



Coaches Manual: Schwimmen

Version Mai 2022

Das Coaches Manual ist ein offizielles Dokument von Special Olympics Switzerland (SOSWI). Hier finden Coaches in der Vorbereitung auf die National Summer Games St. Gallen 2022 die wichtigsten Informationen zum Schwimmen.

Die erste Version des Coaches Manuals wird im November 2021 publiziert. Danach wird das Dokument bis zu Beginn der Spiele schrittweise ausgearbeitet. Es ist auf der [Webseite](#) verlinkt.

1. Organisation

Datum	Donnerstag, 16. – Sonntag, 19. Juni 2022
Austragungsort	Hallenbad Blumenwies, Martinsbruggstrasse 25, 9016 St. Gallen
Veranstalter	<u>Organisation:</u> Verein «NSG SG 2022», www.sg2022.ch <u>Sport und Akkreditierung:</u> Special Olympics Switzerland, Tel. 0800 222 666 www.specialolympics.ch
Technical Delegate (Wettkampfleiter)	Ocker Alexander, Technical Delegate Schwimmen, Special Olympics Switzerland Mobile: +41 78 636 21 39, Mail: a.ocker@icloud.com Assistant TD: Anina Pousaz
Lokaler Partner	Schwimmverein St. Gallen Wittenbach Günter Parfuss, guenter.parfuss@svsw.ch
GMS Officials	Diego Kaufmann, GMS Official, Special Olympics Switzerland



2. Anmeldung

Anzahl Teilnehmende	217 Athleten
Levels & Disziplinen	<p>Kategorie 1: 15m mit Hilfspersonal & 15m mit Schwimmhilfe 25m mit Hilfspersonal & 25m mit Schwimmhilfe</p> <p>Kategorie 2: 25m Freistil/Rücken/Brust; 50m Freistil; 4x25m Staffel und 4x50m Staffel (nur für Schwimmer, die im 50m Freistil teilnehmen)</p> <p>Kategorie 3: 25m Delfin; 50m Freistil/Rücken/Brust; 100m & 200m Freistil; 4x25m und 4x50m Staffel</p> <p>Jeder Schwimmer kann sich nur in einer Kategorie anmelden.</p> <p>Die Staffel kann aus Schwimmern der Kategorien 2 und 3 bestehen. Die Anmeldung der Staffel hat bereits stattgefunden. Wenn ein*e Athlet*in an den NSG nicht teilnehmen kann, kann diese*r mit einem anderen Schwimmer*in aus der gleichen oder einer anderen Gruppe/Institution ersetzt werden.</p>
Teilnahmebeschränkung	<p>Kategorie 1: Athleten dieser Kategorie können sich in höchstens 2 Disziplinen anmelden.</p> <p>Kategorie 2+3: Jede(r) Teilnehmer(in) kann sich in höchstens zwei Disziplinen und zusätzlich in der Staffel starten.</p>



3. Programm

<p>Programm</p>	<p>Mittwoch, 15. Juni 2022 16:00 – 20:00 Uhr Check In</p> <p>Donnerstag, 16. Juni 2022 09:00 – 09:45 Uhr Coaches Meeting, Hallenbad Blumenwies 10:00 – 16:00 Uhr Divisioning 18:30 – 21:30 Uhr Eröffnungsfeier</p> <p>Freitag, 17. Juni 2022 09:30 – 16:45 Uhr Divisioning & Finals 13:30 – 17:30 Uhr Siegerehrungen Finals (fortlaufend nach den Finals)</p> <p>Samstag, 18. Juni 2022 09:30 – 16:30 Uhr Divisioning & Finals 10:00 – 17:30 Uhr Siegerehrungen (fortlaufend nach den Finals)</p> <p>Sonntag, 19. Juni 2022 09:30 – 12:00 Uhr Finals 09:30 – 13:00 Uhr Siegerehrungen (fortlaufend nach den Finals) 11:30 – 13:45 Uhr Mittagessen in Blumenwies 14:30 – 15:30 Uhr Schlussfeier</p>
<p>Siegerehrungen</p>	<p>Die Siegerehrungen finden in allen Disziplinen direkt im Anschluss an die Finale und nach Ablauf der Protestzeit statt.</p> <p>Die Siegerehrungen für Schwimmen sind ausserhalb des Hallenbads Blumenwies in einem Zelt geplant. Die Schwimmer müssen somit für die Verschiebung vom Hallenbad zum Ort der Siegerehrung dementsprechende Kleider (z.B. Bademantel) anziehen.</p>
<p>Coach Meeting</p>	<p>An den Coaches Meetings werden wichtige, sportartenspezifische Informationen abgegeben.</p> <p>Jede Gruppe ist selbst dafür verantwortlich, dass der Head Coach am Meeting teilnimmt. Der Head Coach kann höchstens durch einen anderen Coach derselben Gruppe vertreten werden. Der Head Coach kann sich nicht durch einen Delegation Liaison vertreten lassen.</p> <p>Das erste Coach Meeting findet am Donnerstagmorgen, 16.06.22 im Hallenbad statt.</p> <p>Je nach Bedarf findet auch am Freitag, am Samstag und am Sonntag ein Meeting statt. Dies wird aber zu gegebener Zeit im Hallenbad verkündet.</p>



