

A6 Swimteam indbyder hermed Frederikssund, Hillerød, Helsingø, Frederiksværk og Farum til sæsonens 3. NS-mini stævne.



Dato: Lørdag d. 26.januar 2019

- Adresse: Ølstykke Svømmehal,
- Adgang til hallen: Først Kl. 14,00 (omklædning)
- Indsvømning: Kl. 14.05 – 14.50
- Holdledermøde: Kl. 14.00 i lokalet i forhallen
- Officialmøde: Kl. 14.15 i lokalet i forhallen
- Holdkapkort: Bedes afleveret senest kl. 14.30 i sekretariatet i hallen
- Stævnestart: Kl. 15.00

Tilmelding: Løbsfil hentes i aktivitetskalenderen på www.svoem.org
Jeres tilmeldinger i WinGrodan-format skal sendes til os på mail til tilmeld@a6-swim.dk senest fredag d. 4. januar 2019.

Officials: Hver af de deltagende klubber skal stille med tre officials, heraf skal mindst to være dommer uddannet. Navne og moduler bedes meddelt sammen med tilmeldingen af svømmerne. OBS Det er vigtigt, at alle overholder dette, således at vi kan afvikle stævnet uden problemer.

Afmelding: Senest Fredag d.18.januar 2019, kl. 12.00 på mail til tilmeld@a6-swim.dk, herefter trykkes programmet.

Der svømmes følgende løb:

Aldersgrupper (individuelle løb):

Gruppe 1: 2004 og 2005

Gruppe 2: 2006 og 2007

Gruppe 3: 2008 og 2009

Gruppe 4: 2010 og yngre

Ulige løb = piger og lige løb = drenge

Løb 1 & 2: 100 m fri

Løb 3 & 4: 50 m bryst

Løb 5 & 6: 200 m ryg

Løb 7 & 8: 50 m fri

Løb 9 & 10: 100 m fly

Løb 11&12: 4 x 50 m. hold medley

Svømmerne i 200m ryg skal kunne svømme distancen på en flippørnåletid! Pigernes flippørnåletid hedder 4.01.72 og drengenes hedder 4.06.90. Trænerne skal kunne stå inde for, at svømmeren kan svømme tiden!

Husk: Svømmere opnået sølvnål kan ikke deltage i NS mini mere.

Spørgsmål: Skulle I have spørgsmål, kan I skrive på nedenstående e-mail til Kenneth Hansen

khsxim@youmail.dk

A6 swimteam ser frem til at tage imod jer.