

VORLÄUFIGES PROGRAMM

(Änderungen des Programms (z.B. Zeiten und Orte) durch den Veranstalter sind möglich)

Freitag

ab ca. 17.30 Uhr

im Anschluss

Anreise

Anmeldung mit Zeltplatzeinweisung
(beim roten Pavillon vor dem Zeltplatz)

„Welcome Back in Holzwickede“

Bei der Veranstaltung sind selbstverständlich **alle** Ortsgruppen
herzlich eingeladen! Wir bieten Verpflegung vom Grill und Getränke
zum Selbstkostenpreis an.

Samstag

08.00 – 9.45 Uhr

10.15 - 10.30 Uhr

10.45 Uhr

ca. 11.00 Uhr

ca. 16.15 Uhr

(abhängig vom Elite-Cup)

ca. 18.30 Uhr

ca. 20.00 Uhr

Wettkampf

Frühstück

Anmeldung oder „Ummeldungen“

Mannschaftsführerbesprechung &

Kampfrichterbesprechung

Wettkampfbeginn

Im Anschluss an den Wettkampf findet der Elite-Cup
statt.

Siegerehrung

Abendessen

Party



Sonntag

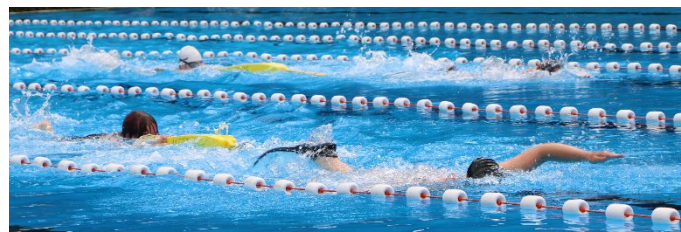
08.00 Uhr – 9.45 Uhr

ab 09.30 – 11.00 Uhr

Abreise

Frühstück

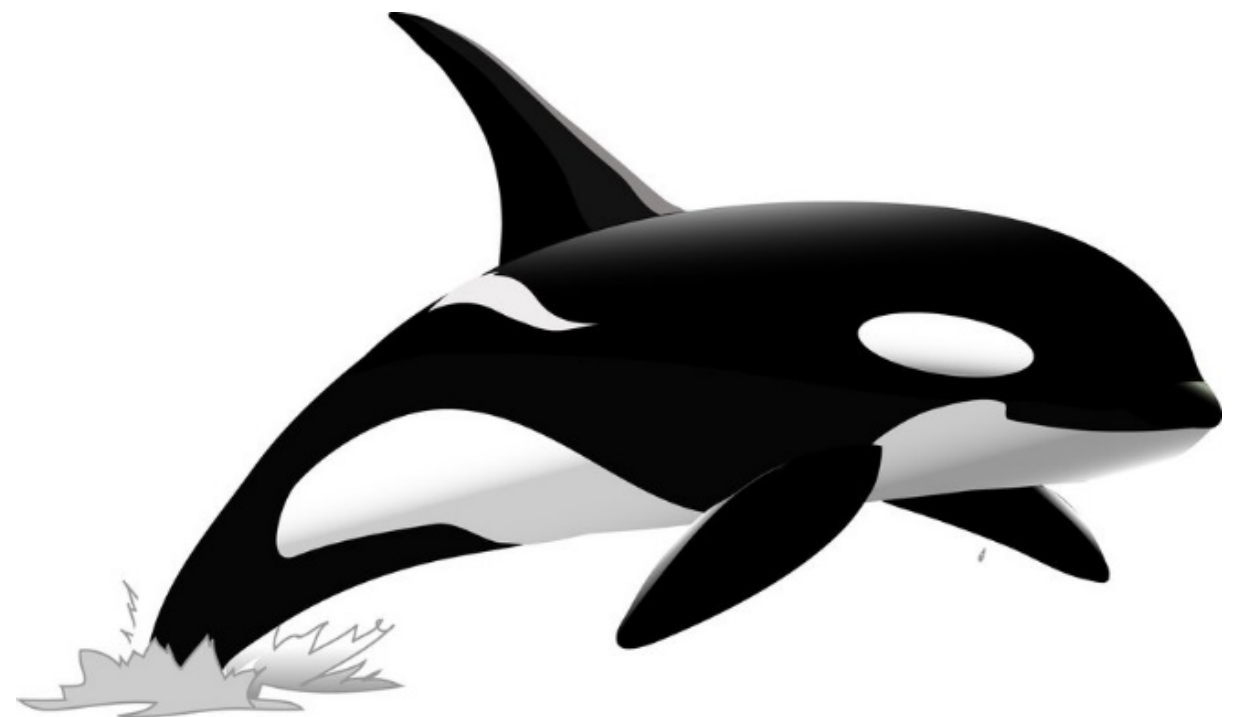
Abmeldung, Abschied nehmen und bis
zum nächsten Jahr



