

Bag Julestævne, 8 januar

Sted: Svendborg - centrumpladsen

Indsvømning	Ledermøde	Officialmøde	Stævnestart
10.00	10.00	10.15	11.00

Indsvømning er den opvarmning, svømmerne får inden stævnet. Det vil sige, at svømmerne skal være omklædt og klar til at hoppe i vandet kl 10.00

Holdlederen deltager i holdledermødet, og de tilmeldte officials i officialmødet.

Deltagere:

Andreas Pedersen	Sofie Kaysen
Barbara Ammentorp	Thomas Birk Kristensen
Nicolai Frolov Andersen	Maria Bredal Larsen
Helga Bak	Nikolaj Hynkemejer Maaløe
Iben Bak	Mingus Emil Dahl Okkerholm
Freja Falkenstrøm	Karina Høybye Olesen
Carl Meusling Gadegaard	Kristine Kipper Pedersen
Nicolai Graff	Maja Johanne Pedersen
Maria Bebe Hansen	Thea Lund Petersen
Karoline Elholm Juliussen	Mark Nancke
Randi Jørgensen	

Kørsel fra Nyborg svømmehal kl. 09.00

Lasse: Kristine, Helga, Iben, Barbara

Nicolai Andersen: Carl, Thomas, Nikolaj Maaløe

Anne: Maria Bredal, Nicolai G., Mingus

Resten køre selv

Træner:

Martin: 22 90 79 13

Katrine

Karim

Malou

Holdleder:

Dorte Falkenstrøm

Karin Juliussen

Officials:

Helle Bebe, modul 2

Lene Jørgenssen, modul 2

Lasse Pedersen, modul 2

Afbud: Skal ske til træneren så hurtigt som muligt.

Startliste: Findes på hjemmesiden. Det er altid en god ide, at tjekke om ens barn er tilmeldt de rigtige løb.

Stævnetasken – hvad skal med?:

Badetøj, badehætte, svømmebriller, 2 håndklæder, shorts, t-shirt. Madpakke, drikkedunk, snacks f.eks. nødder, rosiner, müeslibar m.v. Det er som regel ikke muligt, at købe mad, så det er vigtigt selv at medbringe!

Vi spiser ikke slik eller drikker sodavand under stævnerne, men spiser gerne sund mad, som pastasalat, rugbrød m.m.

Hvem tager med fra svømmeklubben?

Der er altid mindst én træner med. Desuden skiftes forældrene til at være holdleder. Holdlederen hjælper træneren med det praktiske i forbindelse med stævnet. (Ledermøde, sende svømmerne til start på de rigtige tidspunkter m.v.) Holdleder og træner tager sig også af børn, der er afsted uden forældre

Hvordan ved jeg, hvornår det er mit barns tur til at svømme?

Træneren og holdlederen har en startliste, så de hjælper svømmerne med at komme til start. Svømmerne skal dog være opmærksomme og holde sig i nærheden af træneren, da denne ikke har mulighed for at gå og lede efter de enkelte svømmere. Desuden spørger tidtageren om svømmernes navn, når de kommer op til start-enden, så det sikres, at svømmerne starter i det rigtige heat.

Hvor kan jeg se tiderne?

Alle tider bliver efter stævnet lagt på NSKs hjemmeside, under stævner og resultater.