



Infoseddel

Regionsmesterskab 2025
25. og 26. oktober 2025

Sted: Humlehøj Hallen - Stråbjergvej 1, 6400 Sønderborg

Tidsplan

Lørdag

Adgang til omklædning: 7.45

Indsvømning kl. 8.00

Holdledermøde kl. 8.15-8.30

Officials møde kl. 8.30-9.25

Stævnestart kl. 9.30

Søndag

Adgang til omklædning 7.30

Indsvømning kl. 8.00

Holdledermøde kl. 8.15-8.30

Officials møde kl. 8.30-9.25

Stævnestart kl. 9.30

Overnatning/bespisning: Overnatning vil foregå på Humlehøjskolen, som ligger i umiddelbar tilknytning til Svømmehallen.

Der serveres aftensmad lørdag, morgenmad og frokost søndag. Der er **ikke** bestilt madpakker til hjemturen.

Man skal have spist morgenmad hjemmefra, men medbring gerne en lille morgenmadpakke, som kan spises, når man ankommer til Sønderborg.

Endvidere skal man have frokost med til lørdag middag, da det første måltid der serveres, er aftensmad. Husk at medbringe sund mad – vi spiser ikke slik, chips, kager og lignende svømmestævner.

Deltagere:

August Urlund

Hanna Busk-Clausen

Martin Stokholm

Emilie Guldager Schmidt

Ingrid Gaarsmand

My Krolykke Vesterby

Emma-Marie Storm Van den Brekel

Jakob Nielsen

Nikkia Planck Steenholdt

Frida Krogh Kristiansen

Karla Krog

Noah Andersen

Gaia Paaske

Leonora Gaarsmand

Vega Annabella Flint

Liv Andersen

Christensen

Evt. afbud meldes hurtigst muligt til din træner.

Holdledere



Infoseddel

Regionsmesterskab 2025

25. og 26. oktober 2025

- Emil Gaarsmand
- Michael Planck

Husk urtekniv, skrællekniv, skærebræt, viskestykke og stævnekeks til snacks eller andet til at opbevare snacks i. Holdlederne deles om opgaverne både i forhold til understøttelse af trænere og øvrige opgaver.

Officials

Følgende forældre er valgt som officials.

Officials lørdag og søndag

- Nina Andersen – Starter
- Dea Ravn - modul 1 og 2
- Henrik Urlund - modul 1 og 2
- Anne-Sofie Krog Clausen - modul 1 og 2
- Dorota Busk-Clausen – modul 1 og 2

Official søndag

- Lars Stokholm – Modul 1 og 2

Stævnekeks

Det indkøbte til stævnekeksskassen gives til holdlederne, når vi kommer til Sønderborg. I løbet af weekenden søger de for at gøre stævnekeksskassen klar med snacks til svømmerne.

Følgende skal medbringes:

Navn	Medbring	Navn	Medbring
August Urlund	1 pose boller, 1 pose gulerødder og 2 pakker salt kiks	Karla Krog	1 agurk, 1 melon og 1 ananas
Emilie Guldager Schmidt	8 pærer og 2 plader mørk chokolade	Leonora Gaarsmand	1 pose boller, 1 pose gulerødder og 2 pakker saltkiks
Emma-Marie Storm Van den Brekel	1 agurk, 2 plader mørk chokolade og 1 pose nødder	Liv Andersen	8 pærer og 2 plader mørk chokolade
Frida Krogh Kristiansen	1 agurk, 2 plader mørk chokolade og 1 pose nødder	Martin Stokholm	1 pose boller, 1 pose gulerødder og 2 pakker saltkiks



Infoseddel

Regionsmesterskab 2025

25. og 26. oktober 2025

Navn	Medbring	Navn	Medbring
Gaia Paaske	1 pose rosiner, 1 glas Nutella eller lignende og 1 pose boller	My Krolykke Vesterby	1 agurk, 2 plader mørk chokolade og 1 pose nødder
Hanna Busk-Clausen	8 æbler og 2 plader mørk chokolade	Nikkia Planck Steenholdt	1 pose rosiner, 1 glas Nutella eller lignende og 1 pose boller
Ingrid Gaarsmand	1 agurk, 1 melon og 1 ananas	Noah Andersen	8 æbler og 2 plader chokolade
Jakob Nielsen	1 pose boller, 1 pose gulerødder og 2 pakker saltkiks	OBS: hvis I synes, der mangler lidt til stævnekassen, er det fordi, vi har lidt overskud fra et andet stævne, som vi tager med til Sønderborg. Nina Andersen har lovet at tage "overskud" med til Sønderborg.	

Huskeliste

Sovepose/dyne, luftmadras, toilettaske, badetøj, 3-4 tørre T-shirts, shorts, træningsdragt, 3-4 store håndklæder, svømmebriller, badehætte, drikkedunk, SYGESIKRINGSKORT, skiftetøj, kondisko/klipklapper til svømmehal og GODT HUMØR.

Hvis der er spørgsmål/ændringer til infoseddel skriv til: tina@nsklub.dk eller ring 2879 8486.

Vi glæder os til en fantastisk weekend 😊