



DANSK SVØMMEUNION

# STÆVNEKONCEPT MIDT-VEST

## 2017-2018

Region Midtjylland – MIDT-VEST / Dansk Svømmeunion

## Indhold:

- Side 2-5: Begynder Stævne
- Side 6-10: MidtVest Cup og distance stævner
- Side 11-13: Midt-Vest Grand Prix
- Side 14-17: Regionsmesterskaberne

# Begynder Stævner

## INFO – Begynder stævner

Generel information:

- Begynderstævner er en dags stævner der ca. vil tage 2-3 timer.
- Formålet med disse svømmestævner er at få de nye svømmere i klubberne til stævner hvor konkurrencen ikke er overvældende. Ved disse stævner skal svømmerne lære at være til svømmestævner. Og det er vigtigt at få noget med hjem (en god oplevelse + en medalje + et diplom). Der opfordres til at svømmere der har god stævneerfaring men i stedet deltager ved Midt Vest Cup stævnerne.
- I holdkapperne må holdene blandes på kryds og tværs af køn så alle får lov til at prøve en holdkap. Det er ligeledes tilladt at enkelte svømmere deltager i flere holdkaps hvis det kan gøre at alle stævne deltagerne får mulighed at deltage i holdkapperne (det forudsætte selvfølgelig at klubben har flere hold i forskellige heat tilmeldt.). Holdkapperne afvikles uden brug af holdkaphort.
- Det koster 35,00 kr. pr. svømmer uanset antallet af starter. Opkræves samlet 1 gang årligt.
- Præmier: Til alle stævner gives der én deltagermedalje pr. svømmer og diplomer med tider på til alle individuelle løb.

**Område midt/vest** sørger for

Medaljer og diplomer til at påføre deltagernes tider på

**Deltagende klubber** sørger for

- 1) tilmelding af deltagere inden tilmeldingsfristen udløber derefter vil der ikke være mulighed for at få svømmere med.
- 2) Sammen med tilmeldingen at oplyse navn og uddannelse på minimum 1 person der kan fungere som official ved stævnet. Ved mere end 30 starter minimum 2 personer
- 3) At klubbens svømmere er klar på deres pladser under stævnet.
- 4) At informere om eventuel frafald af svømmer umiddelbart efter ankomsten til stævnet til den afholdende klub.
- 5) At sikre svømmernes diplomer udfyldes og uddeles til svømmerne på dagen eller til næste træning.
- 6) Der opfordres ligeledes til at man som klub enten starter dagen eller slutter dagen med en social aktivitet som for eksempel fælles morgenmad eller lignende.

### **Den arrangerende klub** sørger for

- 1) Arrangerende klub skal anmelde stævnet til SVØM og lægge stævneinvitation og GR-FIL op på aktivitetskalenderen på [www.svoem.org](http://www.svoem.org) senest 2 måneder før stævnet.
- 2) stævneprogram til deltagende klubber senest 15 minutter før stævnets begyndelse.
- 3) Planlægning og afvikling af hele stævnet.
- 4) Uddeling af stævnediplomer og medaljer til de deltagende klubbers holdledere/trænere.
- 5) Udsendelse af resultatliste til deltagende klubber efter stævnet.
- 6) Finde anden placering af stævne i tilfælde af problemer med svømmehal.

### Forslag til official liste

- 1) Overdommer (erfaren official med modul 2 kan fungere her.)
- 2) Starter (erfaren official med modul 2 kan fungere her.)
- 3) 6 tidtager (kræver kun kendskab til stopur.)
- 4) Evt. 2-3 vendedommere

Husk at begynder stævner er for at give den nye svømmer en god oplevelse derfor diskus man ikke men oplyser evt. fejl til træneren (ikke svømmeren). Brug eventuelt vedhæftede skema til Begynderstævner. **VIGTIG:** for at undgå at en klub ikke kommer med til et stævne grundet at tilmeldingerne ikke er kommet frem til den arrangerende klub, **bedes alle bede om en kvittering når tilmeldinger sendes pr e-mail**, opnås denne ikke bedes klubben reagere hurtigst muligt, så vi ikke i fremtiden skal lave programmer om lige op til stævne start. Det er ikke den arrangerende klub der skal ringe rundt og efterlyse eventuelle tilmeldinger. Det blev på planlægnings mødet ligeledes præciseret at det er meget vigtigt at tilmeldingsfristerne overholdes i fremtiden.

