

Einladung zum Einundzwanzigsten **12-Stunden-Schwimmen** der DLRG Ortsgruppe Jena e.V.



**Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft**

Landesverband Thüringen

Ortsgruppe Jena e.V.

Löbstedter Straße 36
07749 Jena

E-Mail:
12stundenschwimmen@jena.dlrg.de

Internet:
<https://jena.dlrg.de/12-stunden-schwimmen>

Das legendäre 12-Stunden-Schwimmen der DLRG Ortsgruppe Jena startet nun schon zum 21. Mal!

Schwimmen die ganze Nacht hindurch mit super Betreuung – Unser Langstrecken-Schwimmwettkampf der besonderen Art!

Das 12-Stunden-Schwimmen 2026

Wann: In der **Nacht vom 20. zum 21. Juni 2026** (Samstag auf Sonntag, von 20 bis 8 Uhr)
Nachmeldung, Registrierung und Einlass: am Samstag ab Einlassbeginn 17:00 Uhr
(bitte frühzeitig registrieren lassen)
Startpfeiff Kinder-Cup: am Samstag, 18:30 Uhr
Startpfeiff 12-Stunden-Schwimmen: am Samstag, 20:00 Uhr

Wo: Ostbad Jena

Was: Schwimmen – die ganze Nacht von 8 Uhr abends bis 8 Uhr morgens, mit umfangreicher Versorgung sowie einem netten Rahmenprogramm wie Beachvolleyball, Lagerfeuer, Musik und mehr ...

Wer: Egal ob Jung oder Alt, ob Challenge oder Teambuilding, zum wiederholten oder zum ersten Mal oder einfach nur für die Bonuspunkte bei der Krankenkasse :-)

Wir freuen uns auf Eure Teilnahme!

Kontoverbindung:
Volksbank eG Gera•Jena•Rudolstadt
IBAN: DE06 8309 4454 0010 0898 08
BIC: GENODEF1RUJ

Rechtsform: eingetragener Verein (e.V.)
Amtsgericht: Jena VR230731
Vertretungsberechtigung gemäß § 26 BGB
1. Vorsitzender Frank Müller
2. Vorsitzender Ivo Lange
Schatzmeister Jens Herrmann

Die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft ist Spitzenverband im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB), Mitglied im Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband, im Deutschen Spendenrat, Mitglied der International Life Saving Federation (ILS) und der ILS-Europe.

Anmelden

Um eine Onlineregistrierung vor dem Start, auch bei spontaner Teilnahme, wird gebeten.

- Die Anmeldung erfolgt über das Anmeldeformular auf unserer Webseite: <https://jena.dlrg.de/12-stunden-schwimmen>
- Am Wettkampftag ab 17 Uhr bitte zuerst an der Anmeldung melden. Dort erhältst Du alle Startunterlagen.

Voranmeldung bis zum 05.06.2026

- Bedingung ist die Onlineregistrierung bis zum **05.06.2026** und der Eingang der Startgebühr bis zum **12.06.2026** auf unserem Konto.
- Bei einer Voranmeldung gelten die ermäßigten Startgebühren (siehe Tabelle).
- Die Startgebühr beinhaltet für alle Teilnehmer Getränke, ein warmes Abendessen und ein Frühstück. Das gilt auch für die Teilnehmer des Kinder-Cups, nur ohne Frühstück.
- **12-Stunden-Schwimmen T-Shirt:**
 - Bis zum **22.05.2026** kann ein personalisiertes 12-Stunden-Schwimmen T-Shirt (mit Jahreszahl und Namen) für 20 € bestellt werden. Für Teams / Mannschaften inklusive den Team- / Mannschaftsnamen. Bitte bei der Anmeldung mit angeben (Größe, Name, Teamname)
 - Bei einer Bestellung nach dem 22.05.2026 kann ein neutrales 12-Stunden-Schwimmen T-Shirt in der gewünschten Größe bestellt werden (ohne Namen, ohne Jahreszahl)

Anmeldung nach dem 05.06.2026 und Abendkasse

- Eine Anmeldung ab dem 05.06.2026 ist weiterhin online möglich, am Veranstaltungstag noch bis zwei Stunden vor Wettkampftage.
- Die Zahlungsart ist gemäß der erhaltenen Rechnung zu wählen.
 - Eine Überweisung ist nur bis etwa **eine Woche vor der Veranstaltung** möglich, danach aufgrund von Banklaufzeiten nur noch die Barzahlung vor Ort.
 - Solltest Du vor Veranstaltungsbeginn keine Bestätigung Deines Zahlungseingangs bekommen haben, bringe bitte eine Überweisungsbestätigung mit.
- Solange der Vorrat reicht, kann ein neutrales 12-Stunden-Schwimmen T-Shirt (ohne Namen, ohne Jahreszahl) vor Ort erworben werden.
- Die Startgebühr beinhaltet Getränke, ein warmes Abendessen und ein Frühstück. Das gilt auch für die Teilnehmer des Kinder-Cups, nur ohne Frühstück.

