



Verteiler

- Ortsgruppen im Bezirk Oldenburger Land - Diepholz
- Geschäftsstelle des Bezirkes Oldenburger Land - Diepholz
- DLRG Landesverband Niedersachsen
- DLRG Jugend im Landesverband Niedersachsen

Landesverband Niedersachsen
Bezirk Oldenburger Land - Diepholz e.V.
Technische Leitung
Referent Wettkampfwesen
Marie-Luise Schumacher
Äckerstraße 3 a
49424 Lutten
Telefon: 0160 / 78 78 66 0
E-Mail: ref.wettkampf@
oldenburgerland-diepholz.dlrg.de
Internet: www.oldenburgerland-
diepholz.dlrg.de

21. November 2019

– Ausschreibung – Bezirksmeisterschaften im Rettungsschwimmen am 15.02.2020 in Lohne

Liebe Kameradinnen und Kameraden,

zu unserer Bezirksmeisterschaft 2020 laden wir euch hiermit recht herzlich ein.

Wir bitten auch die beigefügte Ausschreibung Wettkampfrichterausbildung zu beachten.

Details zu den Meisterschaften:

Veranstalter: DLRG Bezirk Oldenburger Land-Diepholz

Veranstaltungsleiter: Jan Thölking

Veranstaltungsort: Schwimmhalle am Gymnasium Lohne
An der Kirchenziegelei in 49393 Lohne
Tel. 04442 – 93 61 83 3

Wettkampfbecken: 5 x 25 m

Wassertiefe: 1,80 m bis 4,20 m

Wassertemperatur: ca. 27 Grad C

Allgemeinen Informationen:

Meldungen müssen **bis zum 15.01.2020** bei der folgenden Meldeanschrift eingegangen sein:

DLRG Bezirk Oldenburger Land – Diepholz
Marie-Luise Schumacher
Äckerstraße 3a
49424 Lutten
ref.wettkampf@oldenburgerland-diepholz.dlrg.de

Die Meldungen der Ortsgruppen müssen folgende Angaben enthalten:

Für den gesamten Wettkampf

- Gesamtmeldebogen
- Meldung der Einzelteilnehmer (siehe Meldung Einzelschwimmer/in sowie Anhang 2)
- Meldung der Mannschaften (siehe Meldung Mannschaften sowie Anhang 4)
- Meldung der Kampfrichter (siehe Kampfrichtermeldung sowie Anhang 5)

Die Meldungen sind verbindliche Zusagen.

Es werden nur vollständige Meldungen mit den Vorlagen dieser Ausschreibung berücksichtigt!

Wichtige Information:

Nach der schriftlichen Meldung per Post, erfolgt auch eine elektronische Meldung. Diese Excel – Datei wird nach dem 20.01.2020 der Ortsgruppe per E-Mail gesandt und muss vollständig ausgefüllt zurückgesendet werden. Die genaue Vorgehensweise wird darin beschrieben.

Foto und Videoaufnahmen:

Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass auf der gesamten Veranstaltung (Schwimmwettkämpfe, Siegerehrung, etc.) Video- bzw. Fotoaufnahmen erstellt werden können. Diese Aufnahmen werden evtl. auch für Publikationen verwendet.

Für Kampfrichtermeldung:

Voraussetzung für den Einsatz als Kampfrichter bei diesen Meisterschaften ist die Kampfrichterstufe F1. Es kann theoretische Ausbildung für die Qualifikation der Kampfrichterstufe F1 beim Wettkampfrichterlehrgang am 08.02.2020 in Vechta erworben werden. Der praktische Teil der Ausbildung wird dann bei den Bezirksmeisterschaften am 15.02.2020 absolviert.

Jede teilnehmende Ortsgruppe hat für die Einzelmeisterschaften mindestens eine/n Wettkampfrichter/in, ab vier Einzelschwimmern zwei Wettkampfrichter/innen und ab sechs Einzelschwimmern mindestens vier Wettkampfrichter/innen zu stellen.

Jede teilnehmende Ortsgruppe hat für die Mannschaftsmeisterschaften mindestens eine/n Wettkampfer/in, ab drei Mannschaften zwei Wettkampfrichter/innen, ab fünf Mannschaften drei Wettkampfrichter/innen und ab acht Mannschaften mindestens vier Wettkampfrichter/innen zu stellen. Für nicht gestellte Wettkampfrichter/innen wird die Zulassung der Einzelschwimmer/innen und Mannschaften der jeweiligen Ortsgruppen reduziert.