### Løbsprogram 1. stævne og 4. stævne

Løb 1-2	50 m fri drenge og piger
Løb 3-4	25 m ryg drenge og piger
Løb 5-6	100 m fri drenge og piger

Skills Fly ben på ryggen med afsæt fra kant til 0-5-10 ell. 15 m se video her - [VIDEO](#)

Løb 7-8	25 m fly drenge og piger
Løb 9-10	50 m ryg drenge og piger
Løb 11-12	25 m bryst drenge og piger
Løb 13	4x25 fri mix holdkap

### Løbsprogram 2. stævne og 5. stævne

Løb 1-2	25 m fri drenge og piger
Løb 3-4	50 m ryg drenge og piger
Løb 5-6	25 m bryst drenge og piger

Skills Fly ben på maven med start fra skammel eller kant og udsvømning til 0-5-10 ell. 15 m se video her - [VIDEO](#)

Løb 7-8	50 m bryst drenge og piger
Løb 9-10	25 m fly drenge og piger
Løb 11-12	100 m fri drenge og piger
Løb 13	4x25 ben med plade mix holdkap

### Løbsprogram 3. stævne og 6. stævne

Løb 1-2	25 m fri drenge og piger
Løb 3-4	50 m fly drenge og piger
Løb 5-6	25 m ryg drenge og piger

Skills Øvelse i at udføre korrekt vending fra ryg til bryst i medley løbene – fire forskellige sværhedsgrader  
VIDEO – [NIVEAU 1](#) - [NIVEAU 2](#) – [NIVEAU 3](#) – [NIVEAU 4](#)

Løb 7-8	50 m fri drenge og piger
Løb 9-10	100 m individuel medley drenge og piger
Løb 11-12	50 m bryst drenge og piger
Løb 13	4x25 medley mix holdkap

1. Begynderstævne: Søndag den 24. september i Herning Svømmehal. Indsvømning kl.9.00 – Stævnestart kl.09.30.

Tilmelding senest mandag den 18. september til Herning Svømmeklub.

Arrangør – Herning Svømmeklub

2. Begynderstævne: Lørdag den 11. november i Vildbjerg Svømmehal. Indsvømning kl.9.00 – Stævnestart kl.9.30

Tilmelding senest mandag den 5. november til Vildbjerg Svømmeklub.

Arrangør – Vildbjerg SK

3. Begynderstævne: Søndag den 3. december i Durup Svømmehal. Indsvømning kl.09.00 – Stævnestart kl.09.30

Tilmelding senest mandag den 27. november til Durup Svømmeklub.

Arrangør – Durup Svømmeklub

4. Begynderstævne: Lørdag den 24. februar Søndre skole i Viborg. Indsv. kl.09.00 – St. start kl.09.30

Tilmelding senest mandag den 19 februar til Viborg Svømmeklub.

Arrangør – Viborg Svømmeklub

5. Begynderstævne: Søndag den 8. april i Ikast Svømmehal. Indsv. kl.09.00 – St. start kl.09.30

Tilmelding senest mandag den 2. april til Ikast Svømmeklub.

Arrangør – Ikast Svømmeklub

6. Begynderstævne: Lørdag den 2. juni i Videbæk Svømmehal. Indsv. kl.09.00 – St. start kl.09.30

Tilmelding senest mandag den 28 maj til Videbæk Svømmeclub.

Arrangør – Videbæk Svømmeclub.

# Midt-Vest cup stævner

## **Generel information:**

Disse stævner er en dags stævner der ca. vil tage 4-5 timer.

Det koster 15,00 kr. pr. start for klubberne. Optræves samlet 1 gang halvårligt.

