

Kampfrichter-Hilfe WB „kurz und knapp“

Schwimmart ►	Freistil (F)	Rücken (R)	Brust (B)	Schmetterling (S)	Lagen (L)	Lagenstaffel (LS)
Start	durch Sprung anschl. max. 15m Tauchen	im Wasser, Zehen an der Matte/Wand, Abstoß in Rückenlage anschl. max. 15m Tauchen	durch Sprung anschl. max. 1 Tauchzug und 1 Delfinbeinschlag	durch Sprung anschl. max. 15m Tauchen (hierbei max. 1 Armzug)	durch Sprung anschl. max. 15m Tauchen (hierbei max. 1 Armzug)	im Wasser, Zehen 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	in Brustlage Arm- und Beinbewegungen jeweils gleichzeitig und in gleicher waagerechter Ebene (kein Kraul- oder Delfinbeinschlag) Zyklus: 1 Armzug, 1 Beinschlag	in Brustlage Armbewegungen nach vorn gleichzeitig über, nach hinten gleichzeitig unter Wasser Beinbewegungen gleichzeitig (kein Kraul- 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 anschl. max. 1 Tauchzug und 1 Delfinbeinschlag	Anschlag mit beiden Händen gleichzeitig in Brustlage 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	Anschlag mit beiden Händen gleichzeitig in Brustlage	Anschlag mit beiden Händen gleichzeitig in Brustlage	Ziel-Anschlag mit beliebigem Körperteil	Ziel-Anschlag mit beliebigem Körperteil
Besonderheiten	bei L oder LS: alles außer R/B/S	nach Drehung in Brustlage: kontinuierlicher Armzug, dem die Wendenbewegung unverzüglich folgt			Freistilstrecke = alles außer R/B/S	Freistilstrecke = alles außer R/B/S