

## **An alle Vereine mit Nachwuchstriathletinnen & -triathleten**

### **BWTV-Herbstsichtung Nachwuchs**

Freiburg, 20.08.2026

Liebe Trainerinnen und Trainer,  
liebe Vereinskollegen und -kolleginnen,

auch in diesem Jahr möchte die sportliche Leitung des BWTV allen interessierten Nachwuchstriathleten und -triathletinnen im Land wieder die Möglichkeit bieten, sich zu präsentieren und mit anderen zu vergleichen.

Deshalb können TrainerInnen/Eltern ambitionierte und motivierte Athleten und Athletinnen Ihres Vereins zur Herbstsichtung melden. Dieses Jahr findet die Herbstsichtung in Bretten statt. Termin hierfür ist der Folgende:

**Samstag, 14. November 2026**

Hier haben die jungen Athleten und Athletinnen die Möglichkeit, einen Tag lang ihr Können zu zeigen, um sich somit für die geplanten Talentwochenenden und den Landeskader zu empfehlen. Wir bitten nur Athleten und Athletinnen der Jahrgänge 2012, 2013, 2014 und 2015 zu melden, die bei den untenstehenden Mindestanforderungen drei von vier erfüllen. Die Jahrgänge 2014/2015 gehören im Jahr 2027 der AK SCH A an, Jahrgang 2013 ist jüngerer Jahrgang JUG B. Die (erfolgreiche) Teilnahme an der Sichtung ist Voraussetzung für eine Aufnahme in den Landeskader (Saison 2027/28).

**Meldungen sind nur online über diesen [Link](#) möglich (bitte pro Athlet/in und, falls nicht bereits vorhanden, einen eigenen Account erstellen).**

**Meldeschluss ist Montag, der 09. November, 12 Uhr.**

Bei Fragen wendet euch bitte an [alessa.reiner@bwtv.de](mailto:alessa.reiner@bwtv.de)

Mit sportlichen Grüßen,  
Alessa Reiner (Sportreferentin)

## Vorläufiger Ablaufplan

| Uhrzeit              | Programmpunkt        |
|----------------------|----------------------|
| Bis<br>08:45 Uhr     | Anreise              |
| 09:00 –<br>12:00 Uhr | Schwimmen + Athletik |
| 13:00 –<br>15:00 Uhr | Lauf (Stadion)       |

Gemeinsamer Treffpunkt für die Sichtung:

**Badewelt Bretten**  
**Sportzentrum 2**  
**75015 Bretten**

## Mindestanforderungen (Voraussetzungen zur Meldung/Teilnahme)

### männlich

| Schwimmen | Schüler A* (2014/2015) | Jugend B* (2012/2013) |
|-----------|------------------------|-----------------------|
| 50m       | Unter 45s              | Unter 40s             |
| Technik   | Kraul + zwei NSA       | Alle Lagen            |
| Laufen    |                        |                       |
| 100m      | 15,5s                  | 14,5s                 |
| 1000m     | Unter 04:00 min        | Unter 03:30min        |

### weiblich

| Schwimmen | Schülerinnen A* (2014/2015) | Jugend B* (2012/2013) |
|-----------|-----------------------------|-----------------------|
| 50m       | Unter 45s                   | Unter 40s             |
| Technik   | Kraul + zwei NSA            | Alle Lagen            |
| Laufen    |                             |                       |
| 100m      | 17,0s                       | 16,0s                 |
| 1000m     | Unter 04:30 min             | Unter 04:00 min       |

\*AK beziehen auf das Jahr 2027, NSA=Nebenschwimmart

Die Grundelemente der Laufschiule sollten beherrscht werden.

## Aufgaben und Beschreibung für Schwimmen und Athletik

SchülerInnen A:        50m Freistil + 200m Wasserkomplextest  
                                 Bourban-Test  
                                 1000m Lauf

Jugend B:                50m Freistil + 400m Freistil  
                                 Bourban-Test  
                                 3000m Lauf

Die **50m-Schwimmstrecke** wird für alle verbindlich mit einem Startsprung vom Startblock aus gestartet.

