

AUSSCHREIBUNG

Regionalmeisterschaften Artistic Swimming 2026 der Regionen RZO / ROS / RSI

- Datum:** Freitag/Samstag/Sonntag, 20.-22. März 2026
- Organisator:** Region RZO in Zusammenarbeit mit den Regionen ROS und RSI
- Veranstalter:** Schwimmclub Flös Buchs
- Eventmanager:** Manuela Kalberer
E-Mail: synchro@scfloesbuchs.ch
- Ort (Wettkampfanlage):** Hallenbad Flös
Heldastrasse 50
9470 Buchs
- Schiedsrichterin:** Deborah Jütz
Tel. +41 77 439 84 90
E-Mail: deborah.juetz@swiss-aquatics.ch
- Resultatverantwortlicher:** András Nagypál: E-Mail: nagypalandras@gmail.com
Rosita Thöni: E-Mail : sekretariat@limmat-nixen.ch
Sara Stephani Bizzozero: E-Mail: saraste22@hotmail.com
- Teilnahmeberechtigt:** Vereine aus den Regionen RZO, ROS und RSI
- Teilnahmebedingungen:** Kategorien und Teilnahmebestimmungen gemäss Technische Daten (Anhang) zum Reglement RM RZO 2026
- Wettkampfdisziplinen:** Siehe Technische Daten (Anhang) zum Reglement RM RZO 2026
- Auslosung Pflicht:** Die Auslosung der Pflichtfiguren für die erfolgt durch die Schiedsrichterin **am Freitag, 13.03.2026 spätestens bis 12:00 Uhr.**

Die Startreihenfolgen der einzelnen Kategorien werden ausgelost und mit dem definitiven Programm bekannt gegeben.
- Kampfgericht:** Jeder teilnehmende Verein muss für jede Wettkampfkategorie in dem der Verein gemeldet ist, mindestens zwei Funktionäre Sekretär und pro 6 Schwimmerinnen einen dem Niveau der Kategorie entsprechenden Wertungsrichter stellen.
Dies bedeutet:
- Elite/U18/J1: R2-R4 Richter (in Ausnahmefällen sind R1-Richter erlaubt, welche von der Schiedsrichterin bestimmt werden)
 - U15/J2: F2-F4/R1-R4 Richter
 - U12/J3: F1-F4/R1-R4 Richter
 - U10/J4: F1-F4/R1-R4 Richter
- Meldung:** Mit dem offiziellen Meldeformular Regl. NW-AS 6.2.1 von Swiss Aquatics Artistic Swimming

Meldeadresse: Für Richter und Schwimmerinnen und Coach Cards:
Per Mail an die TD AS RZO Olga Smal
E-Mail: artisticswimming@rzo-aquatics.ch
Kopie an deborah.juetz@swiss-aquatics.ch und
nagypalandras@gmail.com, sekretariat@limmat-nixen.ch und
saraste22@hotmail.com

Meldegeld:

Pflicht	CHF 15.00
Solo Tech	CHF 20.00
Solo Free	CHF 20.00
Duett (mixed) Tech	CHF 40.00
Duett (mixed) Free	CHF 40.00
Trio (mixed) Tech	CHF 45.00
Trio (mixed) Fee	CHF 45.00
Team Tech	CHF 10.00 pro Schwimmerin max. CHF 60.00
Team Free	CHF 10.00 pro Schwimmerin max. CHF 60.00
Free Combo	CHF 10.00 pro Schwimmerin max. CHF 80.00
Acro	CHF 10.00 pro Schwimmerin max. CHF 80.00

Nach Erhalt der Einschreibungen wird den teilnehmenden Vereinen eine Rechnung von der Region RZO zugestellt.

Meldeschluss: **DEADLINES 2026:**
- FINAL ENTRIES **Saturday, February 28th**
- after **February 28th NO MORE entries will be accepted** by the referees;
only withdrawals with medical certificate are possible. Until **March 16th, 2026**, no fees will be charged.
- **COACH CARD: Thursday, 12th of March 2024 by 18:00.** After this date, changes in coach cards will only be accepted due to the withdrawal of a swimmer with a medical certificate in a team or duet event.

