



Liebe SCM-Mitglieder,

Am **08.06.2013** findet der **2. Swim & Run** in Leinfelden-Echterdingen (<http://www.tria-echterdingen.de/swimrun.php>) statt. Zu diesem tollen Wettkampf sind alle Mitglieder des SC Möhringen (ab Jahrgang 2005), die schwimmen und direkt danach auch noch laufen können, eingeladen. Und vor allem auch die, die es ausprobieren wollen!

Die Distanzen für die Kinder sind nach dem Alter gestaffelt. Für die Jedermänner und –frauen gilt einheitlich 400 m schwimmen und 4.000 m laufen. Dies sollte aber kein Problem sein. **Das letzte Jahr hat gezeigt, dass das Mitmachen und der Spaß dabei zählen!!!**

Kategorie	Jahrgang	Schwimmen	Laufen
Schüler C	2004-2005	25m	400m
Schüler B	2002-2003	50m	400m
Schüler A	2000-2001	150m	1500m
Jugend B	1998-1999	150m	1500m
Jugend A	1996-1997	300m	2500m
Junioren	1994-1995	300m	2500m
Jedermann		400m	4000m



**Bitte unbedingt beachten:**

- Die Anmeldung läuft über mich. Ich werde die Meldungen weiterleiten. Somit müsst ihr euch nur bei mir bis zum **16.05.2013** per Email ([hesslisa@hotmail.com](mailto:hesslisa@hotmail.com)) verbindlich anmelden. Dabei bitte Vorname, Nachname, Geburtstag und Adresse nennen.
- Startgelder werden vom Verein übernommen.

Und nun ein **paar Infos** zum Ablauf:

Wie schon erwähnt findet das Laufen direkt nach dem Schwimmen statt. D.h. man kommt aus dem Wasser, läuft in die Wechselzone, zieht sich seine Schuhe und die Startnummer an (Jungs müssen ein zusätzlich ein T-Shirt überziehen), lässt Badekappe und Schwimmbrille dort liegen und geht auf die Laufstrecke. Vor dem Wettkampfstart gibt es die Möglichkeit (die Check-In-Zeit) seinen Umzieh-Platz in der Wechselzone einzurichten. Das bedeutet, dass dort dann die Laufsachen mit der Startnummer liegen und ein Handtuch zum Abtrocknen.

Das alles klingt vielleicht für den Laien viel und kompliziert, sollte aber nicht abschrecken. Wenn noch Fragen offen sind, bitte nicht zögern mich anzusprechen. Auch am Wettkampftag bin ich zur Betreuung dabei! Ich werde auch dort nochmal alles erklären und Tipps geben!

Nun gilt es sich anzumelden!

Ich würde mich ziemlich freuen, wenn viele von euch mitmachen. Vor allem für die kleineren ist dies ein netter, überschaubarer Wettkampf und somit optimal. Und dann sind da ja noch die Jedermänner und –frauen (Trainer, Eltern, Wasserballer und sonstige Vereinsmitglieder) bei denen ich ja eh ausgeh', dass sie mitmachen ;)

Viele Grüße,

Lisa