

## Anmeldung

Bitte kopieren Sie die Anmeldung bei Bedarf! Füllen Sie pro Person bitte nur ein Exemplar aus und schicken Sie die Anmeldung (Unterschrift nicht vergessen!) bis zum 15.08.2018 an die jeweilige Meldeadresse.

Sehr geehrte Damen und Herren,  
hiermit melde ich mich verbindlich an für:

### 4. SBM AQUARUNNING & FREIWASSER-MEISTERSCHAFTEN am Fühlinger See, 26.08.2018

Meine Meldegebühr beträgt (bitte ankreuzen):

- 7,50 € 1.250 m Volksschwimmen     10,- € Aquarunning  
 10,- € 2.500 m Volksschwimmen

Name, Vorname (bitte alle Angaben in Druckbuchstaben ausfüllen)

Straße

PLZ / Ort

Telefon

E-Mail

Geburtsdatum

Ort, Datum

Unterschrift

### Startgebühr:

Die Startgebühr ist bis spätestens 22.08.2018 auf das nachstehende Konto unter Angabe des Vereins/Teilnehmernamens zu überweisen. Meldungen ohne fristgerechte Zahlung des Meldegeldes werden nicht berücksichtigt. Anmeldeschluss 15.08.2018

Kontoinhaber: Andrea Stockmann

IBAN: DE38 3705 0299 1152 0782 35 · BIC: COKSDE33XXX

Auch 2018 bietet der Schwimmbezirk Mittelrhein e.V. am 25.+26.08.2018 bereits zum 4. Mal mit den Freiwassermeisterschaften dieses Event am Fühlinger See an. Wieder im Programm in diesem Jahr das Volksschwimmen über 1.250 m und/oder 2.500 m. Die Benutzung von Neoprenanzügen ist hier erlaubt.

Den „Kölnkurs“ beim Aquarunning über die Streckenlänge von 1.000 m (2 Runden) kann jeder Sportgesunde bewältigen. Nicht die Zeit für die 1.000 m Strecke ist entscheidend, sondern die neue Erfahrung eines altbekannten Bewegungsablaufes im Wasser. Natürlich ist ein Ausstieg auch nach einer Runde möglich.

Aquarunning richtet sich an alle Teilnehmer von Aquafitnesskursen und -angeboten in Schwimmvereinen, sowie an alle Fitness-Interessierten, die Aquajogging in einem sicher organisierten Umfeld testen wollen.

Aquarunning ist ...

- Aquajogging in Naturgewässern
- Eine neue Herausforderung ohne Wettkampfscharakter und Zeitlimit

Neugierig? – Dann probieren sie es aus!

Anmeldungen erfolgen über die Einzel-/Sammelanmeldungen auf [www.schwimm-mit.de](http://www.schwimm-mit.de) oder auf der Anmeldekarte.



**Infos und Anmeldung:**  
**[www.schwimm-mit.de](http://www.schwimm-mit.de)**

# Aquarunning 2018

## Anmeldung

Mit **nebenstehender Anmeldekarte** an:

Schwimmbezirk Mittelrhein e. V.

Aquarunning

Andrea Stockmann

Falkenweg 6

50171 Kerpen

oder per Fax: 0 22 37/979 99 33

oder per Mail: [aquarunning@schwimm-mit.de](mailto:aquarunning@schwimm-mit.de)

**Anmeldeschluss: 15. August 2018**

## Nachmeldungen

Nachmeldungen zu den jeweiligen Veranstaltungen sind am Tag bis 1 Stunde vor dem jeweiligem Beginn möglich. Zusätzlich zur Meldegebühr ist eine Nachmeldegebühr in Höhe von 5,- € zu entrichten.

## Infos

Die Teilnehmer erhalten eine Teilnahmebestätigung, ab 15. 8. 2018, mit weiteren Informationen per Email.

**Check-in ab 11.00 Uhr**

**ab ca. 13:00 Uhr Start im Wasser**

## Besonderheiten

Beim Aquarunning und Volksschwimmen ist die Benutzung von **Neoprenanzügen erlaubt!** Jeder Teilnehmer des Volksschwimmens erhält eine Teilnahmeurkunde mit seiner erzielten Zeit auf Bestellung bei der Beschriftung. Die Teilnehmer des Aquarunnings erhalten eine Teilnahmeurkunde.



# 4. SBM AQUARUNNING & FREIWASSER- MEISTERSCHAFTEN



## FÜHLINGER SEE / KÖLN



Eine Veranstaltung des  
Schwimmbezirks Mittelrhein e.V.



--	--	--	--

Schwimmbezirk Mittelrhein e. V.  
Aquarunning  
Andrea Stockmann  
Falkenweg 6  
50171 Kerpen

Bitte  
ausreichend  
frankieren.  
Vielen Dank!