



Indbydelse til NS-Mini i Frederikssund

Lørdag d. 8. Juni 2019

Frederikssund svømmeklub byder Helsinge, Slangerup, Laksen, Jyllinge, Hillerød, Frederiksværk og Farum velkommen til NS-mini.

Sted: Frederikssund svømmehal

Adgang til hallen: Kl. 07.50 (omklædning)

Indsvømning: Kl. 08.00

Stævnestart: Kl. 09.00

Holdledermøde: Kl. 08.00

Officialmøde: Kl. 08.15

Holdkaptort: Ændringer afleveres senest kl. 08.00 i sekretariatet. Holdkapper skal laves på svømmetider.dk

Der svømmes i følgende årgange/grupper:

Gruppe 1: Årgang 2004 og 2005

Gruppe 3: Årgang 2008 og 2009

Gruppe 2: Årgang 2006 og 2007

Gruppe 4: Årgang 2010 og yngre

Officials: Hver af de deltagende klubber skal stille med tre officials, heraf skal mindst to være dommeruddannet. Navne og moduler bedes meddelt sammen med tilmeldingen af svømmerne.

Hvis en svømmer har opnået sølvnål, kan han/hun ikke deltage i stævnet.
Hver svømmer må max svømme to individuelle løb + én holdkap.

Der kan svømmes (Piger ulige løb og drenge lige løb):

Løb: 1 & 2: 100 Fly.

Løb: 3 & 4: 50 Bryst.

Løb: 5 & 6: 100 Ryg.

Løb: 7 & 8: 50 Fri.

Løb: 9 & 10: 200 Im.

Løb: 11: 8x50 Fri mix åben.

Tilmelding: Wingrodan file + navne på de tre officials sendes til: itanders@live.dk senest den 29/5 – 2019.

Afmelding: sendes til itanders@live.dk senest d. 5/6 – 2019.

Ved behov for yderligere information: kontakt Anders Mikkelsen, itanders@live.dk eller 51907953.

Vi glæder os til at se jer alle ;-)