Landesmeisterschaften:

Die Bezirksmeister/innen sind direkt für die Landesmeisterschaften qualifiziert. Weitere Meldungen können von der Landesverbandsebene entsprechend der erlangten Punktzahlen berücksichtigt werden. Die Meldung erfolgt über die Referentin Wettkampf des Bezirks Oldenburger Land – Diepholz. Die Landesmeisterschaft sowie das Landesjugendtreffen 2020, dessen Anmeldung der Bezirksjugendvorstand entgegennimmt, finden in der Zeit vom 02.04.2020 bis 05.04.2020 in Salzgitter (Bezirk Braunschweig) statt.

Meldungen beim Landesverband müssen zum 29.02.2020 gesammelt durch den Bezirk Oldenburger Land – Diepholz eingereicht werden. Daher sind Meldungen auf Basis der Bezirksmeisterschaft **bis zum 25.02.2020 bei der Referentin Wettkampf des Bezirks Oldenburger Land – Diepholz** einzureichen. Die Meldeunterlagen werden auf den Bezirksmeisterschaften hierzu verteilt. Gerne könne Sie vorab per E-Mail angefordert werden.

Zeitlicher Ablauf der Meisterschaften:

Einlass:	ab 08.00 Uhr
Einschwimmen der Einzelschwimmer:	08.15 Uhr
Wettkampfbesprechung für die Einzelmeisterschaften:	08.30 Uhr
Erster Start für die Einzelmeisterschaften:	08.45 Uhr
Voraussicht letzter Start für die Einzelmeisterschaften:	ca. 12.30 Uhr
Siegerehrung der Einzelmeisterschaft:	15 Minuten nach dem letzten Start

Voraussichtliche Zeiten für die Mannschaftsmeisterschaften

Einschwimmen der Mannschaftsschwimmer:	13.15 Uhr
Wettkampfbesprechung für die Mannschaftsmeisterschaften:	13.30 Uhr
Erster Start für die Mannschaftsmeisterschaften:	14.00 Uhr
Siegerehrung für die Mannschaftsmeisterschaften:	ca. 19.00 Uhr

Pokalverteidiger:

Bitte die Pokale nicht vergessen!

Die Pokale sind Wanderpokale, die jedes Jahr neu vergeben werden. Sie sollten von den Ortsgruppen mit gravierten Schildern versehen werden, bevor sie neu ausgegeben werden. Sie verbleiben erst in der Ortsgruppe, wenn sie drei Mal infolge gewonnen wurden. Folgende Ortsgruppen bringen die im letzten Jahr gewonnen Pokale bitte zum Wettbewerb mit.

Altersklasse:	Ortsgruppe:
AK 12 w	Visbek
AK 12 m	Barßel
AK 13/14 w	Barßel
AK 13/14 m	Bakum
AK 15/16 w	Bassum
AK 15/16 m	Bakum
AK 17/18 w	-----
AK 17/18 m	Barßel
AK offen w	Bakum
AK offen m	Barßel
AK 100 w	Visbek
AK 100 m	Vechta
AK 120w	-----
AK 120m	-----
AK 140 w	Bassum

AK 140 m	Bassum
AK 170w	-----
AK 170m	Visbek
AK 200 w	Bassum
AK 200 m	Steinfeld

Für das leibliche Wohl sorgt eine Cafeteria zu fairen Preisen.

Mit kameradschaftlichem Gruß

Für die Technische Leitung des Bezirkes Oldenburger Land – Diepholz

gez. Jan Thölking
Technischer Leiter – Ausbildung

gez. Marie-Luise Schumacher
Referentin Wettkampf

ANHANG 1 – Disziplinen für Einzelmeisterschaften

Ein Start in der nächsthöheren Altersklasse ist erlaubt. Bei Einzelwettkämpfen erst ab der AK 13 / 14, ausgenommen sind hiervon die Seniorenmeisterschaften.

Es gelten die Wettkampfbedingungen des aktuellen Regelwerks „8390“ (**Stand ab 01.01.2020**).