Abmeldung: Abmeldungen
- möglich bis **Samstag, 28. Februar**
- Die Anmeldegebühr bleibt geschuldet ab **Sonntag, 01. März 2026.**

Ausgewiesene zusätzliche Unkosten (gegen Quittung), die dem Veranstalter durch die Abmeldung entstanden sind, können dem Verein verrechnet werden. Übernachtungs- und Transportkosten sowie gebuchte Essen, welche über den Veranstalter gebucht wurden, bleiben geschuldet.

Lizenz: Für die Teilnahme an den Regionalmeisterschaften wird für einen Start in allen Kategorien eine Jahreslizenz benötigt.

Musik: Bitte die Musik bis spätestens **Donnerstag, 12. März 2026** per Mail oder Wettransfer an musik@scfloesbuchs.ch übermitteln.

Die Musik bitte im wav- und nicht im mp3-Format übermitteln, sodass die Unterwasser- und allgemeine Qualität gewährleistet ist.

Zusätzlich bitte als Backup einen USB Stick mitbringen.

Die Musik Files bitte mit den folgenden Informationen und in folgender Reihenfolge beschriften:

- Name des Clubs (mit der Abkürzung)
 - Kategorie
 - Solo, Duett/Trio, Team, Combo
 - Name der Schwimmerin(nen)
- z.B.: LUG_U10_Duett_Name der Schwimmerinnen

- Doping Kontrollen:** Sind jederzeit möglich.
- Versicherung:** Ist Sache der Teilnehmer und teilnehmenden Vereine. Der Organisator und der Veranstalter lehnen jede Verantwortung ab.
- Wettkampfprogramm:** siehe Beilage (PROVISORISCH). Nach Erhalt der Anmeldungen wird das Programm definitiv festgelegt.
- Spezielle Kür-Regelung:** Duette und Trios starten zusammen in einer Kategorie. Trios werden nicht separat gewertet.
- Auszeichnungen:** Medaillen für die Ränge 1-3
Kategorien Junior (J1), Elite
- Solo Tech und Free Routine
 - Duett/Trio (mixed) Tech und Free Routine
 - Team Tech und Free Routine
 - Acrobatic Routine
- Kategorien U15 (J2), U12 (J3), U10 (J4)
- Pflicht
 - Solo Free Routine
 - Duett/Trio (mixed) Free Routine
 - Team Free Routine
 - Free Combination (nur J2 / J3)
- Kategorie U1, Kategorie U2, Kategorie U3 (Breitensport)
- Solo Free Routine
 - Duett/Trio (mixed) Free Routine
 - Team Free Routine
 - Acrobatic Routine
- Verpflegungsstand:** Im Entrée wird es einen Stand mit Getränken, Kuchen und Snacks geben. Am Samstagabend und am Sonntagmittag kann ein warmes Essen bestellt werden. Details folgen.

Unterkunft: **Die Hotelbuchung ist von den Vereinen selber vorzunehmen.**

Wir wünschen allen eine gute Vorbereitungszeit. Den Richter/innen und dem Veranstalter danken wir jetzt schon ganz herzlich für ihre grosse Arbeit. Den Schwimmerinnen wünschen wir viel Erfolg.

Wir freuen uns auf gute und spannende Wettkämpfe!

Der Veranstalter:

Manuela Kalberer
Event Manager
Schwimmclub Flös Buchs

Der Organisator:

Olga Smal
Technische Direktorin Artistic Swimming
Region RZO

Beilagen

- Anhang I – Provisional Programme
- Anhang II – Technische Daten (Anhang) zum Reglement RM 2026

Region Zentralschweiz Ost (RZO)

Technische Daten (Anhang) zum Reglement der

Regionalmeisterschaften Artistic Swimming (RM-AS)

Season 2025 – 2026

Terminologie

Abweichend von den in den Statuten und Reglementen des SSCHV in männlicher Form verwendeten Begriffe wie z.B. Schiedsrichter oder Sportdirektor, wird in diesem Reglement die weibliche Form für alle Begriffe verwendet; sie umfasst jeweils die Angehörigen beider Geschlechter.

