

Die folgende Teilnehmerinfo wurde mit den individuellen Informationen (Startnummer und Gruppe) an die bei der Anmeldung hinterlegte Mailadresse geschickt.



Rheinschwimmen 17.09.2023 - ein paar Informationen zum Ablauf

Unser "**Swim & Talk**" am 17. September ist ausgebucht und wir freuen uns, 200 Schwimmbegeisterte am Sonntag begrüßen zu dürfen.

Zusammen mit vielen Helfenden tun wir alles dafür, dass Ihr das Rheinschwimmen genießen könnt. Vorab aber noch ein paar organisatorische Hinweise.

Es dürfen nur die angemeldeten Schwimmerinnen und Schwimmer mitschwimmen, eine Nach- oder Ummeldung ist leider ausgeschlossen.

Voraussetzungen:

- Sichere (Freiwasser-)Schwimmer
- Mindestens 14 Jahre, Minderjährige nur mit schriftlicher Einverständniserklärung der Eltern
- Es besteht **Neoprenpflicht!**
- Vorhandene Freiwasserbojen bitte mitbringen
- Eine Badekappe erhaltet Ihr von uns
- Einen Kleiderbeutel o.ä. bringt bitte selbst mit
- Solltet Ihr Euch am Sonntag krank oder unwohl fühlen, bitten wir Euch, von einem Start abzusehen

Wir werden begleitet durch Boote der **DLRG** und **Wasserwacht** sowie einige **Kanuten des Oberkasseler Wassersportvereins**. Außerdem begleiten Euch einige Rheinerfahrene BegleitschwimmerInnen, erkennbar an der orangenen PSV-Badekappe!

09:30 - 10:00

Treffen auf dem Schulhof der Josefschule in Bonn-Beuel Mitte (ggü. Tiefgarage Brückenforum)

- Dort findet Ihr auf einer Teilnehmenden-Liste nochmal Eure Startnummer und Startgruppe.
- Wir haben 4 Gruppen á 50 Personen gebildet – rot/blau/grün/magenta.
- Merkt Euch bitte schon jetzt die Farbe Eurer Startgruppe; das erleichtert das spätere Einchecken beim Rheineinstieg.
- Ihr bekommt von uns 2 Bänder mit Eurer Startnummer:
 - Das **grüne Band** tragt Ihr bitte am Arm. Ohne dieses Armband kein Check-In!
 - Das **neon-gelbe Band** befestigt Ihr an Eurem Kleiderbeutel.
- Für angemeldete Begleitpersonen erhaltet Ihr zusätzlich **blaue Armbänder**.

10:15 - 11:00

Gemeinsamer Spaziergang (knapp 3 km) entlang der Rheinpromenade zur SchwimmEinstiegsstelle (ca. 200 m unterhalb der Südbrücke). Bitte nehmt Euren Kleiderbeutel mit.

11:00-11:20

Umziehen: Neoprenanzug, Badekappe, Schwimmbrille, ggf. Badeschuhe

- Oberhalb der Einstiegsstelle könnt Ihr Euch umziehen, Euren Kleiderbeutel abgeben und Euch dann einchecken.
- Bitte achtet auf den Luftballon mit der Farbe Eurer Gruppe für das Einchecken.
- Als Zeichen des Check-In bekommt Ihr eine grüne Badekappe. Nur mit dieser Kappe dürft ihr mitschwimmen.

11:20 Briefing und Sicherheitshinweise

Ab 11:30 lassen wir Euch Gruppenweise nach und nach ins Wasser

- Der Weg zum Einstieg ist teilweise schmal und etwas unwegsam. Geht vorsichtig.
- Bitte hinterlasst keinen Müll auf der Rheinwiese oder am Ufer und auch nicht im Wasser.
- **Schwimmt bitte mittig zwischen rechtem Ufer und Fahrrinne (rote Tonnen)**
- Achtet beim Schwimmen auf Euch und den Menschen neben Euch. Bei Problemen macht eines der begleitenden Boote oder einen Begleitschwimmer z. B. durch Winken oder Rufen auf Euch aufmerksam.
- Ihr könnt jederzeit rechts ans Ufer schwimmen; dort fahren HelferInnen auf Fahrrädern, die Euch dann weiterhelfen.
- Wichtig: bitte meldet Euch unbedingt spätestens am Ausstieg beim Orgateam!
- Es ist kein Wettkampf und soll allen Freude machen

...und dann heißt es, **20-40 Minuten schwimmen, treiben lassen und den Rhein genießen ...**

- Das Schwimmen endet in Höhe des **Nepomuk-Denkmal**s. Die Kiesbank dort bietet einen flachen Ausstieg und wird von uns deutlich gekennzeichnet
- **Achtung:** Checkt Euch bitte unbedingt am Ufer aus, damit wir wissen, dass alle gut angekommen sind. Der Checkout findet analog den entsprechenden Startgruppen statt und wird wieder mit farbigen Luftballons gekennzeichnet.

- Nach dem Ausstieg und auschecken erhaltet Ihr Eure Kleiderbeutel bevor es zu Fuß zurück zur Josefschule geht.
- In der Josefschule könnt Ihr Euch umziehen und duschen.
- Und: Es gibt etwas zu essen und zu trinken und hoffentlich auch etwas zu erzählen 😊

Wir freuen uns auf Euch am Sonntag!

Jan & Laurenz

im Namen des Orgateams des PSV Bonn Triathlon e.V.

Rückfragen bitte an rheinschwimmen@psv-bonn-triathlon.de

PS Wir stellen eine Spendendose für [„Bonn hilft Cherson“](#) auf und würden uns freuen, wenn Ihr die Aktion mit unterstützt.

Mit freundlicher Unterstützung der