## **Præmier:**

Der gives der medaljer til nummer 1, 2, 3 i alle individuelle løb / årgange. Der er medaljer til Hold kapperne. Holdkapper er ikke årgangs inddelt.

## **Område midt/vest** sørger for

- 1) Overdommer.
- 2) Medaljer.

## **Deltagende klubber** sørger for

- 3) tilmelding af deltager inden tilmeldingsfristen udløber, derefter vil der ikke være mulighed for at få svømmere med. Man kan maksimalt stille til start i 3 løb pr. stævne + holdkap + 1 bensparksløb. Ved distance stævnet er antallet af starter maks. 2 pr. svømmer.
- 4) Sammen med tilmeldingen at oplyse navn og uddannelse på officials efter følgende regler:  
0-9 starter minimum 1 official med modul 1  
10-39 starter minimum 2 officials heraf skal en have modul 2 eller mere + en modul 1  
40-69 starter minimum 3 off. heraf skal minimum en have modul 2 eller mere + to modul 1  
70 - starter minimum 4 officials heraf skal minimum to have modul 2 eller mere + to modul 1
- 5) At klubbens svømmere er klar på deres pladser under stævnet.
- 6) At informere om eventuel frafald af svømmer umiddelbart efter ankomsten til stævnet til den afholdende klub.

## **Den arrangerende klub** sørger for

- 1) Arrangerende klub skal anmelde stævnet til SVØM og lægge stævneinvitation og GR-FIL op på aktivitetskalenderen på [www.svoem.org](http://www.svoem.org) senest 2 måneder før stævnet.
- 2) Arrangerende klub skal lægge startliste op på aktivitetskalenderen på svoem.org "et par dage før stævnet", således at trænerne kan se efter og "råbe op" hvis der er fejl, så de kan blive rettet inden programmet går i trykken. På den måde kan vi komme ud over alle de ekstratilmeldinger/rettelser, der ellers kommer på stævnedagen.
- 3) Stævneprogram til deltagende klubber og officials.
- 4) Planlægning og afvikling af hele stævnet.
- 5) Medaljeoverrækkelse under stævnet.
- 6) Maile resultatliste til deltagende klubber umiddelbart efter stævnet, samt uploade resultatfiler til aktivitetskalenderen på svoem.org
- 7) Indsende resultatliste til [resultater@svoem.dk](mailto:resultater@svoem.dk) senest dagen efter stævne afholdelse.
- 8) Finde anden placering af stævne i tilfælde af problemer med svømmehal.

Official liste ved 6 baner (absolut minimum antal for godkendelse i parentes)

- 1) 1 Overdommer
- 2) 1 Starter
- 3) 2 (1) Måldommer
- 4) 1 Banedommer
- 5) 6 (4) Vendedommer
- 6) 1 Ledende tidtager
- 7) 6 (4) tidtager
- 8) 1 stafet
- 9) Sekretariat

**VIGTIG:** for at undgå at en klub ikke kommer med til et stævne grundet at tilmeldingerne ikke er kommet frem til den arrangerende klub, **bedes alle bede om en kvittering når tilmeldinger sendes pr e-mail**, opnås denne ikke bedes klubben reagere hurtigst muligt, så vi ikke i fremtiden skal lave programmer om lige op til stævne start. Det er ikke den arrangerende klub der skal ringe rundt og efterlyse eventuelle tilmeldinger. Det blev på planlægnings mødet ligeledes præciseret at det er meget vigtigt at tilmeldingsfristerne overholdes i fremtiden.