Outlook

- 1: Kategorien
- 2: Teilnahmebestimmungen
- 3: Programm
- 4: Figuren J4 + Freie Küren
- 5: Deadline & Others

1: Kategorien

Es bestehen folgende Kategorien:

- **Leistungssport**

Kategorien mit Altersbegrenzungen* (gemäss Jahrgang) ohne Testbedingungen – dies sind folgende:

- J1&E = Jugend 1 + Elite
- J2 = Jugend 2
- J3 = Jugend 3
- J4 = Jugend 4

* in den Kategorien J2, J3 sowie J4 sind maximal zwei (2) ältere Athletinnen (maximal zwei (2) Jahrgänge älter) zugelassen. Diese Regelung gilt nur für die Disziplin «Team und Combo».

- **Breitensport**

Kategorien gemäß Umsetzung Aqua Rules 2022-2025 von Swiss Aquatics

<https://www.swiss-aquatics.ch/leistungssport/artistic-swimming/reglemente-formulare-2/>

- Kat. U1
- Kat. U2
- Kat. U3

Die Schwimmerinnen der Breitensport Kategorie dürfen in der laufenden Wettkampf Saison für keinen nationalen Wettkampf gemeldet sein.

In beiden Kategorien (Leistungssport und Breitensport) sind männliche und weibliche Athleten zugelassen.

2: Teilnahmebestimmungen

Startberechtigt sind Schwimmer und Schwimmerinnen mit einer Jahreslizenz von Swiss Aquatics Artistic Swimming eines Mitgliedervereins der RZO, der ROS, der RSI oder eines eingeladenen nationalen oder internationalen Vereins. Jede Schwimmerin ist pro Disziplin nur einmal startberechtigt. Dies kann jedoch in verschiedenen Kategorien sein.

Voraussetzungen der einzelnen Kategorien:

- **Leistungssport** (gemäss Jahrgang*)

- J1&E: AG 13 & älter
- J2: AG 15 & jünger
- J3: AG 12 & jünger
- J4: AG 10 & jünger

Innerhalb einer Kategorie gibt es keine Testanforderungen.

* In den Kategorien J2, J3 sowie J4 sind maximal zwei (2) ältere Athletinnen (maximal zwei (2) Jahrgänge älter) zugelassen. Diese Regelung gilt nur für die Disziplin «Team und Combo».

- **Breitensport**

- Kat. U1: Test 3 minimum / AG 24 & jünger
- Kat. U2: Test 2 minimum / AG 15 & jünger
- Kat. U3: Test 2 & tiefer / AG 12 & jünger

Die Schwimmerinnen der Breitensport Kategorie dürfen in der laufenden Wettkampf Saison für keinen nationalen Wettkampf gemeldet sein.

3: Programm

Leistungssport

J4 Kategorie

In den Kategorie J4 wird Folgendes geschwommen:

- Figuren
- Freie Kür in den Disziplinen:
 - Solo (Einzelwertung für Männer und Frauen)
 - Duett/Trio
 - Mixed-Duett
 - Team

Das Total der Punkte der Figuren und der freien Kür, je mit 100% gewertet, ergibt die Klassierung der einzelnen Disziplinen. Zudem wird für die Figuren eine separate Rangliste, auch mit 100% bewertet, erstellt.

Für die Kategorie J4 werden jeweils schweizweit Figuren resp. Figuren-Teile festgelegt, mit einem Schwierigkeitsgrad versehen und in der Ausschreibung publiziert. Die freien Kürren sind schweizweit geregelt.

J3 und J2 Kategorien

In den Kategorien J2, J3 wird Folgendes geschwommen gemäss WA Rules 2023-2025:

- Figuren
- Freie Kür in den Disziplinen:
 - Solo (Einzelwertung für Männer und Frauen)
 - Duett/Trio
 - Mixed-Duett
 - Team
 - Combo (J3 und J2 als separate Rangliste)

Das Total der Punkte der Figuren und der freien Kür, je mit 100% gewertet, ergibt die Klassierung der einzelnen Disziplinen. Zudem wird für die Figuren eine separate Rangliste, auch mit 100% bewertet, erstellt.