Folgende Disziplinen werden bei den Altersklassen geschwommen und sind analog zum o. g. Regelwerk:

1. Altersklasse **AK12** (weiblich und männlich) Jahrgang 2008 und jünger

1.1	50m	Hindernisschwimmen	
1.2	50m	Kombiniertes Schwimmen	25m Freistil und 25m Rückenlage ohne Armtätigkeit
1.3	50m	Flossenschwimmen	

2. Altersklasse **AK13/14** (weiblich und männlich) Jahrgang 2006 und 2007

2.1	100m	Hindernisschwimmen	
2.2	50m	Retten einer Puppe	25m Freistilschwimmen, Puppenaufnahme, 25m Schleppen einer Puppe
2.3	50m	Retten einer Puppe mit Flossen	25m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme, 25m Schleppen einer Puppe mit Flossen

3. Altersklasse **AK15/16** (weiblich und männlich) Jahrgang 2004 und 2005

3.1	200m	Hindernisschwimmen	
3.2	50m	Retten einer Puppe	25m Freistilschwimmen, Puppenaufnahme, 25m Schleppen einer Puppe
3.3	100m	Retten einer Puppe mit Flossen	50m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme, 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen
3.4	100m	Kombinierte Rettungsübung	50m Freistilschwimmen, 17,5m Tauchen, Puppenaufnahme, 32,5m Schleppen einer Puppe
3.5	100m	Retten einer Puppe mit Flossen und Gurtretter	50m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme, 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen und Gurtretter
3.6	200m	Super Lifesaver	75m Freistil, Puppenaufnahme, 25m Schleppen der Puppe, Anlegen von Flossen und Gurtretter, 50m Flossenschwimmen mit Gurtretter, Puppenübernahme, 50m Schleppen der Puppe mit Flossen und Gurtretter

4. Altersklasse **AK17/18** (weiblich und männlich) Jahrgang 2002 und 2003

4.1	200m	Hindernisschwimmen	
4.2	50m	Retten einer Puppe	25m Freistilschwimmen, Puppenaufnahme, 25m Schleppen einer Puppe
4.3	100m	Retten einer Puppe mit Flossen	50m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme, 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen
4.4	100m	Kombinierte Rettungsübung	50m Freistilschwimmen, 17,5m Tauchen, Puppenaufnahme, 32,5m Schleppen einer Puppe
4.5	100m	Retten einer Puppe mit Flossen und Gurtretter	50m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme, 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen und Gurtretter
4.6	200m	Super Lifesaver	75m Freistil, Puppenaufnahme, 25m Schleppen der Puppe, Anlegen von Flossen und Gurtretter, 50m Flossenschwimmen mit Gurtretter, Puppenübernahme, 50m Schleppen der Puppe mit Flossen und Gurtretter

5. **Offene Altersklasse** (weiblich und männlich)
Jahrgang 2001 und älter

5.1	200m	Hindernisschwimmen	
5.2	50m	Retten einer Puppe	25m Freistilschwimmen, Puppenaufnahme, 25m Schleppen einer Puppe
5.3	100m	Retten einer Puppe mit Flossen	50m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme, 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen
5.4	100m	Kombinierte Rettungsübung	50m Freistilschwimmen, 17,5m Tauchen, Puppenaufnahme, 32,5m Schleppen einer Puppe
5.5	100m	Retten einer Puppe mit Flossen und Gurtretter	50m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme, 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen und Gurtretter
5.6	200m	Super Lifesaver	75m Freistil, Puppenaufnahme, 25m Schleppen der Puppe, Anlegen von Flossen und Gurtretter, 50m Flossenschwimmen mit Gurtretter, Puppenübernahme, 50m Schleppen der Puppe mit Flossen und Gurtretter

Erläuterungen:

Zu beachten ist weiterhin, dass in den Altersklassen 15/16 m/w 17/18 m/w, offen Damen und Herren Auswahldisziplinen, gemäß aktuell gültigem Regelwerk, angeboten werden. Danach müssen aus den sechs angebotenen Disziplinen vier ausgewählt werden, von denen drei gewertet werden.