Athlete's Flow	<p>Zwischen den Wettkämpfen sind die Athleten durch ihre Coaches und DL's betreut.</p> <p>Während des Wettkampfes gilt der «Athlete's Flow». Das heisst: Betreuung durch die Organisatoren von Call-Room bis ins Ziel bzw. bei den Finals bis nach Siegerehrung</p>
-----------------------	--

4. Reglement

Reglement	<p>Die Wettkämpfe werden gemäss dem Reglement von SOSWI durchgeführt: http://www.specialolympics.ch/sports/schwimmen/</p> <p>Reglement und Coaches Manual sind die offiziellen technischen Dokumente für den Wettkampf.</p>
Divisioning	<p>Für alle Disziplinen findet das Divisioning am Donnerstag, 16.06.2022, am Freitag 17.06.2022 und am Samstag 18.06.2022 statt.</p> <p>Die Athleten werden aufgrund des Divisionings in Leistungskategorien eingeteilt.</p> <p>Je nach Teilnehmerzahl kann der Technical Delegate bei der Einteilung in spezielle Serien auf Geschlecht und/oder von Alter Rücksicht nehmen.</p> <p>Falls ein Schwimmer oder eine Staffel aufgrund seiner/ihrer Leistung im Divisioning für die Finals zu tief eingestuft wird, steht der Coach in der Verantwortung dies zu melden. Er hat mittels eines sogenannten „Improved Performance“ Formulars die Möglichkeit, bei der Jury eine entsprechend leistungsgerechte und bessere Einteilung zu reklamieren.</p>
Maximum Effort Rule	<p>Sämtliche Athleten sind verpflichtet, im Divisioning und in den Finals ihre beste Leistung zu zeigen. Die Maximum Effort Rule wird im Wettkampf beachtet, wobei folgende Parameter gelten:</p> <p>20% Leistungssteigerung vom Divisioning zum Final für Level 1</p> <p>15% Leistungssteigerung vom Divisioning zum Final für Level 2+3</p> <p>Grössere Leistungssteigerungen als die definierten führen gemäss Reglement zur Disqualifikation des Athleten.</p>
Informationen zu den Wettkämpfen	<p>Level 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> - mit Hilfe einer Schwimmhilfe: die Athleten schwimmen selbständig aber mit Hilfe eines Schwimmobjektes. Die Schwimmhilfe soll beim Auftrieb helfen, aber nicht in der Fortbewegung. <p>Die Schwimmhilfe muss die gleiche für Divisioning und Final sein.</p>