Info – MidtVest Cup						
Drenge/piger		Disciplin/Årgang	07 & yngre	05-06	03-04	02 og ældre
1. Stævne	01-02	25 fly ben på ryg*	X	X	X	X
	03-04	100m Fri	X	X	X	X
	05-06	200m ryg	X	X	X	X
	07-08	50 Ryg	X	X	X	X
	09-10	100m Bryst	X	X	X	X
	11-12	50m Fly	X	X	X	X
	13-14	50 m fri	X	X	X	X
	15-16	50 m cr. ben m. plade*	X	X		
	17-18	4x50m Hm		Åben klasse		

2. Stævne	19-20	50 m fri	X	X	X	X
	21-22	200m Bryst	X	X	X	X
	23-24	100 ryg	X	X	X	X
	25-26	100 fly	X	X	X	X
	27-28	200m fri	X	X	X	X
	29-30	200m Fly	X	X	X	X
	31-32	50 m bryst	X	X	X	X
	33-34	200 cr. ben*			X	X
	35-36	4x50m Fri		Åben klasse		



3. Stævne	37-38	25 fly ben på ryggen	X	X	X	X
	39-40	200m IM	X	X	X	X
	41-42	50m Bryst	X	X	X	X
	43-44	100m Ryg	X	X	X	X
	45-46	400m IM	X	X	X	X
	47-48	50m fly	X	X	X	X
	49-50	50 cr. ben*	X	X		
	51-52	100m IM	X	X	X	X
	53-54	4x50m Fri	Åben Klasse			
4. Stævne	55-56	100m fri	X	X	X	X
	57-58	100 m im	X	X	X	X
	59-60	50m Ryg	X	X	X	X
	61-62	100m Bryst	X	X	X	X
	63-64	400m Fri	X	X	X	X
	65-66	100m Fly	X	X	X	X
	67-68	200m fri	X	X	X	X
	69-70	200 cr. ben*			X	X
	71-72	4x50m Hm	Åben Klasse			

\* Regler for bensvømning –

- 25 m fly ben på ryggen med samme regler som normalt for en rygcrawl start – svømmeren skal bryde ved 15 m.
- 50 m crawl ben og 200 m crawl ben svømmes med plade og i maveliggende position. Det er tilladt at lave salto vending. Det er ikke tilladt på noget tidspunkt at bruge armene. Som aftalt på fordelingsmødet i maj 2017, skal man overholde årgangsinndelingen i forhold til tidsforbruget ved stævnerne på disse løb.

1. Midtvestcup stævne i Struer Svømmehal. Lørdag den 28. Oktober 2017 – Indsvømning kl.09.00 – Stævnestart kl.10.00

Tilmelding senest mandag den 16. oktober til Struer Svømmeklub – Arrangør – Struer Svømmeklub  
Holdledermøde: kl.08.45. Officialmøde: kl.09.00. Opvarmning: kl.09.00. Stævnestart: kl.10.00.

2. Midtvestcup stævne i Ikast Svømmehal. Søndag den 26. November 2017 – Indsvømning kl.09.00 – Stævnestart kl.10.00

Tilmelding senest mandag den 13. november til Ikast Svømmeklub – Arrangør – Ikast Svømmeklub  
Holdledermøde: kl.08.45. Officialmøde: kl.09.00. Opvarmning: kl.09.00. Stævnestart: kl.10.00.

3. Midtvestcupstævne i Idrætshøjskolens Svømmehal. Lørdag den 17. Marts 2017 – Indsvømning kl.09.00 – Stævnestart kl.10.00

Tilmelding senest mandag den 12. marts til Viborg Svømmeklub – Arrangør – Viborg Svømmeklub.  
Holdledermøde: kl.08.45. Officialmøde: kl.09.00. Opvarmning: kl.09.00. Stævnestart: kl.10.00.

4. Midtvestcupstævne i Holstebro Svømmehal. Lørdag den 26. Maj 2017 – Indsvømning kl.09.00 – Stævnestart kl.10.00

Tilmelding senest mandag den 14. maj til Herning Svømmeklub – Arrangør – Herning Svømmeklub.  
Holdledermøde: kl.08.45. Officialmøde: kl.09.00. Opvarmning: kl.09.00. Stævnestart: kl.10.00.

