



## Damen-Schwimm-Verein München v. 1903 e.V.

Geschäftsstelle: Lumberger Str. 7 | 85221 Dachau  
Tel.: +49 (0) 162 296 27 34 \* geschaeftsstelle@damenschwimmverein.de  
www.damenschwimmverein.de  
Vereinsitz Anzengruberstr.5 | 81477 München  
Mitglied des Deutschen Schwimmverbandes und BLSV \* Nr. 10458



### Info Süddeutsche AK Kaiserslautern 15.05-18.05.2025

#### Anreise AKD U12

Abfahrt Donnerstag 15.05.2025 München ICE 562 14:15

**Treffpunkt 13:50 Infopoint HBF**

Rückfahrt **Samstag** 17.05.2025 17:56

**Ankunft München 22:51 Uhr**

#### Anreise U15/ AK C:

Abfahrt Donnerstag 15.05.2025 München ICE 562 14:15

**Treffpunkt 13:50 Infopoint HBF**

#### Anreise ABJ

Abfahrt Freitag 16.05.2025 München ICE 690 7:43 Uhr

**HBF Infopoint Treffpunkt 7:25 Infopoint HBF**

#### **Rückfahrt AK C und ABJ gemeinsam:**

Rückfahrt **Sonntag** 18.05.2025 17:26

**Ankunft München 22:51 Uhr**

#### **Wettkampf Adressen**



Hotel Holiday Inn Express Kaiserslautern  
Straßburger Allee 10  
67657 Kaiserslautern  
+49631341033903



Monte Mare Kaiserslautern,  
Mailänderstr. 6  
67657 Kaiserslautern

#### **ACHTUNG EIGENBETEILIGUNG für Zugfahrt und Übernachtung:**

Bitte vor Wettkampfbeginn überweisen an den Damen Schwimm Verein  
(Bzgl. ggfs. Unterstützung bitte an [kassenwart@damenschwimmverein.de](mailto:kassenwart@damenschwimmverein.de))

**Commerzbank München IBAN DE71700800000530031900**

- Für Athletinnen über 15 Jahren AK ABJ (2 ÜN) 150 €
- Für Athletinnen Unter 15 Jahren U15 AKC (3 ÜN) 180 €
- Für Athletinnen Unter 12 Jahren U12 AKD (2 ÜN) 150 €



## Damen-Schwimm-Verein München v. 1903 e.V.

Geschäftsstelle: Lumberger Str. 7 | 85221 Dachau  
Tel.: +49 (0) 162 296 27 34 \* geschaeftsstelle@damenschwimmverein.de  
www.damenschwimmverein.de  
Vereinsitz Anzengruberstr.5 | 81477 München  
Mitglied des Deutschen Schwimmverbandes und BLSV \* Nr. 10458



### Info Süddeutsche AK Kaiserslautern 15.05-18.05.2025

#### Zeitplan der Wettkämpfe

##### Freitag, 16.05.2025

- 09:00 Uhr Einlass und Einschwimmen Pflicht AK-D
- 09:30 Uhr Kampfrichtersitzung
- 10:30 Uhr Wettkampf Pflicht AK-D
- 12:00 Uhr Einschwimmen Pflicht AK-C
- 13:00 Uhr Wettkampf Pflicht AK-C
- 15:30 Uhr Einschwimmen TK Solo AK B, A, Jun
- 16:30 Uhr Wettkampf Technische Kür Solo AK B, A, Jun
- 18:30 Uhr Einschwimmen Freie Kombination
- 19:00 Uhr Wettkampf Freie Kombination

##### Samstag, 17.05.2025

- 08:30 Uhr Einlass und Einschwimmen TK Duett AK B, A Jun
- 09:30 Uhr Wettkampf Technische Kür Duett AK B, A und Jun
- 11:30 Uhr Einschwimmen Freie Kür Solo AK C und wahlweise Gruppe AK D
- 12:15 Uhr Einschwimmen TK Gruppe AB und Jun und wahlweise Gruppe AK D
- 13:00 Uhr Wettkampf Freie Kür Solo AK C
- 14:30 Uhr Wettkampf Technische Kür Gruppe AB und Jun
- 15:30 Uhr Wettkampf Freie Kür Gruppe AK D
- 16:15 Uhr Einschwimmen Freie Kür Solo AK B, A Jun
- 17:15 Uhr Wettkampf Freie Kür Solo AK B, A Jun
- 19:15 Uhr voraussichtliches Ende Freie Kür Solo