	<p>- mit Hilfe eines Helfers: die Athleten schwimmen ohne Schwimmhilfe, jedoch mit einem Helfer. Die Helfer können die Athleten nicht ziehen oder stossen</p> <p>Während den 4x25m und 4x50m Staffeln können Athleten vom Level 2 und 3 zusammengeführt werden.</p> <p>50m Freistil: ein einziges Rennen ist für diese Disziplin vorgesehen. Die Athleten von Level 2 und 3 werden zusammengeführt.</p> <p>Abkürzungen für den Start:</p> <ul style="list-style-type: none"> - W: Wasserstart - H: Benötigt Hilfe zum Wasser - R: Schwimmt in einer Randbahn
Offizielle	Werden vom Schwimmverein St. Gallen Wittenbach und SOSWI nominiert.
Jury	<ul style="list-style-type: none"> • Alexander Ocker, Technical Delegate SOSWI • Günter Parfuss, Schwimmverein St. Gallen Wittenbach • 2 Schiedsrichter: <ul style="list-style-type: none"> - Katja Trolp - Peter Stalder
Proteste	<p>Das Protest-Formular kann vom Coach am Sport Office (im Hallenbad) bezogen werden; dieses Dokument muss vom Coach ergänzt- und das Motiv des Protestes muss ausgiebig begründet werden.</p> <p>Der Protest muss <u>maximal 15 Minuten nach der Verkündung der Resultate bei der Jury deponiert werden.</u></p> <p>Die Jury entscheidet über die Proteste. Gegen den Juryentscheid ist es möglich, ein Protest an die Berufungsjury einzureichen (per Email: sport@specialolympics.ch). Der Entscheid der Berufungsjury ist definitiv und unanfechtbar.</p> <p>Es kann kein Protest gegen das Divisioning gestellt werden</p>
Coaching	<p>Der Coach kann unter keinen Umständen in die «neutrale Zone» eintreten, die um das Schwimmbecken geht und dort wo die Schwimmer warten. Bitte beachtet dafür auch den Punkt 3.5. Coaching des Reglements von SOSWI.</p> <p>Diese Regel gilt ebenfalls für die Staffel. Für die Staffel markieren die Coaches ihre Athleten mit einer nicht zu entfernenden Markierung (1,2,3 und 4) am Arm.</p> <p>Die oben erwähnte Regel gilt nicht für den Coach, der einen Schwimmer im Level 1 begleitet, oder einen Schwimmer mit</p>



	<p>schwererer Beeinträchtigung begleiten muss. Dies muss jedoch bereits bei der Registrierung entsprechend vermerkt werden.</p>
<p>Startlisten und Resultate</p>	<p>Die Startlisten und Resultate werden von SOSWI anhand des GMS (Games Management System) erstellt. Weiter kommt die halbautomatische Zeitmessung ALGE zum Zuge.</p> <p>Die Startlisten werden am Wettkampfort physisch an die Head Coaches abgegeben. Für jede Sportgruppe ist ein Exemplar vorgesehen.</p> <p>Am Wettkampfort gibt es einen Aushang mit den Startlisten wie auch den Resultaten.</p>
<p>Disqualifikation während des Divisionings</p>	<p>Ein Schwimmer, der während des Divisionings disqualifiziert wird, kann trotzdem an den Finals teilnehmen.</p> <p>In diesem Fall wird die Zeit seiner Einschreibung berücksichtigt. Oder aber es wird die Zeit auf dem Formular «Improved Performance Form» genommen. Dieses Formular wird vom Technical Delegate oder vom GMS Official am Wettkampfort ausgehändigt.</p> <p>Auf keinen Fall kann der Coach seinen Schwimmer nach das Registrierungstermin in eine andere Disziplin und Distanz einschreiben.</p>
<p>Staffel</p>	<p>Die Zusammensetzung der Namen mit der Reihenfolge (von 1 bis 4) sowie die Gesamtzeit jeder Staffel müssen auf dem dafür vorgesehenen Formular während der Registrierungsphase notiert werden.</p> <p>Wenn ein Athlet nach dem Registrierungstermin ersetzt werden muss, dann muss dies sofort am Technical Delegate mitgeteilt werden.</p> <p>Am Mittwoch, 15. Juni 2022 findet keine Einschreibung vor Ort statt.</p> <p>Jedes Mitglied einer Staffel-Mannschaft kann nur einmal während eines Wettkampfes schwimmen.</p> <p>Die Reihenfolge kann geändert werden, doch die zuständigen Stellen müssen hierfür zwingend vor dem Start informiert werden. Wenn nicht, wird die Mannschaft disqualifiziert.</p> <p>Die Staffel-Mannschaft setzt sich aus 4 Schwimmern zusammen.</p> <p>In den Staffel-Wettkämpfen ist es ungemein wichtig, dass die einzelnen Schwimmer mit ihren Füßen Kontakt mit der Wand oder mit dem Rand des Schwimmbeckens haben. Der wartende Athlet darf erst starten, wenn der vorherige Schwimmer die Wand berührt hat. Ansonsten ist das Team disqualifiziert.</p>