Ausschreibung

30. Freundschaftswettkampf

DLRG „Orca“ Holzwickede



vom 03. Juli bis zum 05. Juli 2026



Liebe Kameradinnen und Kameraden,

es ist wieder soweit – unser 30. Wettkampf-Spaß-Wochenende steht vor der Tür! Seit vielen, vielen Jahren bringt unser Freundschaftswettkampf engagierte Rettungsschwimmerinnen und Rettungsschwimmer bei Sport, zelten und Party zusammen. Denn neben den Wettkämpfen erwarten euch viele bekannte Gesichter, neue Freundschaften und ein unvergessliches Wochenende.

Alles unter dem Motto: **SOMMER, SONNE, FREIBAD und eine geile Party!** Seid gespannt, was euch erwartet!

Der Wettkampf startet traditionell mit der AK U9 und führt durch alle Altersklassen bis zur AK Ü30, in der auch die Betreuer ihr Können unter Beweis stellen können. Übernachtet wird im großen Zeltlager direkt am Freibad – bitte nutzt Mehrpersonenzelte!

Am Freitagabend laden wir zu einem gemütlichen Grillen und Beisammensein ein. Samstagabend steht eine große Party auf dem Plan. Wir freuen uns auf euch. Lasst uns das Jubiläum feiern!

Anmeldungen sind bis zum **11.06.2026** über unsere Webseite möglich: <https://holzwickede.dlrg.de>.

Bei Fragen: wettkampf@holzwickede.dlrg.de

Wir freuen uns auf euch, Euer ORCA ORGA-Team 12 q1



WETTKAMPF

Altersklassen

AK u9	Jg. 2017 und jünger	bis einschließlich 9 Jahre
AK 12	Jg. 2016 bis 2014	bis einschließlich 12 Jahre
AK 13/14	Jg. 2013 und 2012	13 und 14 Jahre
AK 15/16	Jg. 2011 und 2010	15 und 16 Jahre
AK 17/18	Jg. 2008 und 2009	17 und 18 Jahre
AK Offen	Ab Jg. 2007	ab 19 Jahre
AK Ü30	Ab Jg. 1996	ab 30 Jahre

Über die Zugehörigkeit zu den Altersklassen entscheidet das Geburtsjahr im jeweiligen Wettkampffahr. Ein Starten in nächst höheren Altersklassen ist gestattet, ausgenommen AK Ü30.

Disziplinen Rescue Cup (Regelwerk vom aktuellen Wettkampffahr)

AK u9 und 12	4x 25m	Freistilstaffel (3.1)
	4x 25m	Gurtretterstaffel (3.5)
	4x 25m	Überraschungsdisziplin (wird vor Ort bekannt gegeben)

AK 13/14 und Älter	4x 50m	Freistilstaffel (3.1)
	4x 50m	Gurtretterstaffel (3.6)
	4x 50m	Rettungsstaffel (3.8)

Sonderwertung Elite-Cup

Mannschaft:	Jeweils 8 Schwimmer (mind. 3 Schwimmerinnen pro Mannschaft)
Strecke:	In Staffelform, geschwommen werden 100m
Disziplin:	Freistil mit Flossen
Sieg:	Es gewinnt die Mannschaft, die im Verlauf von 30 Minuten die meisten Meter zurücklegt
Start:	Direkt im Anschluss an den Rescue Cup

Es besteht die Möglichkeit einen „Mini-Elite-Cup“ durchzuführen (AK u9 und AK 12). Geschwommen wird in Staffelform eine Bahn (50m), verkürzte Zeit und **ohne** Flossen.

Mitzubringen von den Ortsgruppen

- 1x Rettungspuppe
- 1x gelber Gurtretter
- Mind. 1x. Zeitnehmer - gerne mehr, damit „durchgetauscht“ werden kann
- und natürlich: Gute Laune und hochmotivierte Schwimmerinnen und Schwimmer