

# Greifenseeschwimmen

## Instruktion SUP / Ruderboot-Begleitung

### Einführung

Für einfachere Lesbarkeit wird im Folgenden nur die männliche Form verwendet. In jedem Fall sind auch die Damen mitgemeint.

Die Teilnehmer des Schwimmens wählen zwischen 3 Strecken aus:

- 5 km
- 8 km
- 13 km

Es wird von Checkpoint zu Checkpoint geschwommen. An jedem Checkpoint befinden sich stationäre Helfer, welche die Schwimmer mit einer Tracking-App registrieren. Hier steht auch Verpflegung zur Verfügung.

Es werden nur geübte Schwimmer zugelassen. Sie bestätigen mit ihrer Unterschrift, dass sie die gewählte Strecke schwimmen können und gesund und fit sind.

Die Stand Up-Paddler und Ruderboote

- Begleiten die Schwimmer
- Weisen den Schwimmern die Richtung zu den Schwimmpunkten
- Erkennen und melden Ermüdung der Schwimmer

Ruderboote können zusätzlich

- Schwimmer in Notsituationen auf das Boot nehmen



Strecke	Start ab Badi Niederuster	Reihenfolge Checkpoints
5 km	10:00	5 – 6- 7 – 8
8 km	07:30	0 -1 – 2- 3- 4 – 5
13 km	07:30	0 -1 – 2- 3- 4 – 5 - 6- 7 – 8

Die Check-Points 0, 5, 8 sind alle am selben Ort: Badi Niederuster. Hier befindet sich auch die Zentrale. Alle Checkpoints sind mit grossen Ballonen und LED-Leuchten markiert.

## Gruppen und Aufgaben

Gruppe	Strecke	Verlauf
Gruppe 1	8 km	Niederuster (0) – Greifensee (1) – Fällanden (2) - Aschbach (3) – Maur Badi (4) - Niederuster (5)
Gruppe 2	5 km	Niederuster (5) - Aaspitz (6) - Maur Bootshaus (7) – Niederuster (8)

Jede Gruppe besteht aus ca 10 Stand-Up-Paddlern und 2 Ruderbooten mit je 2 Personen Besatzung.

Es ist zu erwarten, dass sich die Schwimmer in mehrere Klein-Gruppen verteilen werden, da die Geschwindigkeits-Niveaus unterschiedlich sind.

Primäre Aufgabe der Stand Up Paddler ist, den Schwimmern den Weg zu den Checkpoints zu weisen. So paddeln diese vor den Schwimmern zu dem nächsten Checkpoints. Im Laufe der Zeit werden sich die Stand Up Paddler über die Schwimmer verteilen und jeder weist einer Klein-Gruppe den Weg. Die Stand Up Paddler koordinieren sich untereinander selber.

Die Ruder-Boote bilden die „Besenwagen“ und können bei Bedarf auch Schwimmer an Bord aufnehmen. Ein Ruder-Boot setzt sich ganz an den Schluss und begleitet den letzten Schwimmer. Das zweite Boot versucht sich etwa in der Mitte aller Schwimmer zu positionieren.

Funktion	Gruppe 1	Gruppe 2
Ruderboot 1, Person 1	Jan Weisert	Jan Weisert
Ruderboot 1, Person 2	Claudia Büchi Vasquez	Rahel Burkhard
Ruderboot 2, Person 1	Marcel Arzner	<i>vakant</i>
Ruderboot 2, Person 2	Andrea Wilhelm	Andrea Wilhelm
SUP	Gregor Nagy	Yvonne Bögli
SUP	Samuel Jud	Christof Bögli
SUP	Marc Herzog	Uwe Seefeldt
SUP	Uwe Seefeldt	Petra Loser
SUP	Agnes Nagy	Brigitte Frank
SUP	Brigitte Frank	Bärtschi Ariane
SUP	Michael Staudinger	Bärtschi-Walser Nicole
SUP	Emmeline Stempfel	Eliane Tervoort
SUP	Petra Looser	

## Zeitlicher Ablauf

Treffpunkt ist in der Badi in der Nähe des Bistros

Zeit	Gruppe	Ort
07:00	Gruppe 1 Eintreffen, SUP fassen oder Eigenes bereitstellen	Badi Niederuster
07:15	Gruppe 1 Briefing	Badi Niederuster
07:30	Gruppe 1 Start	Badi Niederuster
09:30	Gruppe 2 Eintreffen, SUP fassen oder Eigenes bereitstellen	Badi Niederuster
09:45	Gruppe 2 Briefing	Badi Niederuster
10:00	Gruppe 2 Start	Badi Niederuster

## Sicherheit

Für eine gute Sichtbarkeit tragen die Stand Up Paddler eine orange Weste. Diese werden zur Verfügung gestellt. Die Schwimmer tragen nummerierte Badekappen und ziehen eine Schwimm-Boje in leuchtender Farbe hinter sich her. Die Schwimm-Boje dient für die Sichtbarkeit, kann aber auch zum Ausruhen genutzt werden.

Die Schwimmer tragen eine Triller-Pfeife auf sich, welche ausschliesslich bei Notfällen eingesetzt werden.

Der Seerettungs-Dienst patrouilliert den ganzen Morgen mit einem Boot auf dem Greifensee.

Das Verhalten bei Notfällen ist im Sicherheits-Merkblatt vermerkt (Was-Wenn-Zettel). Dieser wird beim Briefing besprochen und abgegeben.

Wünschenswert wäre, wenn jeder Stand Up Paddler ein Mobil-Telefon auf sich trägt, womit die Zentrale in Notfällen alarmiert werden kann.

Das komplette Sicherheits-Konzept ist abrufbar unter

[https://www.greifenseeschwimmen.ch/Sicherheitskonzept\\_Greifenseeschwimmen.pdf](https://www.greifenseeschwimmen.ch/Sicherheitskonzept_Greifenseeschwimmen.pdf)

## Naturschutz

Gewisse Schutzzonen dürfen nicht befahren werden. Zuwiderhandlungen können mit Busse bestraft werden.

- Prinzipiell ist mindestens ein Abstand von 25 m zum Ufer einzuhalten.
- Die mit gelben Bojen markierten Seeschutzzonen dürfen nicht befahren werden.