##### Sonntag, 18.05.2025

- 08:30 Uhr Einlass und Einschwimmen Freie Kür Duett
- 09:30 Uhr Wettkampf Freie Kür Duett AK C, B, A und Jun
- 12:30 Uhr Einschwimmen Freie Kür Gruppe AK C/AB/Jun und Acrobatic Routine
- 14:00 Uhr Wettkampf Freie Kür Gruppe AK C, A/B und Jun
- 15:45 Uhr Wettkampf Acrobatic Routine
- 16:15 Uhr Siegerehrungen

#### Zugang zum Bad

Der Zugang zum Bad erfolgt über den Seiteneingang.  
Bitte **nicht** den Haupteingang benutzen, dieser ist nur für die Wellnessgäste vorgesehen.

#### Kleiderschränke

Für die Spinde benötigt man einen Coin.  
Pro Verein werden entsprechend der Teilnehmerzahl Coins in einem Briefumschlag an einen Verantwortlichen der Vereine ausgegeben.  
Bei Verlust muss eine Gebühr bezahlt werden.  
Es wird darum gebeten, dass sich mehrere Personen einen Spind teilen.

#### Verpflegung/Buffer

Der Kaiserslauterer Schwimmsportklub wird vor Ort ein Bistro anbieten.  
Wir würden uns freuen, wenn von unserem Angebot reger Gebrauch gemacht wird.

#### Essen:

Wir gehen wir zu einem **Italiener Osteria** essen. Auswahl vorab über Elternsprecher.  
Bitte gebt den Kindern ausreichend Geld für das Abendessen mit.

Bitte gebt den Mädchen gesunde Snacks mit (**keine Süßigkeiten- Zucker macht nervös-!**).  
Sinnvoll sind Nüsse, Trockenfrüchte, Müsliriegel, Milchreis, Nudelsalat, Bananen...isotonische Getränke, z.B. Apfelschorle/Tee



## Damen-Schwimm-Verein München v. 1903 e.V.

Geschäftsstelle: Lumberger Str. 7 | 85221 Dachau  
Tel.: +49 (0) 162 296 27 34 \* geschaeftsstelle@damenschwimmverein.de  
www.damenschwimmverein.de  
Vereinsitz Anzengruberstr.5 | 81477 München  
Mitglied des Deutschen Schwimmverbandes und BLSV \* Nr. 10458



## Info Süddeutsche AK Kaiserslautern 15.05-18.05.2025

### Bitte einpacken:

- Geld für Essen – siehe oben
- Vereinsbadeanzug
- Vereinsbadekappe
- PINK Wärmemantel (AKC!)
- Badeanzug zum Wechseln (trocken)
- Schwarzer Badeanzug (ohne Werbung)
- Weiße Badekappe (ohne Werbung)
- Chlorbrille
- Nasenklammern
- Ausreichend Handtücher
- Badeschuhe
- Wärmemantel/Bademantel
- Dicke Socken, warme Hose für die Pflicht
- Vereins-T-Shirt
- Polo-T-Shirt schwarz
- Kurze, schwarze Hose
- Vereinsmütze
- Maskottchen
- Übernachtungssachen
- Trinkflasche
- AKABJ/ AKC Headsets (aufgeladen)
- Küranzüge

Achtung - während des Wettkampfs im Bad und Hotel haben die **Trainer** Aufsichtspflicht. Wir wünschen uns ein Team, das aufeinander schaut und hört. Ansagen der Trainer sind Folge zu leisten. In Anbetracht unserer riesigen Gruppe müssen sich da alle für die Mannschaft und um die Mannschaft engagieren.

Wir freuen uns über die vielen Eltern, die zum Anfeuern und Unterstützen mitkommen. Während des Wettkampfes aber gilt das Wort des Trainers - wir haben alle sehr viel Erfahrung, was für die Mädchen im Stressfall gut ist und wie die Wettkämpfe ablaufen – bitte haltet Euch zurück - lasst die Mädels – insbesondere während dem Pflichtwettkampf ihren Wettkampf selbstständig machen – die Mädels und wir KÖNNEN das.

Viel Glück und Erfolg! Euer Isarnixen- Trainer-Team

Doris Ramadan, Barbara Liegl, Soléne Guisard

WR Anastasiya Miller, Kerstin Karb

Betreuer Robin Wiehn, Natalie Minin, Elena Kopp, Jovia und Jelena Ninkovic, Tanja Gebhart