Die **längeren Schwimmstrecken** werden von Außerhalb des Wassers mit einem Startsprung vom Beckenrand gestartet.

**200m Wasserkomplex-Test** (nur Schüler A) besteht aus 50m Kraul-Beine mit Schwimmbrett, 50m Brust, 50m Kraul einarmig mit dem passiven Arm in Schwimmrichtung ausgestreckt. Der Wechsel des Armes erfolgt nach 25m, anschließend 50m Kraul ganze Lage.

Hier wird aus dem Wasser gestartet. Dabei befindet sich eine Hand am Schwimmbrett, mit der anderen Hand hält sich der Sportler/ die Sportlerin am Beckenrand fest. Beide Füße befinden sich an der Wand. Beim Startsignal verlässt die Hand die Wand und wird unverzüglich zur anderen Hand auf das Brett gelegt. Zum Einleiten der Wende darf lediglich das Brett mit einer Hand in die neue Schwimmrichtung gebracht werden, mit der anderen Hand wird die Wand berührt. Sobald die Füße (oder ein Fuß) an der Wand sind, erfolgt erneut der Abstoß wie bereits beim Start beschrieben. Beim Wechsel der Aufgabe, also nach 50m, wird genauso vorgegangen wie bei der Wende.

**Bourban-Test:** Unterarmstütz, wechselseitiges Abheben der Füße im Sekundentakt, Beine und Knie bleiben dabei gestreckt. Ein Anfeuern der Sportlerin bzw. des Sportlers ist untersagt. Eine Information über die bereits verstrichene Zeit wird ebenfalls nicht erteilt. Der Test wird bei Erreichen der erforderlichen Zeit für eine Kaderzugehörigkeit (s. Tabelle) beendet.

Siehe hierzu: [Bourban - Test ventral - BISp - YouTube](#)

## Orientierung für BWTV-Landeskader

| AK             | 50m Kraul | 200m Wasser- komplex-<br>Test bzw. 400m Kraul<br>Kurzbahn | 1.000m/ 3.000m Lauf | Bourban- Test |
|----------------|-----------|-----------------------------------------------------------|---------------------|---------------|
| Schüler A<br>w | 36,0s     | 03:45min                                                  | 04:00min            | 01:45min      |
| Schüler A<br>m | 36,0s     | 03:45min                                                  | 03:40min            | 02:00min      |
| Jugend B<br>w  | 35,0s     | 06:10min                                                  | 12:00min            | 01:45min      |
| Jugend B<br>m  | 34,0s     | 06:00min                                                  | 11:00min            | 02:00min      |

### Datenschutz / Fotorechte

Mit der Anmeldung zum Leistungstest erklärt sich der Teilnehmer/die Teilnehmerin damit einverstanden, dass die personenbezogenen Daten erhoben, gespeichert und übermittelt werden, soweit dies zur Durchführung der Veranstaltung erforderlich ist.

Mit der Anmeldung erklärt der Teilnehmer/die Teilnehmerin sein Einverständnis, dass die erforderlichen personenbezogenen Daten in Start- und Ergebnislisten auf der Homepage, in Printmedien und auf Socialmedia-Kanälen veröffentlicht werden dürfen.

Weiterhin erklärt der Teilnehmer, bzw. bei Minderjährigen ein gesetzlicher Erziehungsberechtigter bzw. ein gesetzlicher Vertreter, sein Einverständnis, dass Fotos und Videos, die während der Veranstaltung aufgenommen werden, im Rahmen der Berichterstattung und zur Bewerbung von Triathlonveranstaltungen vom BWTV auf der Homepage, in Printmedien und auf den Socialmedia-Kanälen vergütungsfrei genutzt werden dürfen.

