



Schwimmregeln



Regel 1: Reihenfolge

Wir nehmen alle Rücksicht aufeinander. **Schnellere und geübtere Schwimmer nehmen besondere Rücksicht auf Langsamere.**

In einer Bahn sollte möglichst immer der **schnellste vorne und der langsamste hinten** schwimmen. Zudem sollte immer ausreichend Abstand eingehalten werden.

Regel 2: Überholen

Das Berühren von anderen Schwimmern ist normalerweise tabu. Sobald es in einer Bahn eng wird, sollte aber dem Überholenden, das **Überholen durch zwei- bis dreimaliges feines Antippen des linken Fußes** des zu Überholenden ankündigen. Beim Überholtwerden sollte man sein **Tempo nicht steigern sondern eher reduzieren.**

Falls man als langsamerer Schwimmer bemerkt, dass schnellere Schwimmer von hinten aufschließen, sollte man sie an der nächsten Wende vorbeiziehen lassen. Der **langsamere Schwimmer sollte bei der nächsten Wende in der rechten Ecke der Bahn anhalten und den Schnelleren vorbeilassen.** Wenn der oder die Langsamere diese Regel nicht kennt, muss der Schnellere unter Beachtung der entgegenkommenden Schwimmer versuchen, nach der Wende zu überholen oder dem/der Langsameren die Regel erklären. Das Überholen unmittelbar vor oder nach der Wand klappt nur, wenn alle in der Bahn wissen, wie man das macht, um Kollisionen zu vermeiden.

Regel 3: Wenden

Die Wende sollte **links von der Bahnmitte** oder - wenn kein Gegenverkehr herrscht - **bei der linken Leine** erfolgen.

Bei der Wende darf die **Bahnmitte nicht mit Warten blockiert** werden. Aufpassen auf herannahende Schwimmer!

Wenn man einen Schwimmer auf den Fersen hat, der mit Antippen des Fußes das Überholzeichen gegeben hat, dann sollte kurz rechts an der Bahn angehalten werden und mit einem Blick nach hinten geprüft werden, ob evtl. ein weiterer Schwimmer vorbei möchte.

Regel 4: Ausruhen

Ausruhende oder wartende Schwimmer sollten in der **rechten Ecke der Bahn** (vom heranschwimmenden Schwimmer aus gesehen) warten. Zusätzliche wartende Schwimmer sollten sich **rechts an der Leine** und **nicht vor der Wand** aufreihen, damit der Platz zum Wenden nicht versperrt wird.