

Kampfrichter-Hilfe WB „kurz und knapp“

Schwimmart ►	Freistil (F)	Rücken (R)	Brust (B)	Schmetterling (S)	Lagen (L)	Lagenstaffel (LS)
Start	durch Sprung, 1 Fuß Vorderkante Startblock anschl. max. 15m Tauchen	im Wasser, Mind. 1 Zehe jedes Fußes an der Matte/Wand, Abstoß in Rückenlage anschl. max. 15m Tauchen	durch Sprung, 1 Fuß Vorderkante Startblock anschl. max. 1 Tauchzug und 1 Delfinbeinschlag	durch Sprung, 1 Fuß Vorderkante Startblock anschl. max. 15m Tauchen (hierbei max. 1 Armzug)	durch Sprung, 1 Fuß Vorderkante Startblock anschl. max. 15m Tauchen (hierbei max. 1 Armzug)	im Wasser, Mind. 1 Zehe jedes Fusses an der Matte/Wand, Abstoß in Rückenlage anschl. max. 15m Tauchen
Schwimmstrecke	beliebig Nach 15m darf der Körper nie mehr ganz untergetaucht sein	in Rückenlage Nach 15m darf der Körper nie mehr ganz untergetaucht sein, außer zum Zielanschlag (s.u.)	in Brustlage Arm- und Beinbewegungen jeweils gleichzeitig (kein Wechsel- oder Delfinbeinschlag) Füße bei Rückwärtsbewegung nach außen gedreht. Ellenbogen nicht über Wasser. Zyklus: 1 Armzug, 1 Beinschlag	in Brustlage Armbewegungen nach vorn gleichzeitig über, nach hinten gleichzeitig unter Wasser Beinbewegungen gleichzeitig (kein Wechsel- oder Brustbeinschlag)	Reihenfolge: S, R, B, F (siehe jeweils dort)	Reihenfolge: R, B, S, F (siehe jeweils dort)
Wende	Anschlag mit beliebigem Körperteil anschl. max. 15m Tauchen	Anschlag mit beliebigem Körperteil (auch in Brustlage, gilt nur für die Wende) Abstoß in Rückenlage, anschl. max. 15 m Tauchen	Anschlag mit beiden Händen gleichzeitig in Brustlage (nicht aufeinanderliegend) anschl. max. 1 Tauchzug und 1 Delfinbeinschlag	Anschlag mit beiden Händen gleichzeitig in Brustlage (nicht aufeinanderliegend) anschl. max. 15 m Tauchen (hierbei max. 1 Armzug)	Anschlag entsprechend <u>beendeter</u> Schwimmart Abstoß entsprechend <u>beginnender</u> Schwimmart	(siehe entsprechende Schwimmart)
Ziel	Anschlag mit beliebigem Körperteil	Anschlag mit beliebigem Körperteil in Rückenlage. Letzte 5m untergetaucht erlaubt.	Anschlag mit beiden Händen gleichzeitig in Brustlage (nicht aufeinanderliegend)	Anschlag mit beiden Händen gleichzeitig in Brustlage (nicht aufeinanderliegend)	Ziel-Anschlag mit beliebigem Körperteil	Ziel-Anschlag mit beliebigem Körperteil
Besonderheiten	bei L oder LS: alles außer R/B/S	Wende: nach Drehung in Brustlage: kontinuierlicher Armzug, dem die Wenden- bewegung unverzüglich folgt			Freistilstrecke = alles außer R/B/S	Freistilstrecke = alles außer R/B/S