# Løbsliste distance stævne i Holstebro Svømmehal den ..... 2018

DATO KOMMER SENERE

Indsv. kl.09.00 – stævnestart kl.10.00

	Distance	Disciplin	Køn	Alder
1	400 m	Fri	Damer	År 2005 og yngre
2	400 m	Fri	Herrer	År 2005 og yngre
3	800 m	Fri	Damer	Alle
4	800 m	Fri	Herrer	Alle
5	1500 m	Fri	Damer	Alle
6	1500 m	Fri	Herrer	Alle
7	400 m	IM	Damer	Alle
8	400 m	IM	Herrer	Alle

## Proportioner for stævnet

Alle klubber skal selv stille med vendekontrollanter i vende enden. De klubber der har vendetavler skal medbringe disse til stævnet. Der er kun vendetavler i vendeenden.

## Præmier:

Der gives medaljer til nummer 1, 2, 3 i løbene 1-8 / årgange.  
Årangsgrupper for både damer og herrer på løb 1-8.

1. Årgang 2002 og ældre
2. 2003-2004
3. 2005-2006
4. 2007 og yngre.

### Officials:

Alle klubber skal stille med officials ud fra flg. retningslinjer –

0-10 starter: 1 modul 1 eller 2  
10-20 starter: 1 stk. modul 1 og 1 stk. modul 2  
20+ starter: 2 stk. modul 1 og 1 stk. modul 2

Hvis man har én starter eller én modul 4 erstatter dette 1 stk. modul 1- og 1.stk. modul 2.

Anmeldelse af officials navne skal ske senest den 16. april sammen med anmeldelse af starter for svømmerne.

### Tilmelding:

Prisen pr. start er: 30 kr., dog max 2 starter pr. svømmer. Beløbet opkræves på faktura fra Dansk Svømmeunion.

Løbsfilen & stævneinformation kan findes på SVØM's aktivitetskalender.

## **Regionsmesterskaber – Region Midtjylland 2017 d. 9.-10.09.2017.**



### **Vi fejrer det danske værtsskab for de europæiske kortbane mesterskaber med en special udgave af regionsmesterskaberne 2017 – Regionsmestre hædres med tur til Royal**

**Alle regionsmestre i grupperne 2004, 2003 samt 2002 og ældre hædres med en fællestur på tværs af klubberne til at komme med Dansk Svømmeunion – region Midtjylland til de Europæiske kortbane mesterskaber i Royal Arena lørdag den 16. december.**

**Regionsudvalget arrangerer turen der er med gratis fælles bustransport og gratis adgang til indledende og finaleafsnittet. Der vil være egenbetaling for mad undervejs eller mulighed for at medbringe madpakker. Det forventes at der er en leder med fra de klubber der har kvalificerede svømmere. Lederprisen er 300,- kr. for den første leder og fuld kostpris for eventuelle ekstraledere for klubberne.**

**Nærmere info om praktik – rejseplan, tilmelding med mere kommer i et infobrev efter mesterskaberne til de klubber der har svømmere som har vundet et regionsmesterskab i de respektive årgangsgrupper.**

**Tovholdere på turen er regionsudvalget fra region Midtjylland ved**

**Lars Ole Jespersen – Henrik Bach – Henrik Hedegaard og Hans Hørmann.**

## Regionsmesterskaber – Region Midtjylland 2017 d. 9.-10.09.2017.

- Deltagere: Piger og drenge: **Årgang 2006 og yngre**  
**Årgang 2005**  
**Årgang 2004**  
**Årgang 2003**  
**Årgang 2002 og ældre**
- Tidspunkt: Lørdag: Opvarmning kl.08.00, stævnestart kl.09.30  
Søndag: Opvarmning kl.08.00, stævnestart kl.09.30
- Holdledermøde: Begge dage kl.08.00-08.15
- Officialsmøde: Begge dage kl.08.15-09.15
- Sted: Holstebro Svømmehal, Jeppe Schousgade 14, 7500 Holstebro
- Anmeldelsesgebyr: kr. 25,- pr. start
- Præmier: Medaljer til de 3 bedste i hver årgang
- Proportioner: Der er ikke kravtider til Regionsmesterskaberne, men stævneledelsen forbeholder sig til at begrænse deltagerantallet. Der er ingen aldersinddeling i holdkapper, 800 m fri og 1500 m fri.
- Bassin: Stævnet afvikles i et 25m bassin.
- Tilmelding: Den anmeldende klub er ansvarlig for, at der rettidigt fremsendes:  
Oplysninger om antal starter – både individuelt og hold  
Oplysninger om antal kvindelige og mandlige svømmere  
Oplysning om navn(e) og uddannelse (modul) af officials  
Ovenstående vedhæftes anmeldelsesfil til indlæsning i Wingrodan

Ved anmeldelse på manuelle lister, opkræves der yderligere kr. 10 i anmeldelsesgebyr pr start.