6. Altersklasse **AK 25, AK 30, AK 40 und AK 45** (weiblich und männlich)
Jahrgang 1995 und älter

6.1	100m	Hindernisschwimmen	
6.2	50m	Retten einer Puppe	25m Freistilschwimmen, Puppenaufnahme, 25m Schleppen einer Puppe
6.3	100m	Retten einer Puppe mit Flossen	50m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme, 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen
6.4	100m	Retten einer Puppe mit Flossen und Gurtretter	50m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme, 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen und Gurtretter

7. Altersklasse **AK 50 und AK 55** (weiblich und männlich)
Jahrgang 1970 und älter

7.1	100m	Hindernisschwimmen	
7.2	50m	Retten einer Puppe	25m Freistilschwimmen, Puppenaufnahme, 25m Schleppen einer Puppe
7.3	50m	Retten einer Puppe mit Flossen	25m Flossenschwimmen, Puppenaufnahme, 25m Schleppen einer Puppe mit Flossen

8. Altersklasse **AK 60 +** (weiblich und männlich)
Jahrgang 1960 und älter

8.1	50m	Freistil	
8.2	50m	Kombiniertes Schwimmen	25m Freistil und 25m Rückenlage ohne Armtätigkeit
8.3	25m	Schleppen einer Puppe	

Es gelten die neuesten Wettkampfregele und Durchführungsbestimmungen für Meisterschaften und Rettungswettkämpfe im Rettungsschwimmen gültig ab 1. Januar 2020.

ANHANG 2 – Meldung der Einzelschwimmer/innen

DLRG Ortsgruppe _____

Bezirk Oldenburger Land - Diepholz

Marie-Luise Schumacher

Äckerstraße 3 a

49424 Lutten

Meldeschluss: 15.01.2020

Meldung Bezirksmeisterschaften am Samstag, den 15.02.2020, in Lohne

Ansprechpartner der o. g. Ortsgruppe für und beim Wettkampf ist:

Name: _____

Telefon-Nr.: _____

E-Mail: _____

Es werden nur vollständige Meldungen mit Verwendung dieser Vorlage berücksichtigt!

Hiermit melden wir folgende Einzelschwimmer/innen für die Bezirksmeisterschaften 2020 an.
Bitte leserlich schreiben, damit wir sowohl ein richtiges Meldeergebnis erstellen als auch im Vorfeld die Urkunden bereits richtig vorbereiten können.

Hinweis: Fallen qualifizierte Teilnehmer aus, können dafür die lt. Protokoll Nachplatzierten bis zum Meldeschluss gemeldet werden.

Altersklasse	1. Teilnehmer	2. Teilnehmer
AK 12 w		---- kein 2. TN ----
AK 12 m		---- kein 2. TN ----
AK 13/14 w		---- kein 2. TN ----
AK 13/14 m		---- kein 2. TN ----
AK 15/16 w		
AK 15/16 m AK 17/18 w		
AK 17/18 m		
AK offen w		
AK offen m		
AK 25 w		
AK 25 m		
AK 30 w		

AK 30 m		
AK 35 w		
AK 35 m		
AK 40 w		
AK 40 m		
AK		
AK		
AK		
AK		
AK		

ANHANG 3 – Disziplinen für Mannschaftmeisterschaften

Es wird jeweils in der weiblichen und männlichen Klasse gestartet. Gemischte Mannschaften sind möglich, werden in der jeweiligen Altersklasse männlich gewertet.

Folgende Disziplinen werden bei den Altersklassen geschwommen und sind analog zum o. g. Regelwerk:

1. Altersklasse **AK12** (5 Mannschaftsmitglieder weiblich, männlich oder gemischt) Jahrgang 2008 und jünger

1.1	4x50m	Hindernisstafel	
1.2	4x25m	Rettungsstafel	1. Flossenschwimmen 2. Freistil 3. Rückenlage ohne Armtätigkeit mit Flossen 4. Rücklage ohne Armtätigkeit
1.3	4x25m	Gurtretterstafel	2. bis 4. startet aus dem Wasser
1.4	4x25m	Rückenlage Armtätigkeit	ohne

2. Altersklasse **AK13/14** (5 Mannschaftsmitglieder weiblich, männlich oder gemischt) Jahrgang 2006 und 2007

2.1	4x50m	Hindernisstafel	
2.2	4x50m	Rettungsstafel	1. 50m Freistil, 2. 50m Flossenschwimmen, ggf. bei 50m Puppenaufnahme und Puppenübergabe an 3 übergeben, 3. 50m Schleppen einer Puppe, 4. 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen
2.3	4x50m	Gurtretterstafel	1. 50m Freistilschwimmen, 2. 50m Flossenschwimmen, 3. 50m Freistilschwimmen mit Gurtretter, wird auf der 4. Teilstrecke zum Verunglückten 4. 50m Flossenschwimmen mit Gurtretter und Verunglücktem
2.4	4x25m	Puppenstafel	

