

# Langstrecken Schwimmen München

[Home](#) [Info](#) [Anmeldung](#)



30. Mai 2019 Startzeit 11 Uhr  
**Distanzen 4 km, 1 km**  
 Regattastrecke Oberschleissheim



[Startseite](#)

[Ergebnisse und Urkunden](#)

**[Ausschreibung](#)**

[Allgemeine Info](#)

[Strecken](#)

[Anmeldung](#)

[Teilnehmer](#)

[Wetter und Wasser](#)

[Impressum](#)

[Datenschutz](#)

## LINKS

[3MUC Triathlon München](#)

[Starnberger See Schwimmen](#)

[Halbmarathon München](#)

[Trainingsplan](#)

[Start](#) ▶ [Ausschreibung](#)

## Ausschreibung

### Was wird geboten?

Langstreckenschwimmen für Einsteiger und erfahrene Athleten

Klares Wasser und gute Orientierung

Idealer Test für Triathleten - Neoprenanzüge sind erlaubt

Zuschauer können die Schwimmer aus wenigen Metern vom Ufer aus verfolgen

Erinnerungspreis für alle Teilnehmer

Obst, isotonisches Getränk und Erdinger Alkoholfrei im Ziel

### Streckenlängen

**4 km:** Langstreckenschwimmen für erfahrene Schwimmer und Triathleten

**1 km:** Volksschwimmen für Einsteiger und Volkssportler

### Streckenführung

**4 km:** Wendepunktstrecke

**1 km:** Wendepunktstrecke

### Zeitplan

9 h 00 Ausgabe Startunterlagen



**SUCHE**

ab 9 Uhr 30 Check-In

10 h 30 Fototermin

10 h 35 Aufwärmen / Einschwimmen

**11 h 00 Start 4 km + 1 km**

11 h 15 Erste Schwimmer 1 km im Ziel

11 h 25 Erste Schwimmer an der 2 km Wende

11 h 50 Erste Schwimmer 4 km im Ziel

12 h 05 Späteste 2 km Wende für 4 km

13 h 15 letzte Schwimmer im Ziel

13 h 30 Siegerehrung

**Sicherheit (I)**

Wasserwacht Lohhof

**Sicherheit (II)**

1. Bitte Vorsicht, Umsicht und Rücksicht walten lassen.
2. Die ausgegebenen Badekappen benutzen.
3. Nur die angemeldeten Schwimmer schwimmen mit!
4. Einchecken am Start (1 und 4 km), Kontrolle nach 2 km und Auschecken nach 1 km bzw. 4 km.
5. **Wer das Schwimmen vorzeitig beendet bitte unbedingt abmelden: Kosten für etwaige Suchaktionen nach nicht abgemeldeten Teilnehmern gehen zu Lasten des Teilnehmers.**

**Zeitnahme**

Elektronische Zeitnahme mit Transpondern. Rückgabe der Transponder im Ziel gegen das Finisherpräsent. Für verlorene Transponder wird eine Gebühr in Höhe von 25 EUR berechnet. Betreuung durch [SAS »](#). Ergebnisse und Urkunden nach der Veranstaltung.

**Wertung**

Finisherpräsent und Online Urkunde für alle Teilnehmer

**Cup-Wertung 4 km mit Starnberger See Schwimmen 4 km am 03.08.2019!**

4 km: Einzelwertung männlich und weiblich - große Wertung und AK-Wertung in 10er Stufen

4 km: Mannschaftswertung - je 4 Teilnehmer mit gleichlautendem Teamnamen werden automatisch gewertet

1 km: Keine Siegwertung beim Volksschwimmen! Das Volksschwimmen ist für Einsteiger gedacht - nicht für Top-Athleten!

**Streckenrekorde**

4 km Männer: Nicky Lange 0:46:40 h (2013)

4 km Frauen: Dajana Schlegel 0:49:21 h (2016)

**Kälteschutz bzw. Neoprenanzug**

Die Wassertemperatur an der Regattastrecke steigt im Sommer erfahrungsgemäß auf maximal 23 Grad. Anzüge sind daher erlaubt und je nach Wassertemperatur zu empfehlen.

**Verpflegung**

Erdinger Alkoholfrei, isotonisches Getränk, Wasser und Obst im Ziel.

**Duschen und Umkleiden**

Duschen und Umkleiden auf der Regattastrecke

**Teilnahmeberechtigung**

Jahrgang 2004 und älter

Jüngere Teilnehmer in Begleitung eines Erwachsenen

Allen Teilnehmern wird vor der Teilnahme eine medizinische Untersuchung empfohlen.

#### Teilnahmegebühr

Strecke	bis 31.12.2018	bis 28.02.2019	bis 29.04.2019	ab 30.04.2019
Volksschwimmen 1 km	22 EUR	24 EUR	26 EUR	28 EUR
Langstrecke 4 km	25 EUR	27 EUR	29 EUR	31 EUR
<b>Langstrecke 4 km + Starnberger See 4 km</b>	<b>59 EUR</b>	<b>63 EUR</b>	<b>68 EUR</b>	<b>72 EUR</b>

Alle Preise incl. 19% MwSt. Bei Nichtteilnahme keine Erstattung der Teilnahmegebühr.

Nachmeldung am 30. Mai - solange Startunterlagen vorrätig.

#### Anfahrt zur Regattastrecke

Info auf der Seite des [Leistungszentrum München](#)

MVV: S1 bis Oberschleißheim, von dort 2,5 km mit dem Fahrrad oder Taxi. Leider keine

Busverbindung am Wochenende.

PKW: [Anfahrtsplan](#), 250 kostenlose Parkplätze

Adresse für Navigation: Dachauer Str. 35, 85764 Oberschleißheim

#### Gesundheit und Haftung

Jeder Teilnehmer versichert, dass er gesund und geübt ist, und in der Lage ist die 1 bzw. 4 km ohne Probleme zu absolvieren. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Für gesundheitliche Schäden, Unfälle, Diebstahl und sonstige Schäden wird keine Haftung übernommen. Mit der Anmeldung werden die Teilnahmebedingungen und der Haftungsausschluss anerkannt.



### Langstrecken Schwimmen München 11.06.2017 Streckenverlauf

