

3. Helfmann-Cup

**13. und 14.02.2010 im Hallenbad
Frankfurt/M. - Höchst**



NEU – NEU – NEU

**Mannschaftsprämien (Platz 1 = 300 €,
Platz 2 = 200 €, Platz 3 = 100 €)**

**Mehrkampfwertung mit Pokalen für jeden
Jahrgang**

**96 Prämienläufe, 19 Pokale, 747 Medaillen,
Urkunden und Sachpreise**

Schwimmgemeinschaft Frankfurt (SGF)

Michael Ulmer, Beselerstr. 5, 60385 Frankfurt, Tel.: 069 - 94411690, Fax: 069 - 437970, Mail: michael-ulmer@sg-frankfurt.de

3. Helfmann - Cup

I. Abschnitt:	Samstag 13.02.10	Beginn 11.00 Uhr	Einlass 10.00 Uhr
WK			
1.	100 m Brust	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
2.	100 m Brust	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
3.	200 m Schmetterling	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
4.	200 m Schmetterling	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
5.	100 m Rücken	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
6.	100 m Rücken	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
7.	200 m Freistil	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
8.	200 m Freistil	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
II. Abschnitt			
Beginn: 45 Minuten nach Ende des I. Abschnittes			
WK			
9.	100 m Schmetterling	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
10.	100 m Schmetterling	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
11.	200 m Rücken	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
12.	200 m Rücken	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
13.	100 m Freistil	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
14.	100 m Freistil	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
15.	200 m Lagen	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
16.	200 m Lagen	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
III. Abschnitt			
Sonntag 14.02.10			
Beginn 10.00 Uhr			
Einlass 9.00 Uhr			
WK			
17.	50 m Rücken	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
18.	50 m Rücken	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
19.	50 m Brust	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
20.	50 m Brust	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
21.	400 m Freistil	weibl.	95 und älter, 96 bis 2000 (jahrgangsweise)
22.	400 m Freistil	männl.	95 und älter, 96 bis 2000 (jahrgangsweise)
23.	100 m Lagen	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
24.	100 m Lagen	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
IV. Abschnitt			
Beginn: 45 Minuten nach Ende des III. Abschnittes			
WK			
25.	50 m Freistil	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
26.	50 m Freistil	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
27.	50 m Schmetterling	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
28.	50 m Schmetterling	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
29.	200 m Brust	weibl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
30.	200 m Brust	männl.	95 und älter, 96 bis 2002 (jahrgangsweise)
31.	400 m Lagen	weibl.	95 und älter, 96 bis 2000 (jahrgangsweise)
32.	400 m Lagen	männl.	95 und älter, 96 bis 2000 (jahrgangsweise)
Im Anschluss an WK 30 erfolgen die Pokalübergaben			

