



## Informationen für euren ersten Wettkampf

Liebe Schwimmer/innen, liebe Eltern,

nachstehend noch einige Infos für deinen ersten Wettkampf:

- Die Betreuung übernimmt dein/e Trainer/Trainerin.
- Wann, wo und was du schwimmst wird ca. 1 Woche vor dem Wettkampf in den Infokasten im Hallenbad aufgehängt und auf die Homepage des Vereins gestellt. Dort ist auch ein Link zum Meldeergebnis zu finden.
- Treffen ist immer zur Einlass- bzw. Einschwimmzeit im Bad des Wettkampfortes. Die Adresse steht auf dem Kastenaushang bzw. auf der Internetseite:
  - Bitte pünktlich erscheinen, da das Einschwimmen ein wichtiger Bestandteil des Wettkampfes ist und du dich an das neue, andere Becken usw. gewöhnen musst.
  - Vor dem Einschwimmen beim Trainer/in melden, damit man dir sagen kann, was du einschwimmen bzw. auf was du achten sollst.
- Folgende Sachen sind mitbringen:
  - Badehosen bzw. -anzüge zum Wechseln (Anzahl richtet sich nach der Anzahl der Starts)
  - 3 oder 4 Handtücher
  - Badeschlappen
  - T-Shirt und kurze Hose
  - Getränke und Essen (z.B. Nudeln, Wasser, Apfelschorle)
  - Evtl. Campingstühle (Vor allem bei Freibadwettkämpfen)
- Vor und nach jedem Start bei deinem Trainer/in melden, er/sie sagt auf was du achten sollst bzw. wie du geschwommen bist.

Ich wünsche Euch viel Erfolg!

Liebe Grüße  
Sabine Wagner  
SSC´90 SH-Stukenbrock