	<p>Aufgrund der Sicherheitsvorschriften des BFU kann nur auf einer Seite des Schwimmbeckens mit einem Kopfsprung gestartet werden. Die Athlet*innen eins und drei können mit Kopfsprung starten, die Athlet*innen zwei und vier müssen aus dem Wasser starten.</p> <p>Jeder Schwimmer, der seinen Wettkampf oder seine Distanz in der Staffel fertig geschwommen ist, muss wenn möglich, schnellstmöglich aus dem Wasser steigen, ohne dabei seiner Bahn zu verlassen. Wenn dies nicht möglich ist, bleibt der Athlet bis am Schluss des Wettkampfes in seiner Bahn stehen und versucht dabei die anderen Athleten nicht zu stören. Falls der Schwimmer einen anderen Athleten eines anderen Teams stören sollte, wird das ganze Team disqualifiziert.</p>
Start-Regeln	<p>Der Start wird gemäss den Regeln von SOSWI (siehe Punkt 3.2 des Schwimm-Reglements) durchgeführt. Der Start wird auf Deutsch ausgerufen:</p> <p style="text-align: center;">Langer Pfeifton – «auf die Plätze» – Startsignal (= Beep)</p>
Call Room (Aufrufraum)	<p>Die Coaches bringen ihre Athleten gemäss Startliste zum Call Room.</p> <p>Sobald der Speaker eine entsprechende Durchsage macht, müssen die Coaches ihre Athleten schnellstmöglich zum Call Room bringen.</p> <p>Ein Athlet, der sich nicht rechtzeitig am Call Room präsentiert, kann nicht am Wettkampf starten.</p>
Schwimmbad	<p>Alle Wettkämpfe sind im grossen 25m Schwimmbecken mit 5 Bahnen und einer Tiefe von mindestens 1.30m geplant.</p> <p>Alle Starts (inklusive Staffel) werden gemäss des offiziellen Reglements SOSWI durchgeführt (siehe dazu auch Punkt 3.2).</p> <p>Aufgrund der limitierten Anzahl von Schwimmbahnen, werden die Divisionen mit mehr als 5 Athleten/Teams in 2 Serien schwimmen. Deshalb werden in der Startliste die Athleten in der ersten Serie auf den Bahnen 1 – 5 und diejenigen in der 2. Serie auf den Bahnen 6 – 10 eingeteilt sein. Wobei die Bahn 6 der Bahn 1 entspricht etc.</p>
Fehlstart	<p>Ein Fehlstart liegt vor, wenn ein Schwimmer vor dem Startsignal ins Wasser fällt oder startet.</p> <p>Aufgrund der langen Corona-Pause kommt die alte Fehlstart-Regel zum Einsatz. Ein Fehlstart wird durch mehrmalige schnelle Wiederholung des Startsignals («Beep») angezeigt. Der fehlbare Athlet wird erst beim zweiten Fehlstart disqualifiziert.</p>



5. Diverses

Essen	Das Mittagessen für die Athlet:innen und ihre Coaches wird zwischen 11:30 und 14:00 Uhr in einem Zelt vor dem Hallenbad Blumenwies serviert.
Zeitmessung	Zeitmessung ALGE, halbautomatisch.
Bekleidung	Gemäss Reglement: Schwimmhosen bzw. Schwimmanzug (keine Shorts) Bademantel oder Trainingsanzug Schlappen Vor dem Start ihrer Serie haben die Schwimmer die Möglichkeit, ihre Kleider in einer Box abzugeben, die sie nach dem Lauf zurückerhalten.
Telefon & Tablettes	Handys und Tablettes mitbringen. Die Informationen werden laufend via Internet ausgetauscht.
Garderoben	Sind in genügender Anzahl im Hallenbad vorhanden. Die Garderobenschränke stehen während der Wettkämpfe zur Verfügung. Nach den Wettkämpfen, spätestens an jedem Abend, sind die Schränke wieder freizugeben, da das Hallenbad am Abend und am Morgen für die Öffentlichkeit zugänglich ist. Das Schlüsseldepot beträgt CHF 2.00. Bitte entsprechende Münzen mitbringen.