Tilmeldinger sendes til Henrik Hedegaard, Ellekjærvej 3, Ølby, 7600 Struer.  
Tlf. 40630312 – E – mail: [hh40630312@gmail.com](mailto:hh40630312@gmail.com) senest den 20. august 2017

Den anmeldende klub er selv ansvarlig for at kvittering er modtaget senest 24 timer efter anmeldelsesfristens udløb.

Officials:

1-5 deltagere 1 official

6-10 deltagere 2 officials min 1 med modul 2 eller mere

11-20 deltagere 3 officials min 1 med modul 2 eller mere

21-30 deltagere 4 officials min 3 med modul 2 eller mere

31-40 deltagere 5 officials min 4 med modul 2 eller mere

41 eller flere delt. 6 officials min 4 med modul 2 eller mere

Officials vil blive bispist under stævnet, men skal selv sørge for forplejning udenfor stævnet og evt. overnatning.

El-tid:

Der anvendes El-tid og livetiming

Lokal kontakt:

Se [svoem.org/](http://svoem.org/) kalenderen eller [www.hsc-holstebro.dk](http://www.hsc-holstebro.dk)

Startliste:

Startliste vil blive offentliggjort på [livetiming.dk](http://livetiming.dk)

Afmelding:

Afmeldinger skal foretages senest 1½ time før hvert stævneafsnit

Holdkapkort:

Holdkapkort skal afleveres senest 1½ time før hvert stævneafsnit

Program:

Program udleveres til klubber senest ½ time før start på hvert stævneafsnit.

Med venlig hilsen

Henrik Hedegaard, Region Midtjylland

## Løbsprogram – Regionsmesterskaber – Region Midtjylland 2017

Lørdag kl.09.30			Søndag kl.09.30		
Løb	Distance og disciplin	Drenge/piger		Distance og disciplin	Drenge/piger
1	200 m fri	Drenge	21	200 m medley	Drenge
2	200 m fri	Piger	22	200 m medley	Piger
3	100 m fly	Drenge	23	100 m ryg	Drenge
4	100 m fly	Piger	24	100 m ryg	Piger
5	200 m bryst	Drenge	25	100 m fri	Drenge
6	200 m bryst	Piger	26	100 m fri	Piger
7	400 m medley	Drenge	27	400 m fri	Drenge
8	400 m medley	Piger	28	400 m fri	Piger
9	50 m bryst	Drenge	29	50 m ryg	Drenge
10	50 m bryst	Piger	30	50 m ryg	Piger
11	1500 m fri*	Drenge	31	200 m fly	Drenge
12	800 m fri*	Piger	32	200 m fly	Piger
13	200 m ryg	Drenge	33	100 m bryst	Drenge
14	200 m ryg	Piger	34	100 m bryst	Piger
15	50 m fly	Drenge	35	50 m fri	Drenge
16	50 m fly	Piger	36	50 m fri	Piger
17	100 m medley	Drenge	37	4x50 holdmedley mix**	2005&y
18	100 m medley	Piger	38	4x100 holdmedley mix**	Åben klasse
19	4 x 50 m fri mix**	2005&y			
20	4x100 m fri mix**	Åben klasse			

\* der medtages højst deltagere svarende til 3 heat.

\*\* Mix 2 piger + 2 drenge – rækkefølgen er fri.

