

Invitation til Regionsmesterskab Øst i Hørsholm

Det er en glæde at kunne byde alle svømmere, som er medlem af Rising Stars og/eller medlemsklubber af Parasport Danmark, velkommen til at deltage i Regionsmesterskabet i Øst.

Dato: Lørdag den 30. april 2022 fra kl. 12.00-17.00 med efterfølgende middag (Se sidst i invitationen)

Sted: Hørsholm Svømmehal, Stadionalle 11, Rungsted Kyst, 2960 Hørsholm - [Hørsholm Svømmehal](#)

Tilmeldings- og betalingsfrist: Fredag den 1. april senest kl. 23.59 gælder både svømmere/official.

Betaling: kr. 150 pr. svømmer pr. mesterskab, hvor indbetaling sker til:
Sparekassen Kronjylland Tronholmen 1, 8960 Randers SØ - kontonr.: 6191 – 0012300743

Angiv venligst som reference: **4310 41160 202103, klubnavn, antal svømmere**

Stævnets kontaktperson: Lene Kjer Rasmussen, lkr@parasport.dk, mobil 42551605

Tilmelding af svømmere og official sker i Svømmetider.dk eller alternativt fremsendt direkte til stævnekoordinatoren pr. e-mail evt. vedhæftet en Lenex tilmeldingsfil til direkte indlæsning i WinGrodan2.

Svømmerne skal tilmeldes med:

Navn	Årgang	Klub	Licensnr.	Løb	Anmeldelsestid
------	--------	------	-----------	-----	----------------

Bemærk, at den enkelte svømmers licensnr. kan findes på [Svømmetider.dk - svømmere](#).

Alle svømmere **skal** tilmeldes med en anmeldelsestid. Hvis en svømmer ikke har en officiel tid, **skal** der ved tilmelding angives en manuel anmeldelsestid.

Klubberne er velkommen til at bede om bestemt banepacering, såfremt en svømmer har behov herfor. Særlige hensyn til banepacering **skal** indsendes sammen med tilmeldingen.

På [Svømmetider.dk - stævner](#) vil I ligeledes efter tilmeldingsfristen kunne se officialoversigt, startliste samt resultatlisten, hvor sidstnævnte offentliggøres ca. 24 timer efter stævnet.

Official:

Hver klub skal som minimum stille med 1 dommer med modul 2. Officials medbringer egen official T-shirt. Til official vil der være en let forplejning under officialmødet samt i pausen.

Afmelding/ændringer:

Afmeldinger og/eller ændringer forud for stævnet skal ske hurtigst muligt. På stævnedagen skal afmelding/ændringer være stævnesekretariatet i hænde senest 15 min. efter afholdelse af leder/holdledermødet.

Tidsplan:

Kl. 12.00-12.15	Leder/Holdledermøde - Deltagende klubber skal sikre, at de er repræsenteret på mødet. Afmelding/ændring af svømmere/løb skal ske senest kl. 12.30. Dette gælder også holdkapper.
Kl. 12.15-12.45	Officialmøde
Kl. 12.00-13.15	Adgang til omklædning kl. 12, herefter indsvømning
Kl. 13.30-17.00	Stævnets afvikles

Regelsættet for mesterskabet er:

Vi svømmer på 6 baner af 25 m og afvikler med semi-automatisk tidtagning.

Der er ingen kravtider i forbindelse med tilmelding og deltagelse, men der er en tilmeldingsbegrænsning på maksimalt 4 løb pr. svømmer. Svømmerne svømmer efter FINA's regelsæt.

I løb 3-4, 11-12, 21-22 og 29-30 kan svømmerne ikke blive diskvalificeret, og tiderne er ikke officielle.

Danske rekorder kan kun sættes af svømmere, som officielt er internationalt klassificeret af Parasport Danmark, og hvor klassifikationen fortsat er gældende.

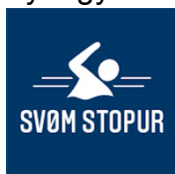
Løbsnummer	Løbsnavn	Bemærkning
1 - 2	200 m fri	
3 - 4	50 m fri	Nybegynder m/u hjælpemidler
5 - 6	50 m fly	
7 - 8	100 m ryg	
9 -10	200 m medley	

11 - 12	25 m ryg	Nybegynder m/u hjælpemidler
13 - 14	100 m bryst	
15 - 16	50 m fri	
17	4x50 m medley	MIX-holdkap - husk at udfylde holdkapkort

Pause - 20 minutter

19 - 20	50 m bryst	
21 - 22	25 m fri	Nybegynder m/u hjælpemidler
23 - 24	100 m medley	
25 - 26	50 m ryg	
27 - 28	100 m fri	
29 - 30	50 m ryg	Nybegyndere m/u hjælpemidler
31 - 32	400 m fri	
33	4x50 m fri	MIX-holdkap - husk at udfylde holdkapkort

Ulige løb: Damer - Lige løb: Herrer (undtaget herfra er MIX-holdkapperne).
Nybegynderløb og Mix-holdkapper kan ikke ses som officielle tider i Svøm Stopur' App.



[Svøm Stopur](#)

Medaljer:

Alle svømmerne inddeles efter følgende gruppering (undtaget herfor er begynderløbene)

Gruppe 1: Børn & Årgangssvømmere

Gruppe 2: Junior & Senior svømmere

Gruppe 3: Masters (25+ år)

Medaljerne uddeles efter bedste tid til 1., 2. og 3. pladsen i hver aldersgruppe og uddeles for løb 1-16 i pausen og for løb 19-32 efter stævnet er afviklet.

Alle svømmerne i nybegynderløbene modtager en særlig "guld-begynderløbs-medalje".

Svømmere som fremgår af [Dispensationslisten](#) hos Dansk Svømmeunion deltager uden for konkurrence og kan dermed ikke vinder medaljer. Tiderne for disse svømmere vil fortsat være officielle tider.

Forplejning:

Alle er velkommen til at benytte sig af muligheden for drikkevarer, snacks m.v. hos [KozyKitchen](#), som forventes at holde åben under stævnet.

Festmiddag i forlængelse af stævnet:

Alle svømmere, trænere, forældre og frivillige inviteres til efterfølgende festmiddag, hvor der serveres en varm ret samt dessert.

Festmiddagen koster kr. 120,00 pr. person. For official og øvrige frivillige er deltagelsen i middagen gratis.

Drikkevarer afregnes individuelt for hver deltager på dagen:

1/2 liter sodavand kr. 25,00

Kildevand kr. 20,00

1 glas vin kr. 30,00

Stor fadøl kr. 40,00

Lille fadøl kr. 30,00

Kaffe kr. 25,00

Vel mødt til en sjov stævnedag.

De bedste svømmehilsner

IFAH & Idrætsudvalget for svømning

Bilag:

- Bogføringsbilag til brug i klubberne.

Betaling for deltagelse i Regionsmesterskab hos arrangør:

	Enhedspris
Antal svømmere:	
Pris pr. svømmer:	150,00 kr.
Antal festdeltagere:	
Pris pr. festmiddag	120,00 kr.
Til betaling i alt	<hr/> <hr/>

Beløbet bedes indbetalt til:

Sparekassen Kronjylland Tronholmen 1, 8960 Randers SØ - kontonr.: 6191 –
0012300743

Angiv venligst som reference: **4310 41160 202103, klubnavn, antal svømmere**

KOPI AF BOGFØRINGSBILAG BEDES SENDT TIL LKR@PARASPORT.DK.

Dette er vigtigt i forhold til antallet af deltagere i festmiddagen.