3. Altersklasse **AK15/16** (5 Mannschaftsmitglieder weiblich, männlich oder gemischt) Jahrgang 2004 und 2005

3.1	4x50m	Hindernisstafel	
3.2	4x50m	Rettungsstafel	1. 50m Freistil, 2. 50m Flossenschwimmen, ggf. bei 50m Puppenaufnahme und Puppenübergabe an 3 übergeben, 3. 50m Schleppen einer Puppe, 4. 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen
3.3	4x50m	Gurtretterstafel	1. 50m Freistilschwimmen, 2. 50m Flossenschwimmen, 3. 50m Freistilschwimmen mit Gurtretter, wird auf der 4. Teilstrecke zum Verunglückten 4. 50m Flossenschwimmen mit Gurtretter und Verunglücktem
3.4	4x25m	Puppenstafel	

4. Altersklasse **AK17/18** (5 Mannschaftsmitglieder weiblich, männlich oder gemischt) Jahrgang 2002 und 2003

4.1	4x50m	Hindernisstafel	
4.2	4x50m	Rettungsstafel	1. 50m Freistil, 2. 50m Flossenschwimmen, ggf. bei 50m Puppenaufnahme und Puppenübergabe an 3 übergeben, 3. 50m Schleppen einer Puppe, 4. 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen
4.3	4x50m	Gurtretterstafel	1. 50m Freistilschwimmen, 2. 50m Flossenschwimmen,

			3. 50m Freistilschwimmen mit Gurtretter, wird auf der 4. Teilstrecke zum Verunglückten 4. 50m Flossenschwimmen mit Gurtretter und Verunglücktem
4.4	4x25m	Puppenstaffel	

5. **Offene Altersklasse** (5 Mannschaftsmitglieder weiblich, männlich oder gemischt)
Jahrgang 2001 und älter

5.1	4x50m	Hindernisstafel	
5.2	4x50m	Rettungsstaffel	1. 50m Flossenschwimmen, 2. 25m Tauchen mit Flossen, 25m Schwimmen mit - Flossen, bei 50m Puppenaufnahme und Puppenübergabe an 3 übergeben, 3. 50m Schleppen einer Puppe, 4. 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen
5.3	4x50m	Gurtretterstaffel	1. 50m Freistilschwimmen, 2. 50m Flossenschwimmen, 3. 50m Freistilschwimmen mit Gurtretter, wird auf der 4. Teilstrecke zum Verunglückten 4. 50m Flossenschwimmen mit Gurtretter und Verunglücktem
5.4	4x25m	Puppenstaffel	

6. **AK 100, AK 120, AK 140, AK 170 und AK 200**
(max. 5 Mannschaftsmitglieder weiblich, männlich oder gemischt)
Jahrgang 1995 und älter

Über die Zugehörigkeit zu den Altersklassen entscheidet die Summe des Lebensalters (ausschlaggebend ist das Geburtsjahr) der vier jüngsten Mannschaftsmitglieder.

6.1	4x50m	Hindernisstafel	
6.2	4x50m	Rettungsstaffel	1. 50m Flossenschwimmen, 2. 25m Tauchen mit Flossen, 25m Schwimmen mit - Flossen, bei 50m Puppenaufnahme und Puppenübergabe an 3 übergeben, 3. 50m Schleppen einer Puppe, 4. 50m Schleppen einer Puppe mit Flossen
6.3	4x50m	Gurtretterstaffel	1. 50m Freistilschwimmen, 2. 50m Flossenschwimmen, 3. 50m Freistilschwimmen mit Gurtretter, wird auf der 4. Teilstrecke zum Verunglückten 4. 50m Flossenschwimmen mit Gurtretter und Verunglücktem
6.4	4x25m	Puppenstaffel	

7. Altersklasse **AK 240, AK 280 +**
(max. 5 Mannschaftsmitglieder weiblich, männlich oder gemischt)
Jahrgang 1995 und älter

Über die Zugehörigkeit zu den Altersklassen entscheidet die Summe des Lebensalters (ausschlaggebend ist das Geburtsjahr) der vier jüngsten Mannschaftsmitglieder.