Es werden in den Kategorien J2 und J3 die Figuren der WA 2022-2025 bzw. WA AG 13-15 (für J2 Kategorie) und WA AG 12&Under (für J3 Kategorie) geschwommen.

Die Kürzeiten richten sich nach dem *WARules*, d.h.:

- J2 gemäss WA AG 13-15
- J3 gemäss WA AG 12 & under

J1&E Kategorie

In den Kategorie J1&E wird Folgendes geschwommen gemäss WA Rules:

- Technische und Freie Kür in den Disziplinen:
 - Solo (Einzelwertung für Männer und Frauen)
 - Duett
 - Mixed-Duett
 - Team
 - Acrobatic Routine (4-10 wie bei nationalen Wettkämpfen)

Die Küren werden zu 100% gewertet und ergeben separate Ranglisten.

Die Kürzeiten richten sich nach dem *WARules*, d.h.:

- *J1&E* gemäss WA AG Junior + Senior

Breitensport

In den Kategorien U1, U2 und U3 wird Folgendes geschwommen:

- Freie Kür in den Disziplinen:
 - Solo (Einzelwertung für Männer und Frauen)
 - Duett/Trio
 - Mixed-Duett
 - Team
 - Acro

Athleten der Breitensport Kategorie sind ebenfalls berechtigt, in ihrer jeweiligen Altersklasse am Figuren Wettkampf teilzunehmen. Die Punktzahl für die Figuren wird NICHT in das Endergebnis für die Klassifizierung der Routinen der Breitensport-Kategorie eingerechnet.

Die Kürzeiten richten sich nach der Umsetzung Aqua Rules 2022-2025 von Swiss Aquatics AS.

Der Programmablauf wird in Zusammenarbeit von der Veranstalterin und der Fachwartin festgelegt.

4: J4 Figuren + Freie Küren

Als Zusatz wird folgendes definiert:

- Die Figuren der Kategorie *J4* wurden im Jahr 2022 in Absprache schweizweit festgelegt.

Figuren Kategorie J4

1. 101 Ballet Leg single

1.6

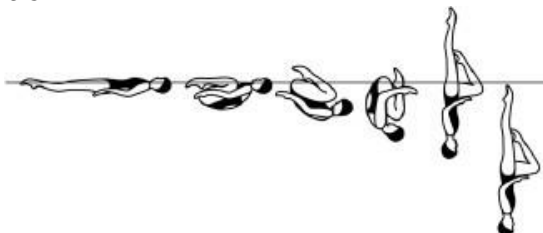
Begin in a **Back Layout Position**. One leg remains at the surface throughout. The foot of the other leg is drawn along the inside of the extended leg to assume a **Bent Knee Back Layout Position**. The knee is straightened, without movement of the thigh, to assume a **Ballet Leg Position**. The ballet leg is bent, without movement of the thigh, to a **Bent Knee Back Layout Position**. The toe moves along the inside of the extended leg until a **Back Layout Position** is assumed.



2. 316 Kipnus

1.4

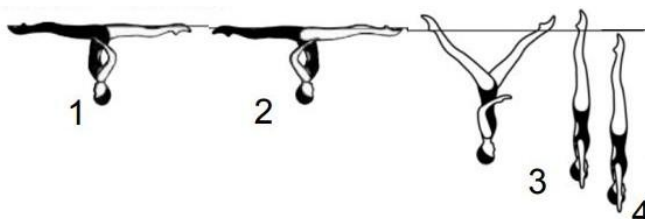
From a **Back Layout Position** a partial Somersault Back Tuck is executed until the shins are perpendicular to the surface. The trunk unrolls as the legs assume a **Bent Knee Vertical Position** midway between the former vertical line through the hips and the former vertical line through the head and the shins. A *Vertical Descent* is executed in a **Bent Knee Vertical Position**.



