

Wettkampfbeschreibung zum 11. Swim & Run in Bollmannsruh

Am 16. Juni 2019 steigt der mittlerweile 11. Swim & Run des SV Wasserfreunde Brandenburg. Der volkssportliche Duathlon findet nach einem Jahr Pause wieder auf dem Gelände des Kinder- und Erholungszentrum (KiEZ) in Bollmannsruh statt. Er lockte in den vergangenen Jahren immer etwa 100 Sportler an, die sich einmal ausprobieren wollten.

Die Bedingungen in Bollmannsruh sind ideal für einen Duathlon mit der Kombination der Sportarten Schwimmen und Laufen. An den breiten Strand schließt eine große Liegewiese an, die teilweise zur Wechselzone und zum Start-Ziel-Bereich umfunktioniert wird. Vom Strand aus können die Besucher und Sportler die Schwimmstrecke auf einem verkehrsarmen Teil des Beetzsees gut einsehen und das Wettkampfgeschehen verfolgen. Von der Schwimmstrecke geht es für die kurzen Laufstrecken direkt durch das KiEZ-Gelände und für den 4,4 Kilometer-Lauf über den angrenzenden Kirschberg.

Für das Wohl der Teilnehmer und Besucher sorgt das Team des KiEZ Bollmannsruh mit Gegrilltem, Eis und Kuchen. Die Organisation des Wettkampfs leisten die Sportler des SV Wasserfreunde Brandenburg, Abteilung Triathlon mit Unterstützung der DLRG und Sponsoren.

PKW-Parkplätze befinden sich vor dem KiEZ. Umkleidemöglichkeiten sind vorhanden. Weitere Informationen zum Erholungszentrum mit Übernachtungsmöglichkeiten sowie einer Anfahrtsskizze sind unter www.kiez-bollmannsruh.de einzusehen.

Um 10:45 Uhr fällt der Startschuss für den Kinderwettkampf. Kinder bis 10 Jahre schwimmen 100 Meter und laufen anschließend 600 Meter. Um 11:00 Uhr startet der Einsteiger-Wettkampf, der auch als Staffel bestritten werden kann und sich sowohl an Jugendliche wendet als auch an alle Erwachsenen, die einfach mal einen Duathlon absolvieren möchten. Dabei sind 200 Meter zu schwimmen und 1500 Meter zu laufen.

Der Jedermann-Wettkampf ist für 12:00 Uhr anberaumt. Den 700 Metern im Beetzsee folgen 4,4 Kilometer auf der anspruchsvollen Cross-Strecke über den Kirschberg. Neben der Einzelwertung gibt es hier auch Pokale und Sachpreise in der Staffelfwertung weiblich, männlich und mixed. Die Startgebühren liegen je nach Wettkampffahrt zwischen einem und sechs Euro.

Nachfragen und Anmeldungen sind unter www.wasserfreunde-brb.de vom 01.04.2019 bis zum 10.06.2019 online möglich. Bis eine halbe Stunde vor dem jeweiligen Wettkampf kann man sich gegen eine Nachmeldegebühr auch noch vor Ort anmelden.

11. Swim & Run

am Sonntag, 16. Juni 2019

auf dem Gelände des



14778 Päwesin
Ortsteil Bollmannsruh



- Start:**
- 10.45 Uhr: Kinder-Duathlon (bis 10 Jahre)
100 m Schwimmen - 600 m Laufen
 - 11.00 Uhr: Einsteiger-Duathlon (ab 10 Jahre)
Einzel und Staffel
200 m Schwimmen – 1500 m Laufen
 - 12.00 Uhr: Jedermann-Duathlon (ab 15 Jahre)
Einzel und Staffel
700 m Schwimmen – 4,4 km Laufen

Wertung:

Teilnehmerurkunden für alle Starter, Medaillen für alle Kinder

Kinder-Duathlon: Einzelwertung pro Jahrgang
(Sachpreise)

Einsteiger-Duathlon: Einzelwertung Jahrgänge 2007/08, 2005/2006,
(Sachpreise) 2003/2004, 2002 – 2000,
Einzelwertung (w/m) ab Jg. 1999
Staffelwertung (m/w/mixed)

Jedermann-Duathlon: Einzelwertung (w/m)
(Siegerpokale, Sachpreise) Staffelwertung (m/w/mixed)

Startgebühr:

Kinder-Duathlon:	1,00 Euro
Einsteiger-Duathlon:	Einzel 3,00 Euro/ Staffel 5,00 Euro
Jedermann-Duathlon:	Einzel 5,00 Euro/ Staffel 6,00 Euro
Nachmeldung vor Ort:	zzgl. 2,00 Euro
Wasserfreunde-Mitglieder kostenfrei	

Anmeldung vom 01.04. bis 10.06.2019 unter www.wasserfreunde-brb.de

