

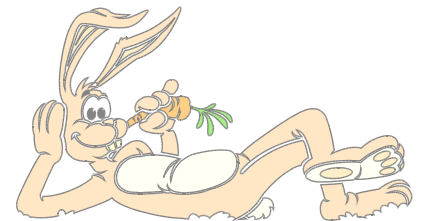


05. September 2026

Die Lübecker Kombination ist zurück! Wir freuen uns nach einigen Jahren, diese Tradition wieder aufleben zu lassen. Die Lübecker Kombination besteht aus **Schwimmen und Laufen** in **Beidendorf** an der DLRG-Jugendwachstation. Danach wollen wir den Tag mit einem gemeinsamen **Grillabend** ausklingen lassen.

## Termine und Gebühren

- **Anmeldeschluss:** 22. August 2026
- **Veranstaltungstermin:** 05. September 2026
- **Kosten:** 5€ pro Person (für jeden, ausgenommen Helfende)
- **Training:** nach den Osterferien findet montags in Beidendorf regelmäßiges Lauf- und Schwimmtraining statt. Tretet für Infos gerne der Freiwasser-WhatsApp-Gruppe bei.



## Altersklassen und Strecken

	Jahrgang	Schwimmen	Laufen	Laufstrecke Staffel
<b>AK Igel</b>	ab 2014	250 m	1.000 m	1.000 m
<b>AK Hase</b>	2013 und 2012	400 m	2.000 m – 2.500 m	2.000 m – 2.500 m
<b>AK Pony</b>	2011 und 2010	400 m	2.000 m – 2.500 m	2.000 m – 2.500 m
<b>AK Giraffe</b>	bis 2009	600 m	2.000 m – 2.500 m	4.000 m – 5.000 m

\*Die Strecken sind eine ungefähre Angabe und können etwas abweichen.

Eine **Staffel** besteht aus zwei Personen, die sich das Laufen und Schwimmen teilen. Ein Start in der nächsthöheren Altersklasse ist möglich. Teilnehmende können sowohl im Einzel als auch in der Staffel starten.

## Zeitplan

### 10 Uhr Wettkampfbeginn

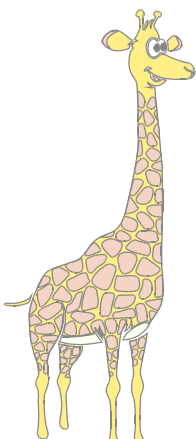
Vormittags – Einzelwettkämpfe  
Nachmittags – Staffelwettkämpfe

### 16 Uhr geplantes Wettkampfbende

Siegerehrung  
Abschließendes gemeinsames Grillen



Anmeldung unter:



Fragen an: kombi@luebeck.dlrg-jugend.de (oder an Mareike)