3. Ariana + Vertical Closing

1.3

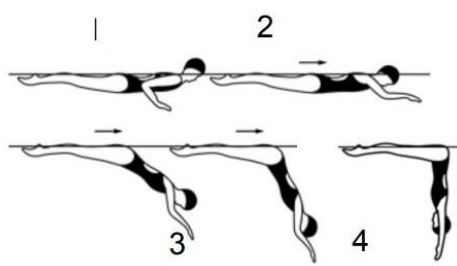
Start in a **Split Position** (left or right is free), the *Ariana Rotation* is performed. The legs simultaneously join to assume a **Vertical Position** at ankle level. A *Vertical Descent* is executed.



4. BM 3 – To assume a Front Pike Position

1.1

From a **Front Layout Position** with face in the water as the trunk moves downward to assume a **Front Pike Position**, the buttocks, legs and feet travel along the surface until the hips occupy the position of the head at the beginning of this action.



Freie Küren Kategorie J4

GEMÄSS UMZETZUNG AQUA RULES 2022-2025 VON SWISS AQUATICS AS.

- Rules für die Freie Kür in J4 **Solo**:

	Time (+/- 5 sec)	Total Required Elements	Summary
Solo	1'30"	3	3 Hybrids

Es besteht freie Wahl der Familien für Hybriden.

Es gelten die folgenden Anforderungen und Einschränkungen:

Jede Familie unterliegt den folgenden Begrenzungen hinsichtlich der Schwierigkeitsebenen (DD):

- **Thrusts (T)** – Schwierigkeitslevel von 1 bis 6, einschließlich Level 6.
- **Spins (S)** – Schwierigkeitslevel von 1 bis 6, einschließlich Level 6.
- **Twists (R)** – Schwierigkeitslevel von 1 bis 6, einschließlich Level 6.
- **Flexibility (F)** – Schwierigkeitslevel von 1 bis 5, einschließlich Level 5.
- **Airborne Weight (A)** – Schwierigkeitslevel von 1 bis 5, einschließlich Level 5.

Bei der Bewertung des Solos wird für jede Figur ein Punkt vergeben. Die Schwierigkeit wird bei der Bewertung des Solos nicht berücksichtigt. Es werden zwei Noten vergeben: Elements und Artistic Impression.

Eine Figur gilt als Hybrid, wenn sie aus 2 bis 10 Bewegungen besteht.

Besteht eine Figur aus mehr als 10 Bewegungen, wird eine Penalty **von 2 Punkten** von der Elements Score abgezogen.

5: Deadlines & Others

DEADLINES 2026:

- FINAL ENTRIES **Saturday, February 28th, 2026**

- after the 28th of February NO MORE entries will be accepted by the referees; only withdrawals with medical certificate are possible. Until **March 16th, 2026** no fees will be charged.

JUDGES PANELS:

- Leistungssport / Breitensport gemäss FINA 2022-2025 Rules:

- 2 panels of 5 (five) judges for **Elements (ELE)** and **Artistic Impression (AI)**.
- 1 panel of 3 or 4 (three or four) **Synchronization Technical Controllers (STC)**.
- 1 panel of 3 or 4 (three or four) **Difficulty Technical Controllers (DTC)**.

*All the coaches must fill and submit the official Coach Card **9 days prior** the competition.*

LEISTUNGSSPORT FIGURES for season 2026

- J4 category → 4 fixed figures as specified in chapter 4 of this document
- J3 category → Compulsory + Optional Group drawn between Group 1, 2 and 3.
Optional Group wird am 13.03.2026 bis 12:00 Uhr bekannt geben
- J2 category → Group wird am 13.03.2026 bis 12:00 Uhr bekannt geben.

PROVISIONAL PROGRAM – REGIONALMEISERSCHAFTEN RZO-ROS-RSI 2026
Friday, March 20th, 2026

18:30	Pool Opening for Breitensport Athletes, Coaches and Team Managers / Judges Breitensport
18:45	Team Managers Meeting for Breitensport Solo
18:45-19:15	Warm up Solo Free BREITENSPORT U3-U2-U1
19:00	Judges Meeting Breitensport Solos
19:30– 20:15	SOLO FREE U3 (2) SOLO FREE U2 (3) SOLO FREE U1 (2)
20:30	Award Ceremony for Breitensport Solos

