

Schwimmtrainings

rotsee-badi.ch
ebikon

Rotsee-Badi
Rotseeweg
6030 Ebikon

Bus Nr. 22/23 ab Bahnhof Luzern
Haltestelle Falken

LIDO
LUZERN

Strandbad Lido
Lidostrasse 6a
6006 Luzern

Bus Nr. 6/8/24 ab Bahnhof Luzern
Haltestelle Verkehrshaus

5
Schwimm-
trainings
Infos online

Möchtest du mal eine längere Strecke im See schwimmen, ohne gleich die offene Strecke zwischen den Strandbädern Lido und Tribtschen zurückzulegen? Oder lass deine Schwimmtechnik durch fachkundige Leitung analysieren und hole dir wertvolle Tipps und Tricks, um die Seeüberquerung sicher, effizient und vielleicht sogar etwas schneller zu schaffen.

Wir bieten dir an fünf Samstagmorgen diese Möglichkeit!

Jeweils zwei Stunden lang sind Schwimmcoaches da, um zu beobachten, zu beraten und zu motivieren. In der ersten Stunde wird an der Schwimmtechnik gearbeitet, um im zweiten Teil eine längere Strecke am Stück zu schwimmen.

Daten Rotsee-Badi: Samstag, 17. Juni / 24. Juni, jeweils 9:30–11:30

Daten Strandbad Lido: Samstag, 15. Juli / 29. Juli / 12. August, jeweils 9:30–11:30
Durchführung bei jedem Wetter, ausser bei Gewitter.

Unkostenbeitrag: Fr. 20.– pro Datum. Inklusive Badi-Eintritt, je nach Anzahl Teilnehmenden einer oder mehrere Schwimmcoaches.

Anzahl der Teilnehmenden: mind. 5 Personen, max. 20 Personen.

Anmeldung: Für ein, zwei, drei, vier oder fünf Schwimmtrainings (zusammen mit der Anmeldung zur Seeüberquerung).

Voraussetzungen:

- Erfüllen der Anforderungen zur Seeüberquerung Luzern (siehe Website www.seeüberquerung-luzern.ch)
- Anmeldung zur Seeüberquerung Luzern (via Website / Anmeldeformular)

Wichtig: Keine Vor-Ort-Anmeldungen, kein Privat-Schwimmunterricht.

Organisationspartner



Unsere Hauptpartner



Unsere Partner



brand-neuch

Organisiert durch



VEREIN
SEEÜBERQUERUNG
LUZERN

SEE ÜBERQUERUNG LUZERN

Sonntag, 20. August 2023

Der grösste Wassersportanlass vor Luzerner Kulisse

5
Schwimm-
trainings
Infos online

Info und Anmeldung: www.seeüberquerung-luzern.ch

Am Sonntag, 20. August 2023 findet sie wieder statt: die Seeüberquerung Luzern. Der grösste Wassersportanlass der Zentralschweiz kombiniert Action mit Strandfeeling. Mit Start im Lido überqueren die Schwimmenden die Luzerner Seebucht zum Strandbad Tribtschen.



Kategorie Schwimmen

Startgebühren (600 Startplätze)

Erwachsene ab 16 Jahren (Geburtsdatum) Fr. 40.–

Jugendliche 12–15 Jahre (Geburtsdatum) Fr. 25.–

Jugendliche nur in schwimmerischer Begleitung eines Erwachsenen

Anmeldung

13. Mai 2023 Öffnung des Anmeldeportals auf:

www.seeüberquerung-luzern.ch

6. August 2023 späteste Schliessung der Anmeldeplattform
(oder früher, wenn alle Startplätze vergeben sind)

Anmeldeverfahren erfolgt ausschliesslich elektronisch (Web)

Im Startgeld inbegriffen sind: Eintritte Strandbäder Lido und Tribtschen, Gepäcktransport Lido – Tribtschen, Organisation der sicheren Überquerung, Zeitmessung, Badekappe, Handtuch (im Ziel), Verpflegung (Strandbad Tribtschen), 2 Eintritte für Supporter im Strandbad Tribtschen.

Supporter im Lido benützen den öffentlichen Strandbadeingang (reduzierter Eintritt von Fr. 5.– pro Supporter). **Supporter** im Tribtschen (2 pro Teilnehmer, mit Eintrittscode) benützen den speziellen Strandbadeingang. Weitere Supporter im Tribtschen benützen den öffentlichen Eingang gegen eine normale Eintrittsgebühr.

Programm Schwimmen

verbindliches Programm auf Webseite

9.00 Uhr Start Check-In (keine Nachmeldungen möglich)

10.15 Uhr spätestens Check-In

11.45 Uhr Start Schwimmen

13.00 Uhr Siegerehrung



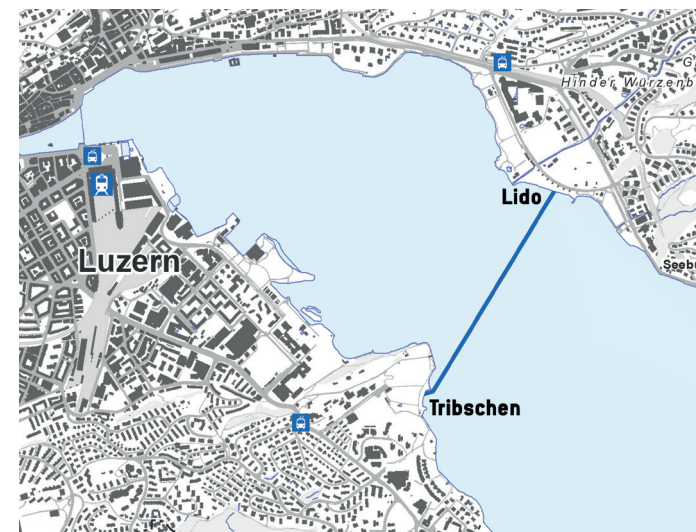
Wärmende Kleidung bis zum Start...

Nach Abgabe des persönlichen Gepäcks kann auch im 2023 ein wärmender Pullover, ein T-Shirt oder ein Sonnenhut getragen und kurz vor dem Start in einem «Dräksak» abgegeben werden. Unser Partner Düring AG Ebikon übernimmt den Transport der «Altkleider» zum karitativen Verwerter.

Die Teilnehmenden können so auch nach der Abgabe des Gepäcks noch eine schützende Schicht auf der Haut tragen und durch den «Dräksak» eine sinnvolle Wiederverwertung unterstützen.

DÜRING 
WIR ENTSORGEN. NATÜRLICH.

Strecke



Schwimmen: 1.1 km, Strandbad Lido – Strandbad Tribtschen

Weitere Informationen auf www.seeüberquerung-luzern.ch



www.seeüberquerung-luzern.ch