6. Sportprogramm Schwimmen

Mittwoch, 15. Juni 2022	Donnerstag, 16. Juni 2022	Freitag, 17. Juni 2022	Samstag, 18. Juni 2022	Sonntag, 19. Juni 2022
	09:00 - 09:45 Coaches Meeting Divisioning 10:00 - 10:40 25m Freistil Damen 10:50 - 11:30 25m Freistil Herren 11:45 - 11:50 25m mit Begleitung 12:00 - 12:25 100m Freistil 12:35 - 12:45 200m Freistil 12:50 - 13:00 15m mit Begleitung Pause 13:45 - 14:00 25m Rücken 14:10 - 14:20 50m Brust 14:25 - 14:35 50m Rücken 14:40 - 14:45 25m mit Schwimmhilfe 14:50 - 15:05 25m Brust 15:15 - 15:20 25m Delfin 15:25 - 15:30 15m mit Schwimmhilfe 15:35 - 16:10 50m Freistil Damen	Divisioning 09:30 - 10:05 50m Freistil Herren Wettkämpfe 10:15 - 11:15 25 Freistil Damen 11:30 - 11:40 25m mit Begleitung Pause Wettkämpfe 12:15 - 13:30 25m Freistil Herren 13:45 - 14:25 100m Freistil 14:45 - 14:55 200m Freistil 15:05 - 15:10 15m mit Begleitung 15:20 - 15:50 25m Rücken 16:10 - 16:25 50m Brust 16:30 - 16:45 50m Rücken	Divisioning 09:30 - 10:25 4x25m Staffel 10:35 - 10:55 4x50m Staffel Wettkämpfe 11:15 - 11:20 25m mit Schwimmhilfe 11:30 - 12:00 25m Brust Pause Wettkämpfe 13:00 - 13:05 15m mit Schwimmhilfe 13:15 - 13:20 25m Delfin 13:30 - 14:30 50m Freistil Damen 15:00 - 16:15 50m Freistil Herren	Wettkämpfe 09:30 - 10:40 4x25m Staffel 11:00 - 11:50 4x50m Staffel
16:00 - 20:00 Check-in, Olma Messe				

7. Allgemeines Sportprogramm

NSG 2022 - Sportprogramm

Endversion: 11.05.2022

Sportart	Mittwoch, 15.06.2022		Donnerstag, 16.06.2022			Freitag, 17.06.2022			Samstag, 18.06.2022			Sonntag, 19.06.2022		
	NM (16-20h)	Abend (18-21.30h)	VM (ab 10.00h)	NM (bis 16.00h)	Abend (ab 19.00h)	VM (ab 09.30h)	NM (bis 16.30h)	Abend (ab 18:30h)	VM (ab 09.30h)	NM (bis 16.30h)	Abend (ab 18.30h)	VM (09-13.45h)	NM (14h30h)	
AQ Schwimmen	Check-In	Pasta Party	D	D	Einmarsch & Eröffnungsfeier (Nachlassen ab 17.30h)	D + F	F	... Night event ...	F + D Staffel	F	... Night event ...	F & Staffel	Schlussfeier	
AT Leichtathletik	Check-In		D	D		D + F	D + F		D + F & D Staffel	F		F & Staffel		
BB Basketball	Check-In		D	D		Turnier	Turnier		Turnier	FREI		F		
BC Boccia	Check-In		D	F Einzel		F Einzel	F Einzel		F Einzel	F Doppel		F Doppel		
BO Bowling	T Check-In		D	F Einzel		F Einzel	F Einz.&Dopp.		F Doppel	FREI		F 3-Team		
CY Radfahren	Check-In		D	D		F	F		F	FREI		F		
EQ Reiten	Check-In		T/D Horsematching	T/D Horsematching		FREI	F		F	F		F		
FB Fussball	Check-In		D	D		Turnier	FREI		Turnier	F		F		
GF Golf	T Check-In		T + D	D		D	D + F		F	FREI		F		
JU Judo	Check-In		FREI	F Mix-mix		FREI	D		F Shiai	F Shiai		F Kata		
PE Petanque	Check-In		D	Turnier		Turnier	Turnier		Turnier	FREI		F		
SA Segeln	T Check-In		T + D	D		F	F		F	F		F		
TN Tennis	T Check-In		D	F Einzel		F Einzel	F Einzel		F Einzel	FREI		F Einz.+Dopp.		F Doppel
TT Tischtennis	T Check-In		D	D + FREI		Turnier Einzel Open	Turnier Einzel Open		Turnier Einzel	Turnier Einzel		Turnier Doppel		
Promotion Handball	Check-In		FREI	FREI		FREI	T + D		Turnier	Turnier		FREI		

Legende: T = Training / D = Divisioning / F = Finals
 Version: 11.05.2022