7.1	4x50m	Freistilstafel	
7.2	4x25m	Rettungsstaffel	1. Flossenschwimmen 2. Freistil 3. Rückenlage ohne Armtätigkeit mit Flossen 4. Rücklage ohne Armtätigkeit
7.3	4x25m	Rückenlage Armtätigkeit	ohne

Es gelten die neuesten Wettkampfregeln und Durchführungsbestimmungen für Meisterschaften und Rettungswettkämpfe im Rettungsschwimmen gültig ab 1. Januar 2020.

ANHANG 4 – Meldung der Mannschaften

DLRG Ortsgruppe _____

Bezirk Oldenburger Land - Diepholz

Marie-Luise Schumacher

Äckerstraße 3 a

49424 Lutten

Meldeschluss: 15.01.2020

Meldung Bezirksmeisterschaften am Samstag, den 15.02.2020, in Lohne

Ansprechpartner der o. g. Ortsgruppe für und beim Wettkampf ist:

Name: _____

Telefon-Nr.: _____

E-Mail: _____

Es werden nur vollständige Meldungen mit Verwendung dieser Vorlage berücksichtigt!

Hiermit melden wir folgende Mannschaften für die Bezirksmeisterschaften 2020 an. Der namentliche Mannschaftsmeldebogen wird spätestens am 22.02.20 bei der Wettkampfbesprechung abgegeben.

Bitte leserlich schreiben, damit wir sowohl ein richtiges Meldeergebnis erstellen als auch im Vorfeld die Urkunden bereits richtig vorbereiten können.

Altersklasse	Anzahl Mannschaften
AK 12 w	
AK 12 m	
AK 13/14 w	
AK 13/14 m	
AK 15/16 w	
AK 15/16 m	
AK 17/18 w	
AK 17/18 m	
AK offen w	
AK offen m	
AK	
AK	
AK	
AK	
AK	
AK	
AK	
AK	

ANHANG 5 – Kampfrichtermeldung

DLRG Ortsgruppe _____

Bezirk Oldenburger Land - Diepholz
Marie-Luise Schumacher
Äckerstraße 3 a

49424 Lutten

Meldeschluss: 15.01.2020

Kampfrichtermeldung für am Samstag, den 15.02.2020, in Lohne

Hiermit melden wir folgende Kampfrichter für die Bezirksmeisterschaften 2020 an:

Name:	Vorhandene Wettkampfrichterstufe:	Letzte Einsätze:

Weiterhin melden wir folgende Teilnehmer für den Wettkampfrichterlehrgang F1 am 08.02.2020 in Vechta

Meldung bis zum 15.01.2020 per Mail an ref.wettkampf@oldenburgerland-diepholz.dlrg.de!

ANHANG 6 - Regelwerk

Das Regelwerk, und die Checkliste können unter den folgenden Links heruntergeladen werden:

<http://www.dlrg.de/fuer-mitglieder/einsatz-und-medizin/rettungssport/regelwerke.html>

Die Dateien haben folgende Namen:

- Das Regelwerk gültig ab 1. Januar 2020
- Kampfrichteranweisung:
 _Kampfrichteranweisung2015.pdf
 (7. überarbeitete Auflage, 2015)
- Antidopingordnung der DLRG:
 ADO2011.pdf
- Selbsterklärung zur Gesundheit:
 erklaerung_gesundheitszustand_n.pdf
- Nachweis der Einsatzfähigkeit:
 Bescheinigung-kombiUebung-2016.pdf

Die Folgenden Merkblätter findet ihr auf der Seite Merkblätter und ergänzende Informationen:

<http://www.dlrg.de/fuer-mitglieder/einsatz-und-medizin/rettungssport/merkblaetter-und-ergaenzende-informationen.html>

- Hinweis zur Nutzung von Schwimmbrillen:
 Merkblatt_M3-001-06.pdf
- Hinweis zur erlaubten Badebekleidung:
 Merkblatt_E9-001-10-Schwimmkleidung.pdf
- Selbsterklärung zum Gesundheitszustand:
 Merkblatt_M3-002-15.pdf
- Formblatt zum Nachweis der kombinierten Übung:
 Bescheinigung-kombiUebung-2016.pdf
- Wertungstabelle:
 Die aktuelle Liste der Rekorde wird erst Anfang 2020 veröffentlicht.