note: In the Line Throw event failure to get the victim to the finish wall/edge before the 45-second acoustic completion signal shall be designated DNF, not a DQ