

HVIDOVRE SVØMMEKLUB

indbyder til

HVIDOVRE



29. SEPT - 17. NOV
16. MARTS - 27. APRIL

4 Stævner for de yngste konkurrencesvømmere
Stævnerne henvender sig primært til nye og uerfarne svømmere

FRIHEDENS IDRÆTSCENTER HVIDOVRE

HVIDOVRE MEDLEY CUP 2018-2019

HVIDOVRE SVØMMEKLUB afholder en stævnerække med 4 stævner for de yngste konkurrencesvømmere.

Der afholdes to stævner i efteråret 2018 og to stævner i foråret 2019.

Stævnerne henvender sig primært til nye og uerfarne svømmere, der skal ud og samle erfaring.

Det er vigtigt for os, at samtlige svømmere får en god stævneoplevelse.

Stævnerne vil hver tage mellem 3 og 4 timer.

DATOER

- **Stævne 1: 29. SEPTEMBER 2018**
- **Stævne 2: 17. NOVEMBER 2018**
- **Stævne 3: 16. MARTS 2019**
- **Stævne 4: 27. APRIL 2019**

Alle stævner afholdes i **Frihedens Idrætscenter**, Hvidovrevej 446, 2650 Hvidovre

TIDTAGNING

Manuel tidtagning, med resultater på LiveTiming

STÆVNEPLAN

Hvert stævne har følgende stævneplan:

Indgang til hal og omklædning kl. 10.00

Opvarmning fra kl. 10.00

Holdledermøde kl. 10.00

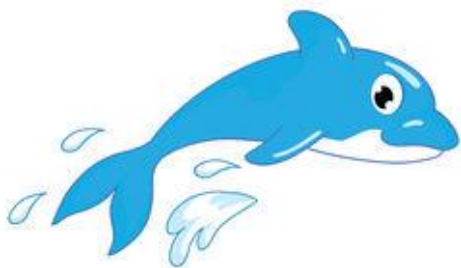
Officialmøde kl. 10.15

Stævnestart kl. 11.00

Sekretariat forefindes i svømmehallen og er bemandedt fra kl. 10.00.

Eventuelle afmeldinger, samt holdkap tilmelding skal foregå elektronisk via app.livetiming.dk senest kl. 10.00.

Holdkapkort til 8x50m fri skal dog afleveres i sekretariatet, senest 45 min før stævnestart



FORHÅNDSTILMELDING

Det er muligt at forhåndstilmelde sig til de enkelte stævner. Send en mail til staevne@hvsk.dk med angivelse af antal svømmere og forventet antal starter pr. stævne.

STÆVNETILMELDING

Stævnetilmeldinger skal afleveres i WinGrodan anmeldelsesfil

Tilmelding til stævnet er først gyldigt når der er oplyst navne på officials, samt gennemførte moduler

WinGrodan anmeldelsesfil sendes på mail til stævne@hvsk.dk

SIDSTE ANMELDELSSESFRIST ER:

- **Stævne 1: 14. SEPTEMBER 2018**
- **Stævne 2: 2. NOVEMBER 2018**
- **Stævne 3: 1. MARTS 2019**
- **Stævne 4: 12. APRIL 2019**

ANMELDELSSESGBYR

- 50 kr. pr. individuel start
- 50 kr. pr. holdkap start

Såfremt anmeldelse ikke sker som WinGrodan anmeldelsesfil, opkræves 10 kr. ekstra pr. start

Hvidovre Svømmeklub fremsender faktura til de deltagende klubber efter stævneafholdelse

STARTLISTER

Forud for stævnet placeres startlister på aktivitetskalenderen på svoem.org

AFMELDING

Afmelding senest kl. 10:00 - Stævnet benytter elektronisk afmelding, app.livetiming.dk

Startpenge gives ikke retur ved afmelding

KRAV TIL DELTAGELSE

Ingen krav udover alder – se afsnittet om aldersgrupper nedenfor

BEGRÆNSNING

Hvidovre Svømmeklub lukker for tilmeldinger, når længden af et stævne er på mellem 3 og 4 timer. Tilmelding vil være efter først-til-mølle princippet

ANTAL STARTER

Hver svømmer må højst deltage i 1 individuelle start per stilar



ALDERSGRUPPER 2018-2019

Der svømmes i følgende aldersgrupper:

	PIGER	DRENGE
GRUPPE 1	2008	2007
GRUPPE 2	2009	2008
GRUPPE 3	2010	2009
GRUPPE 4	2011 og yngre	2010 og yngre

MEDALJER

Der gives medaljer til nr. 1, 2 og 3 i hver aldersgruppe i hvert løb

OFFICIALS

Hver klub skal stille med **3-4 officials**, afhængig af antallet af deltagende klubber. Mindst to skal være dommeruddannet

Hvidovre Svømmeklub serverer morgenmad under officialmødet. Derudover serveres løbende frugt, slik, kage og drikkevarer under stævnet

LEJ EN OFFICIAL

Hvidovre Svømmeklub tilbyder at stille officials for de klubber, der ikke selv kan medbringe.