Teilnahmegebühren:

	Gebühr je TN bei Anmeldung bis zum 05.06.2026	Gebühr je TN bei Anmeldung nach dem 05.06.2026
Kinder-Cup	10 €	20 €
Einzelstarter	40 €	50 €
Mannschaft (3-5 TN)	35 €	45 €
Team (6-12 TN)	35 €	45 €

Es gibt **keine** Rückerstattung bei Nichtteilnahme.

Wettkampfbedingungen

Allgemeines:

- Die in den 12 Stunden und im Kinder-Cup geschwommenen Bahnen werden für jeden Schwimmer von den Bahnenzählern erfasst. Es werden dabei die innerhalb des Wettkampfzeitraumes abgeschlossenen Bahnen (Länge 50 m) gewertet.
- Pro Bahnenzähler werden maximal 8 Teilnehmer gewertet
- Einen Pokal erhält:
 - Die beste Mannschaft (ein Gemeinschaftspokal)
 - Das beste Team (ein Gemeinschaftspokal)
 - Gesamtsieger der Einzelstarter
 - Sieger im Spukstundenpokal
 - Sieger im Good-Morning-Cup
- Medaillen erhalten:
 - Sieger, 2. und 3. Platz jeder Altersklasse und Kinder-Cup
- Urkunden inklusive Platzierung und den gewerteten Metern erhalten:
 - Alle Einzelstarter und Teilnehmer des Kinder-Cups
 - Alle Teilnehmer einer Mannschaft
 - Alle Teilnehmer eines Teams
 - 1. Platz beim Spukstunden-Pokal
 - 1. Platz beim Good-Morning-Cup
- Es gibt außerdem eine Urkunde für die jüngste und älteste Person unter allen Teilnehmern (nicht für Kinder-Cup)

Schwimmbekleidung

- Hosenbeine müssen vor dem Knie enden
- Schultern und Arme sind komplett frei
- kein Neopren

Hilfsmittel:

- Als Hilfsmittel ist nur eine Schwimmbrille zugelassen
- Weitere Hilfsmittel (z.B. Neopren, Flossen, Schnorchel) sind nicht erlaubt.

Kinder-Cup:

Der Kinder-Cup ist für die jüngeren Teilnehmer gedacht.

- Er startet um 18:30 Uhr (am Samstag) vor dem 12-Stunden-Schwimmen und dauert eine Stunde.
- Die Siegerehrung findet ca. 20:30 Uhr (Samstag) statt.
- Die Kinder und Jugendlichen müssen sicher schwimmen können (z.B. DSA Bronze).
- Die Teilnehmenden dürfen das Wasser während des Wettkampfes verlassen und später weiter schwimmen. Müssen dieses aber beim Bahnenzähler angeben.
- Die Wertung erfolgt in den Altersklassen:
 - 5 bis 6 Jahre
 - 7 bis 8 Jahre
 - 9 bis 10 Jahre
 - 11 bis 12 Jahre
 - 13 bis 14 Jahre

Einzelstarter:

- Bei den Einzelstartern wird in folgenden Altersklassen (Alter zum Beginn der Veranstaltung) gewertet:
 - AK 18: 15 bis 18 Jahre
(bis 17 Jahre, nur mit Vorlage der Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten)
 - AK 25: 19 bis 25 Jahre
 - AK 35: 26 bis 35 Jahre
 - AK 45: 36 bis 45 Jahre
 - AK offen: ab 46 Jahre
- Eine getrennte Auswertung nach Geschlecht erfolgt nicht.
- Jeder Schwimmer kann seine Schwimmstrecke beliebig oft unterbrechen.

Mannschaften / Teams:

- Eine Mannschaft besteht aus 3 bis maximal 5 Schwimmern (Mindestalter 12 Jahre, nur mit Aufsichtsperson)
- Ein Team besteht aus 6 bis maximal 12 Schwimmern (Mindestalter 12 Jahre, nur mit Aufsichtsperson)
- Gewertet wird der Schwimmer, der die Team- / Mannschaftskarte beim Bahnzähler abgibt
- Direkter Wechsel der Schwimmer
 - Diese müssen dem Bahnzähler so angezeigt werden, dass er den Wechsel als korrekt erfolgt dokumentieren kann.
 - Der Wechsel darf erst erfolgen, wenn der abzulösende Schwimmer am Beckenrand am Bahnende sichtbar anschlägt
 - Befindet sich der einzuwechselnde Schwimmer für seinen Start bereits im Wasser, muss er sich bis zum Anschlag des abzulösenden Schwimmers mindestens mit einer Hand sichtbar am Beckenrand am Bahnende festhalten
 - Erfolgt der Wechsel nicht korrekt, zählt die geschwommene Strecke bis zum erneuten Anschlag beim Bahnzähler nicht
- Die Einteilung der Schwimmeinsätze und Pausen koordiniert die Mannschaft / Team selbst.
- Die geschwommene Strecke kann nur innerhalb der jeweiligen Mannschaftswertung gewertet werden! Sie geht nicht in die Wertung der Einzelstarter ein.
- Je Mannschaft muss für zwei Stunden und je Team muss für vier Stunden ein Bahnzähler gestellt werden. Dabei darf der Bahnzähler nicht auf der Bahn zählen, auf der ein Mitglied der eigenen Mannschaft / des eigenen Teams schwimmt. Alle Bahnzähler melden sich namentlich bis spätestens 17.00 Uhr beim Bahnzählverantwortlichen zur Einteilung und Einweisung.

