



## FynRundt 2, 11. november 2017

**Sted:** Nyborg Svømmehal

Indsvømning	Ledermøde	Officialmøde	Stævnestart
10.00	09.45	10.00	11.00

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

Ledermøde er et møde, hvor stævnearrangørerne giver en række praktiske oplysninger til holdlederne. Holdlederne deltager i mødet, og giver oplysningerne videre til trænere og svømmere.

### Deltagere:

	Frida Mühring	Mathilde Nissen
Alexander Kirk	Gilbert Eskildsen	Mathilde Vestergaard
Alexander Okkerholm	Gritt Celina Aasted	Mikkel Bredal Larsen
Andreas Pedersen	Johan Lundsgaard Palm	Nanna Mühring
Bertram Poser Jensen	Julie Johansen	Nicole Christiansen
Cathrine Høst	Kamilla Hårbøl	Nikolaj Kobbernagel
Clara Lindstedt	Karoline Elholm Juliussen	Nina Seirup
Clara Rasmussen	Katrine Elholm Juliussen	Oceane Cailho
Danilo Waaring	Katrine Vølund	Oskar Mühring
Dicte Klysner Christiansen	Klara Amalie Nielsen	Piotr Stadnicki
Dicte Søjbjerg Falkenstrøm	Klara Kaysen	Sarah Qvist
Ella Hedegaard Rasmussen	Laura Riber Memborg	Silas Plaetner
Emil Borksted Mortensen	Lauritz Høybye Olesen	Sille Grønfeldt
Emil Ramshøj	Lena Mohammad Al-Baroudi	Sofie Kaysen
Eszter Vad	Liv Kristensen	Teodor Thuelund
Frederik Skjerning Sørensen	Lukas Skov Christiansen	Tobias Hansen
Frederikke M. Christensen	Luna Benjaminsen	Toke Hjalmar Nielsen
Freja Søjbjerg Falkenstrøm	Maja Johanne Pedersen	Willas Kazhel
Freja Trasbo Vestergaard	Mathias Gramstrup Madsen	Wilma Hegner Duus
Frey Nielsen Memborg		

**Trænere:** Tenna, Josefine, Emilie, Nicolai, Thea, Karsten, Mette, Katrine/Karim.

**Holdleder:** B: Søren Riber, C2: Marianne Mühring. Holdleder på C1, T1, T2 og T3 aftales indbyrdes med trænerne, da der ikke er nogle som har meldt sig til opgaven ved tilmeldingen.

**Official:** Tina Vaaring, Heidi Pleatner Nielsen, Randi Poser, Rikke Caiho, Anette Kirk og Carsten Vestergaard. Reserver: Lene Hørbye og Karin Juliussen.

**Hjælpe i sekretariatet:** Kinne Kaysen

**Opsætning i hallen:** Michael Hegner, Michal Stadnicki.

**Forplejning:** Kim Hedegaard Nielsen, Britt Kristensen.

**Runner:** Sandra Gramstrup Madsen

**Afbud:** Meldes til trænerne hurtigst muligt.

### **Startliste:**

Når der er udarbejdet en startliste kan den ses på vores hjemmeside. Det er altid en god ide, at tjekke om ens barn er tilmeldt de rigtige løb.

Løbsprogrammet bliver først trykt kort før stævnestart. Dette sker så sent, fordi stævnesekretariatet så kan nå at registrere eventuelle afbud, så de kan undgå, at der svømmes med tomme baner i et heat.

### **Stævnetasken – hvad skal med?**

Badetøj, badehætte, svømmebriller, 2 håndklæder, shorts, t-shirt. Madpakke, drikkedunk, snacks f.eks. nødder, rosiner, müslibar m.v. OBS: 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 trænerne 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 af sted uden forældre.

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

Træneren og holdlederen har et løbsprogram, 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.

Der er flere heats i hvert løb, og det er svømmerens tid i det pågældende løb, der afgør, hvilket heat man bliver placeret i. Svømmere, der ikke har svømmet løbet før – og dermed ikke har en tid, bliver placeret i de første heats. De hurtigste tider bliver placeret i de sidste heats.

### **Hvor kan jeg se tiderne?**

Alle tider bliver efter stævnet lagt på NSKs hjemmeside. I venstremenuen på hjemmesiden er der et punkt, der hedder stævner. Under dette punkt, finder du underpunkterne, Tilmelding til stævner, Information om stævner og Resultater.

**Forældre hjælp før, under og efter stævnet:**

Vi hjælpes ad med at stille op når vi aflevere vores børn til omklædning.

**Alle hjælper til med oprydning efter stævnet.**