Pris: 500 kr. pr. official pr. stævne

For bestilling af officials, kontakt Hvidovre Svømmeklubs stævneudvalg, på staeвне@hvsk.dk, senest i forbindelse med anmeldelsen

TRÆNER/HOLDLEDER

Forplejning: Bord med morgenmad kaffe/thé i hallen

HYGIENJE

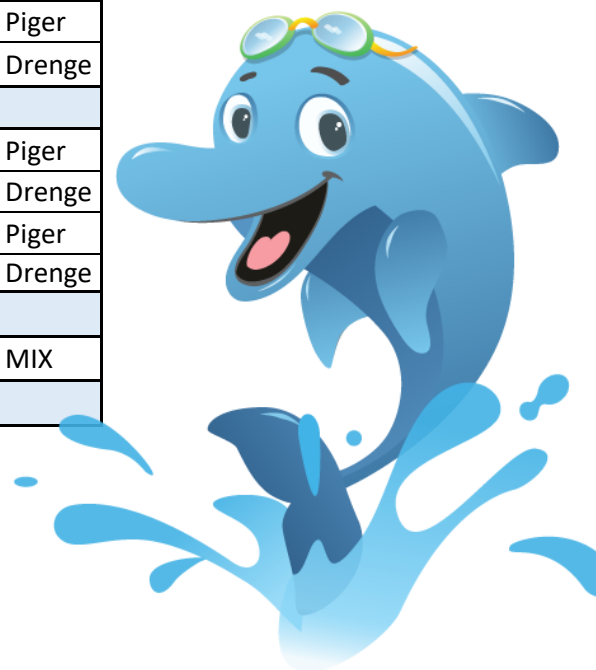
Alle svømmere skal vaske sig med sæbe, inden de må benytte bassinet. Det gælder også efter toiletbesøg

KONTAKT

staeвне@hvsk.dk

LØBSPROGRAM 2018–2019

LØBSPROGRAM			
1	4x50m	Medley	Piger
2	4x50m	Medley	Drenge
KORT PAUSE			
3	25m	Rygsvømning	Piger
4	25m	Rygsvømning	Drenge
5	25m	Brystsvømning	Piger
6	25m	Brystsvømning	Drenge
7	50m	Frisvømning	Piger
8	50m	Frisvømning	Drenge
9	50m	Butterfly	Piger
10	50m	Butterfly	Drenge
PRÆMIEOVERRÆKKELSE			
11	100m	Rygsvømning	Piger
12	100m	Rygsvømning	Drenge
13	100m	Brystsvømning	Piger
14	100m	Brystsvømning	Drenge
15	100m	Medley	Piger
16	100m	Medley	Drenge
PRÆMIEOVERRÆKKELSE			
17	25m	Butterfly	Piger
18	25m	Butterfly	Drenge
19	25m	Frisvømning	Piger
20	25m	Frisvømning	Drenge
21	50m	Rygsvømning	Piger
22	50m	Rygsvømning	Drenge
23	50m	Brystsvømning	Piger
24	50m	Brystsvømning	Drenge
PRÆMIEOVERRÆKKELSE			
25	100m	Frisvømning	Piger
26	100m	Frisvømning	Drenge
27	200m	Medley	Piger
28	200m	Medley	Drenge
KORT PAUSE			
29	8x50m	Frisvømning	MIX
PRÆMIEOVERRÆKKELSE			





indbyder til

Medley Cup - 29.09.2018, 17.11.2018, 16.03.2019, 27.04.2019

Fire stævner for de yngste konkurrencesvømmere.

Stævnerne er med manuel tid og LiveTiming.

CHRISTMAS RACE – 1. december 2018

Et stævne for Årgang, Junior og Senior

El-tid, LiveTiming og Træner Lounge

GRAND PRIX – 11. & 12. maj 2019

Et stævne for alle - HELE DM PROGRAMMET!

El-tid, LiveTiming og Træner Lounge

MADWAVE CHALLENGE – 14. & 15. september 2019

Et stævne for alle

El-tid, LiveTiming og Træner Lounge

Senior, Junior og Årg 1 om lørdagen. - Årg 2 og børn om Søndagen.

WWW.HVSK.DK