**Sted:**

Svømmehallen på Centrumpladsen, Centrumpladsen 3, 5700 Svendborg

**Tidsplan:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Indsvømning** | **Holdledermøde** | **Officialmøde** | **Stævnestart** | **Forventet slut** |
| 11.30 | 11.30 | 11.40 | 12.00 | - |

Indsvømning er den opvarmning, svømmerne får inden stævnet. Det vil sige, at svømmerne skal være omklædt og klar til at hoppe i vandet kl. 11.30 (der er adgang til omklædningen fra kl. 11.15)

De tilmeldte holdledere deltager i holdledermødet og officials deltager i officialmødet.

**Deltagere:**

Agnes Janbæk Jørgensen Holger Bukhave Olivia Dahl Stagaard

Ajla Zubcevic Julius Brogaard Sara Andersen

Conrad Paaske Liam Grundsøe Silje Steen Kyndesen

Darius Neculaes Lui Breinbjerg Stella Leonora Christensen

Fiona Asmussen Luna Toftlund Kristensen Thenavy Karan

Freya Stokholm Mathea Klausen Valdemar Hvidkjær Jansen

Hedvig Kjellbakk Secher Nova Haurits Zayn Abdisalam Muqtar

**Trænere:**

Cathrine Høst – tlf. 2031 0744

**Holdledere: (læs beskrivelsen længere nede under ”Hvem tager med fra svømmeklubben”)**

Henriette Bukhave

Pernille – mor til Sara

**Officials:**

Pernille Janbæk Jørgensen

Søren Dahl Stagaard

Christina Hvidkjær Jensen

Lasse Klausen

Thomas Haurits

Lars Stokholm

**Afbud:**

Meldes til trænerne hurtigst muligt.

**Generelt om stævner:**

Til dette stævne er der mange svømmere, der endnu ikke har været med til mange stævner, derfor her lidt ekstra information om det at tage til stævne, også en opfordring til ”gamle” forældre om at hjælpe de ”nye” tilrette.

**Stævnetasken – hvad skal med:**

Badetøj, badehætte, svømmebriller, 2 håndklæder, shorts, T-shirt. Drikkedunk, en madpakke og evt. lidt snacks f.eks. nødder, rosiner, müeslibar m.v. 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 trænere med det praktiske i forbindelse med stævnet. (Deltager i holdledermøde, sender 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 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.

**Præmier:**

Der er fire diplomer, et der passer til hvert stævne, derudover vil alle svømmere få en guldmedalje med et logo indgraveret, der passer til det enkelte stævne man deltager i. Det betyder, at der er 4 forskellige medaljer med fire forskellige logoer hen over en sæson. Ud over diplom og medalje vil alle svømmere få en badehætte, som passer til det pågældende stævne.

**Vel mødt☺**

**Gitte Krog, gitte@nsklub.dk**