



Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.

Nachtmarathon der DLRG OG Dinklage

Liebe Montagsschwimmer,

auch in diesem Jahr veranstalten wir unseren Nachtmarathon:

Wann? Samstag, **18.01.2020**

Wo? H2O Dinklage (Schwimmbad)

Zeitlicher Ablauf:

18:30 Uhr: Beginn der Veranstaltung

19:00 Uhr: erster Start

22:00 Uhr: letzter Start

22:30 Uhr: Siegerehrung, danach Ende der Veranstaltung

Zum Ablauf:

Beim Nachtmarathon ist es das Ziel in einem Team von 6 Personen eine möglichst lange Strecke zu schwimmen. Hierzu wechseln sich alle Schwimmer einer Gruppe im 10-Minuten-Takt mit dem Schwimmen ab. Die erreichten Meter werden addiert und am Ende steht der Sieger fest.

Die Teams werden direkt zu Beginn der Veranstaltung gebildet. Ihr müsst euch einfach nur anmelden, könnt aber natürlich Wünsche äußern wenn ihr mit bestimmten Freunden in einem Team schwimmen möchtet.

Mitzubringen sind:

- Sportkleidung für die Wartezeit zwischen Schwimmzeiten
- eventuell etwas zu essen und zu trinken. (Bitte nicht in der Schwimmhalle)

Ganz wichtig!!!!!!!: Während der gesamten Veranstaltung sorgt DJ Marten für bunte Beleuchtung und gute Musik

Wir freuen uns auf euch

Bitte meldet euch für den Nachtmarathon bei Marten Herzog per Mail (marten.herzog@dinklage.dlrg.de) oder per Whatsapp an.