

## Wichtige Fragen und Infos

- Das Event findet in Zusammenarbeit mit dem SC Delphin statt. Da der Verein somit als Ausrichter fungiert, sind alle Teilnehmer versichert.
- Natürlich dürfen Hilfsmittel verwendet werden: Kick, Flossen, Paddels etc. Bitte Mitschwimmer beachten.
- run to help e.V. und die Kuchentheke des SC Delphin Ingolstadt stellen Getränke, Semmeln sowie Kuchen etc. für die Schwimmer → bitte bedient euch.
- Du möchtest einen Kuchen beisteuern? Melde dich gerne unter [info@runtohelp.de](mailto:info@runtohelp.de)
- Wichtig: Deine Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Weder run to help e.V. noch der SC Delphin Ingolstadt e.V. haften für Diebstähle und körperliche Probleme bzw. deren Folgen. Bitte achtet auf eure Sachen und euren Körper. Kein falscher Ehrgeiz, es geht am Ende des Tages um den guten Zweck.
- Minderjährige Schwimmer (unter 18 Jahre) benötigen zwingend eine unterschriebene Einverständniserklärung der Eltern. Liegt diese am 23.12. nicht vor, darf nicht gestartet werden. Bitte wendet euch direkt per Mail an uns unter [info@runtohelp.de](mailto:info@runtohelp.de)

## Zeitplan

13:30	run to help e.V. ist für euch vor Ort
ab 13:45	Spendenbox steht bereit – hier könnt ihr eure gesammelten oder eigenen Spenden abgeben
ab 13:45	wenn gewünscht, aufhängen der „Spendentafeln“ mit euren Unterstützern
14:20	verpflichtende „Besprechung“ für alle Teilnehmer → am Beckenrand mit Gruppefoto (hier natürlich freiwillig)
14:20 – 14:29	Einrichten der Bahnen und Absprechen mit den Mitschwimmer auf der Bahn
14:30	Start 100x100m Spendenschwimmen
18:30	Ende und Zeitlimit!! → bitte bei pace-Planung und Abgang beachten!
bis 18:45	Räumen der Umkleiden und des Bades
Durchgängig	Versorgung durch die Kuchentheke des SC Delphin Ingolstadt e.V. mit Süßem und Herzhaftem sowie Getränken