Saturday, March 21st

8:30	Pool Opening
8:45	Team Managers Meeting in the school room.
8:45- 9:15	Warm up Figures J4 + Figures J2 (1 group 30 minutes)
9:15	Judges Roll Call and Figure discussion at panel
9:30– 10:45	FIGURE Competition J4 (36 - 2 panels) FIGURE Competition J2 (40 - 2 panels)
11:00 – 11:30	Warm up Figures J3 (1 group 30 min)
11:30	Judges Roll Call Judges Figure discussion at panel
11:45 – 12:30	FIGURE Competition J3 (42 - 4 panels)
12:00 – 13:00	Lunch Break
13:00-14:00	Warm up Solo Tech J1&E (7) + Team Free J4 (4) + Combo J2 (1) – DTC observe music training. (2 groups - 30 min - 10 min. swim – 20 min. run through with music)
13:00 – 13:30	Warm Up Solo Tech J1&E + Combo J2
14:30 – 14:00	Warm Up Team Free J4
14:00	Judges Meeting - Roll Call at the pool desk
14:15– 15:25	SOLO TECH J1&E (7) COMBO J2 (1) TEAM FREE J4 (4)
15:30-16:30	Warm up Duet Tech J1&E (4) + Combo J3 (1) + Team U3-U2-U1 (10) + DTC observe music training. 15:30-16:00 Warm Up Duet Tech J1&E + Combo J3 + Warm Up Team U3 16:00-16:30 Warm Up Team U2 + Team U1
16:30	Judges Meeting - Roll Call at the pool desk
16:45-18:00	DUET TECH J1&E (4) COMBO J3 (1) TEAM FREE U3 (3) TEAM FREE U2 (4) TEAM FREE U1 (3)
18:15	Parade of all athletes and Award Ceremonies for Figures J4 + Team Free J4 + Figures J3 + Combo J3 Figures J2 + Combo J2 – Solo Tech J1 + Duet Tech J1 + Team Breitensport U3 + U2 + U1
19:00-19:30	Warm up Acrobatic Routine J1&Elite (1 group: 10 min swim + run through with music) DTC observe music training.
19:30	Judges Meeting - Roll Call at the pool desk
19:45-20:15	ACROBATIC ROUTINE J1&E (4)
20:30	Awards Ceremony Acrobatic Routine

Sunday, March 22nd

08:00	Pool Opening
08:15	Team Managers Meeting for the whole day in School Room
08:15 – 8:45	Warm up Duet Free J4 + Duet Free J3 + Duet Free J2 + Duet Free J1&E
09:00	Judges Roll Call at the pool desk.
09:15 – 10:30	DUET FREE J4 (3) DUET FREE J3 (5) DUET FREE J2 (6) DUET FREE J1&E (1)
10:45 – 11:15	Warm Up Breitensport Duets + Team Tech J1&E
11:15	Judges Roll Call at the pool desk
11:30-12:20	DUET FREE U3 (1) DUET FREE U2 (3) DUET FREE U1 (3) TEAM TECH J1&E (2)
12:30-13:00	Warm up Solo Free J4 + Solo Free J3 + Solo Free J2 + Solo Free J1&E
13:00	Judges Roll Call at the pool desk.
13:15 – 14:00	SOLO FREE J4 (1) SOLO FREE J3 (4) SOLO FREE J2 (4) SOLO FREE J1&E (1)
14:15	Award Ceremonies for ALL Duet Free Events and Team Tech J1
14:45– 15:45	Warm up Team Free J3 + Team Free J2 - DTC observe music training. (2 groups 30 min each – 10 min. swim + 20 minutes run through with music)
14:45 – 15:15	Warm Up Team Free J3
15:14– 15:45	Warm Up Team Free J2
15:45	Judges Roll Call at the pool desk.
16:00– 17:00	TEAM FREE J3 (5) TEAM FREE J2 (5)
17:15	Award Ceremonies for Solo Free J4 - Solo Free J3 + Team Free J3 – Solo Free J2 + Team Free J2 – Solo Free J1&E + Acrobatic Routine J1&E
17:45	End of the Competition