



FORÆLDERINFORMATION OM

# BEGYNDER STÆVNER



**SVØM**  
DANMARK

# BEGYNDERSTÆVNER

... er for svømmere i svømmeskolen og helt nye Talentholdssvømmere (eller tilsvarende), som ikke tidligere har deltaget i et svømmestævne.

Stævnet har til formål at ...

- give unge svømmere gode oplevelser.
- lære svømmere og forældre at gå til svømmestævne.
- træne fly, ryg, bryst og crawl til et stævne.

Der er fire Begynderstævner, som til sammen præsenterer deltagerne for løb i alle stilarter: fly, ryg, bryst og crawl.

1. Brystsvømningss-bæver og krokodille-crawl-stævnet.
2. Butterfly-frø og krokodille-crawl-stævnet.
3. Rødspætte-ryg og krokodille-crawl-stævnet.
4. Medleystævnet

## PRÆMIER

Alle deltagende svømmere vil modtage et flot diplom samt en guldmedalje og en badehætte, der er forskellige fra stævne til stævne.

Synes dit barn, at det er sjovt at deltage i begynderstævnerne, kan du spørge klubben, om de afholder nogle af de øvrige begynderstævner, så dit barn kan samle et sæt af fire flotte medaljer og badehætter.



## DIN ROLLE SOM FORÆLDER

Klubben har brug for din hjælp til tidtagning under stævnet. Det er ikke et krav, at forældre er uddannede tidtagere, men det er en fordel, at man kan bruge et stopur. Derudover kan klubben have brug for din hjælp til diverse praktiske opgaver. Spørg gerne klubben, om de har brug for hjælp – det er ofte sjovere at hjælpe til ved stævnet end at kigge på.

Lad barnets træner guide, vejlede og rette dit barn efter behov. Derved kan du være en støtte og glæde dig over dit barns succeser. Hjælp desuden dit barn med at holde øje med programmet for at være klar, når det er tid til at svømme.

## REGLER

- Hver svømmer må max deltage i tre løb
- Hvis svømmeren kommer til at falde i vandet, må give op på grund af vand i svømmebrillerne eller andet, kan svømmeren prøve igen i et "opsamlingsheat" efter løbet. Dvs. ingen diskvalifikationer, men mulighed for omstart.
- Man må rigtig gerne heppe på svømmerne, men når der fløjtes, skal der være ro.
- I disciplinen "fri" er det valgfrit, hvilken stilart man svømmer. Dog vælger de fleste at svømme crawl, fordi det er den hurtigste stilart.