Sonderpokale

- Teilnehmer ist, wer in der Zeit der Pokale gewertet wird
- Schwimmer, die in einem Team / einer Mannschaft starten, nehmen teil, wenn sie nicht für ihre Mannschaft starten
- Die Teilnahme von Kindern unter 15 Jahren ist bei den Sonderpokalen nicht gestattet.

„Spukstundenpokal“:

Für alle Nachtschwärmer:

- In der Stunde von 00:00 bis 01:00 Uhr kann sich der eifrigste Schwimmer den Spukstundenpokal ergattern.
- Für diesen zählen nur die in dieser Zeit im Wasser zurückgelegten Meter, unabhängig davon, wie viel und ob man überhaupt schon geschwommen ist.
- Für Einzelstarter wird die geschwommene Strecke auch für die Gesamtwertung gezählt.

- Jeder Teilnehmer aus einer Mannschaft oder einem Team kann ebenso an den Sonderpokalen teilnehmen, muss dieses aber beim Bahnenzähler angeben. Diese Strecke wird dann nicht für die jeweilige Mannschaft / Team gewertet.

„Good-Morning-Cup“:

Für alle Frühsport-Fans:

- Dieser Pokal kann zwischen 4:00 und 5:00 Uhr am Sonntag erschwommen werden.
- Für diesen zählen nur die in dieser Zeit im Wasser zurückgelegten Meter, unabhängig davon, wie viel und ob man überhaupt schon geschwommen ist.
- Für Einzelstarter wird die geschwommene Strecke auch für die Gesamtwertung gezählt.
- Jeder Teilnehmer aus einer Mannschaft oder einem Team kann ebenso an den Sonderpokalen teilnehmen, muss dieses aber beim Bahnenzähler angeben. Diese Strecke wird dann nicht für die jeweilige Mannschaft / Team gewertet.

Unsere Leistungen:

- Zum Ausruhen und Aufwärmen stehen Wärmezelte mit Feldbetten bereit. Diese sind für alle gedacht, müssen also beim Verlassen der Zelte wieder für die nächsten Schwimmer frei sein.
- Getränke (warm und kalt) sind für alle Schwimmer kostenlos. Es werden zur Müllvermeidung Mehrwegbecher angeboten. Es wird gebeten, diese zum Ende der Veranstaltung wieder abzugeben. Wer möchte, kann auch eigenes Geschirr mitbringen.
- In der Startgebühr sind eine warme Abendmahlzeit sowie ein Frühstück (ab 5:00 Uhr) bereits enthalten.
- Gäste und Betreuer können Essensmarken zum Preis von 7 € für ein warmes Abendessen und 5 € für ein Frühstück erwerben (solange der Vorrat reicht).
- Zusätzlich zur Prämierung der Podiumsplätze erhält jeder Schwimmer eine individuelle Teilnehmerurkunde mit Platzierung und der geschwommenen Strecke.

Allgemeine Veranstaltungsbedingungen

- Der Eintritt für Gäste, Zuschauer und Betreuer ist für den Zeitraum der Veranstaltung frei.
- Schwimmer bringen Schwimmsachen, warme Bekleidung und einen Schlafsack mit.
- Mannschaften sollten, wenn möglich ein eigenes Großraumzelt stellen.
- Minderjährige ohne Begleitung der Erziehungsberechtigten, müssen die unterschriebene Einverständniserklärung vorlegen. Die Zusendung erfolgt per E-Mail automatisch im Rahmen der Veranstaltungsanmeldung. Teilnehmer, die jünger als 15 Jahre alt sind, dürfen nur in Begleitung einer Aufsichtsperson am Wettkampf teilnehmen.
- Im Rahmen der Veranstaltung werden Aufnahmen (Fotos und Videos) erstellt. Falls eine Nutzung vermieden werden soll, muss das im Rahmen der Veranstaltung offiziell angemeldet werden.

Siegerehrung:

- Die Siegerehrung für das 12-Stunden-Schwimmen und die enthaltenen Sonderpokale, findet am Sonntag gegen 9:00 Uhr im Ostbad statt.
- Die Siegerehrung des Kinder-Cup erfolgt am Samstag gegen 20:30

Fragen? Bitte wendet Euch per E-Mail an: 12stundenschwimmen@jena.dlrg.de.