# Midt vest grand prix stævne

## Overordnet stævnekoncept:

1. Svømmerne tilmeldes generelt til stævnet via excelark der kan ses under stævnet i aktivitetskalenderen på [www.svoem.org](http://www.svoem.org).
  - a. Hver svømmer bliver scoret ud fra personlig rekord på 100fly, ryg, bryst, crawl – gennemsnitlig fina score.
  - b. Hvis en personlig rekord er meget langsom skal der sættes en realistisk tid
2. Afholdende træner skal have tilmelding i hænde senest 7 dage inden stævnet.
3. Afholdende træner er ansvarlig for at dele hold så hvert hold har så ens gennemsnitlig finascore som muligt.
  - a. Holdets størrelse bør være 14-18 svømmere.
4. Hver svømmer forventes at skulle svømme to individuelle løb + alle holdkapper til hvert stævne.

## Stævneafholdelse:

1. Der svømmes ikke som officielt stævne.
2. Klubberne ankommer 90 min inden stævnestart, holdene fordeles og svømmerne skal derfra selv sætte svømmere på de starter der ønskes at svømme.
  - a. Der gennemgås hvor mange svømmere der skal svømmes i de enkelte løb på selve dagen da det kan være afhængigt af holdenes størrelser.
  - b. Alle skal svømme alle holdkapper.
  - c. Der bruges 45min på at holdet sætter deres svømmere i løb samt hepperåb mm.
  - d. Trænerne udpeger en kaptajn på hvert hold.
3. Der skal bruges tidtagere og en starter – ikke nødvendigvis uddannede.
  - a. Trænerne er ansvarlige for klare disk – der henstilles til at bruge sin sunde fornuft.
4. Sekretariat er en der kan styre et excelark – arket udarbejdes af afholdende træner.
5. Tidtagere får en samlet liste over alle de svømmere der skal svømme på deres bane (6baner) og deres tider noteres i arket.
6. Programmet udarbejdes i Excel via sammenfletning af holdets egen opsætning.



Point:

1. Holdkapperne scores ved at udregne gennemsnitstid pr. enhed – finapoint ganges med 4
2. De individuelle løb scores ved at holdets deltageres finapoint liggessammen og det gennemsnitlige pointal er holdets point.
3. Vinder udråbes ved det sociale arrangement der afholdes efter stævnet, arrangerende klub er ansvarlig for afholdelse og planlægning af dette arrangement.

1. Grand-Prix stævne i Herning den 26 august 2017. Mødetid kl.08.00 – Stævnestart kl.09.30

Tilmelding senest fredag den 18. august til Herning Svømmeklub – Arrangør – Herning Svømmeklub  
Anmeldelser sendes til – md@herningsk.dk – Kontaktperson – Martin Duedal – Mobil – 2764 1788

2. Grand-Prix stævne i Thisted den 29. april 2017. Mødetid kl.08.00 – Stævnestart kl.09.30

Tilmelding senest lørdag den 22. april til Thisted Svømmeklub – Arrangør – Thisted Svømmeklub  
Anmeldelser sendes til Søren Rasmussen – Kontaktperson – Søren Rasmussen – Mobil – 2160 1794

3. Grand-Prix stævne i Holstebro den 6. januar 2018. Mødetid kl.08.00 – Stævnestart kl.09.30

Tilmelding senest lørdag den 20. august til Holstebro Svømmeclub – Arrangør – Holstebro Svømmeclub  
Anmeldelser sendes til – Nikolaj.hsc@gmail.com – Kontaktperson – Nikolaj Skovmose – Mobil – 6126 4388

Løbsprogram Grand-Prix stævnerne 2017 - 2018			
	Stævne 1 - Holstebro	Stævne 2 - Viborg	Stævne 3 - Thisted
Løb 1	X x 50 m fly	X x 50 m bryst	100 m ryg
Løb 2	50 m bryst	100 m fly	200 m fri
Løb 3	200 m fri	200 m IM	50 m fly
Løb 4	100 m IM	50 m ryg	100 m bryst
Løb 5	50 m fri	100 m fri	X x 100 m IM
Løb 6	X x 50 m ryg	X x 50 m fri	