



## Begynderstævne 2 i Brædstrup lørdag d. 4. november 2023

**Brædstrup Svømmehal, Rådhusgade 1-3, 8740 Brædstrup**

MIDT-ØST begynderstævner er for børn i alderen 7-12 år. Der vil være klassiske løb, men også færdighedsprøver (skills), som kan være flyben kolbøtter, spring fra skammel med mere.

Der vil ikke blive lavet diskvalifikationer under stævnet, og skulle man falde i vandet får man et forsøg mere.

**Vi har før haft en bagkant på stævnet, grundet offentligtåben i svømmehallen, men hallen er gået med til at holde lukket denne dag, så vi svømmer det hele.**

Svømmehallen holder åben i cafeen fra kl. 8.00 så der er rig mulighed for forældre og andre tilskuere at købe en kop kaffe og andet godt.

**Adgang omklædning: kl. 7.50**

**Opvarmning: kl. 8.00**

**Holdledermøde: kl. 8.00**

**Officialmøde: kl. 8.10**

**Stævnestart: kl. 9.00**

Stævnet forventes færdig omkring kl. 14.00

Løbsprogram:

1-2: 25 m fri drenge-piger

3-4: 100 m fri drenge-piger

5-6: 50 m bryst drenge-piger

7: Skills: Bryst pull-out med afsæt fra kant 5-10-15 m ([Se video](#))

8-9: 25 m bryst drenge-piger

10-11: 50 m fri drenge-piger

12: Skills: brystben på ryggen med knæ under vandoverfladen med arme i streamline ([Se video](#))

13: 4x25 m medley holdkap drenge og piger (valgfri sammensætning, men min. 1 af hvert køn)



## Begynderstævne 2 i Brædstrup lørdag d. 4. november 2023

**Pris:** Prisen er 80 kroner pr. deltager uanset antallet af starter på dagen. Man må dog max have 5 starter (Skills tæller med i det samlede antal starter). Der vil være diplomer og alle svømmere modtager en guldmedalje med et logo indgraveret, som passer til det enkelte stævne man deltager i.

**Officials/ Hjælpere** Sammen med tilmeldingen skal der anmeldes 2 eller flere personer der kan fungere som official eller hjælper ved stævnet. Ved mindre end 30 starter skal der stilles med 2 personer og ved mere end 30 starter stilles der med 3 personer. Husk venligst at skrive navne og evt. moduler på ved tilmelding i svømmetider.

**Hvis stævnet bliver langt, så holder vi en kort pause så officials kan få noget at spise.**

**Tilmeldingen:** Sker via [svømmetider.dk](http://svømmetider.dk) senest d. 21. oktober 2023

**Hvis alle har meldt navne på officials i via svømmetider, vil der forlægges en tidsplan mandag d. 30. oktober 2023** Hvis der er mange tilmeldinger, deler vi måske stævnet i to, det vil blive klub vis.