

## HOLDSTÆVNE FOR ÅRGANGSSVØMMERE 2020 (COVID-19)

Dette reglement er tilpasset myndighedernes gældende retningslinjer i forhold til Covid-19, og beskriver et alternativt koncept til afvikling af Holdstævne årgang 2020 set i lyset af de gældende restriktioner.

### FORMÅL MED STÆVNET

Holdstævne årgang vil i 2020 blive afholdt på følgende datoer ved flere lokale arrangementssteder geografisk fordelt ud over landet på valgfrie tidspunkter i perioden:

**Lørdag d. 12. september til søndag d. 27. september 2020**

Formålet er at skabe en holdaktivitet for årgangssvømmere, som kan bruges til arbejde med team building og skabe gode fælles oplevelser tidligt på sæsonen, bl.a. med alternative konkurrencer, holdkapper og joker-løb – og ikke mindst mulighed for at lave fælles forberedelser i forbindelse med træning i ugerne op til stævnet. Dette er nærmere beskrevet i senere afsnit.

Stævnets rammer gør, at hvert hold skal bruge 8 drenge og 8 piger for at have deltagere i alle pointgivende starter. Man kan godt stille hold med færre end 8 svømmere af hvert køn, og det er muligt at bruge børnesvømmere, hvis den enkelte klub føler dette nødvendigt. Der er ikke nogen begrænsning i antal deltagere og holdstævnet henvender sig således til klubber i alle størrelser.

### TILMELDING OG INDELING I GRUPPER

Endelig tilmelding til Covid-19-udgaven af Holdstævne årgang 2020 skal ske senest **tirsdag d. 1. september**. Tilmelding er bindende og sendes til Dansk Svømmeunions stævnekoordinator (se sidst i dette dokument). Ved tilmelding oplyses klubnavn, klubbens kontaktperson og dennes kontaktinformationer.

Stævnet afvikles lokalt med 1 eller evt. 2 hold på hvert arrangementssted. Der henvises til Dansk Svømmeunions "Klubvejledning ved afholdelse af stævner og turneringer i svømmehaller". Det er op til de enkelte klubber om de ønsker at gå sammen med en anden tilmeldt klub omkring afviklingen af stævnet eller om de ønsker at afvikle stævnet alene.

Det påhviler de tilmeldte hold selv at finde timer i deres lokale svømmehal til afvikling inden for perioden lørdag d. 12. september til søndag d. 27. september 2020 og sikre rammerne for afviklingen, herunder også alle officials. Som ved alle andre stævner skal stævnet ledes af en af Dansk Svømmeunion godkendt overdommer. Der er ikke et krav om anvendelse af eltid.

Dansk Svømmeunion fremsender i starten af september en stævnefil til brug i WinGrodan og til brug i forbindelse med tilmelding i Svømmetider. Alle lokale arrangementer skal anmeldes til Svømmetider og det er op til den lokale klub at gøre dette, når datoerne for afvikling er fastlagt. Resultater uploades til Svømmetider efterhånden som stævnerne er færdigafviklede. Resultater skal være uploadet til Svømmetider mandag d. 28. september kl. 23.59. Herfra vil Dansk Svømmeunion udarbejde det samlede resultat og kåre årets vindere.

Eventgebyret er deltagelse i denne Covid-19 udgave af Holdstævne årgang kr. 1000,- pr. tilmeldt hold og dette dækker selve stævnedeltagelse i stævnet, den centrale administration og præmier.

## AFVIKLING

Stævnet afvikles i 2 afsnit. Det er ikke et krav at de to stævneafsnit afvikles to på hinanden følgende dage.

Følgende retningslinjer er gældende omkring tilmelding:

- Drengene årgang 2006 og yngre og piger årgang 2007 og yngre kan deltage ved stævnet.
- Et hold kan maksimalt bestå af 30 svømmere.
- Hver klub stiller med 2 pointgivende svømmere i hver disciplin. Hvis der stilles med mere end to svømmere, vil kun de to bedst placerede svømmere tælle i pointregnskabet. Hver klub kan stille med ubegrænset antal svømmere i hvert løb. Dog et lige antal svømmere i jokerløb (af hensyn til muligheden for at deltage i prøvelsen i jokerløb 4).
- En svømmer kan maksimalt deltage i 4 individuelle løb, 2 holdkapper og 1 jokerløb.
- Svømmerne skal anmeldes i bedste tider på kortbane (eller omregnet fra langbane, hvis denne er hurtigere) i perioden 1. januar 2019 til 31. august 2020.

## LØBSPROGRAM

1. stævneafsnit	2. stævneafsnit
50 fri	200 fri
200 bryst	200 ryg
100 ryg	100 fly
50 fly	100 bryst
100 IM	200 IM
400 fri	100 fri
50 bryst	50 ryg
8 x 100 fri (mix)	8 x 50 fri (mix)
<b>Trækning af jokerløb efterfulgt af 5 min. forberedelsespause</b>	<b>Trækning af jokerløb efterfulgt af 5 min. forberedelsespause</b>
Jokerløb (se beskrivelse)	Jokerløb (se beskrivelse)

## ANMELDELSE AF HOLD OG DELTAGERE

En svømmer kan ikke deltage, hvis pågældende er udelukket eller idømt karantæne, således at vedkommende ikke er startberettiget på det tidspunkt, hvor stævnet afholdes.

For at kunne sammenligne på tværs i grupper og geografi bliver der givet SVØM udviklingspoint i alle løb.

Der afvikles ikke diskøb i tilfælde af diskvalifikationer. Diskvalifikation medfører en pointscore på 0 point.

## JOKERLØB

Efter sidste løb i hvert stævneafsnit, individuelt eller holdkap, vil jokerløbet blive trukket. Der er 4 mulige løb, og når et jokerløb er trukket, er det ikke med i trækningen, til de efterfølgende jokerløb i de efterfølgende stævneafsnit.

Det trukne jokerløb, gælder for alle de svømmere der er tilmeldt det pågældende jokerløb  
Hver klub stiller med et lige antal svømmere pr. køn pr. jokerløb.

Når jokerløbet er trukket, vil der være 5 minutters forberedelsespause.

Jokerløb 1: 2 x 25 meter flyben på maven eller ryggen i streamline

Startposition: Normal start fra skammel.

Udførelse: Der svømmes 2 x 25 flyben i streamline på maven eller ryggen - eventuelt med valgfrit antal sekunders pause i vendeenden.  
Hver 25 meter afsluttes med hænderne samlet i streamline eller samtidig berøring med begge hænder.  
Kolbøttevending er ikke tilladt, vendeenden skal røres med hænder.  
Vejrtrækning ved svømning på både maven og ryggen og eventuelt svømning i vandoverfladen er tilladt, så længe hænderne forbliver samlet og streamline ikke brydes.  
Der må gerne skiftes mellem ben på maven og ben på ryggen så længe streamline fastholdes.  
En eventuel pause tæller med i den samlede tid.

Se et eksempel på en korrekt gennemførelse af jokerløb 1 [her](#). I tvivlstilfælde er det ovenstående beskrivelse af udførelse, der er gældende.

Deltagerne i jokerløb 1 **vil blive diskvalificeret** i henhold til følgende retningslinjer:

- JL 1.1 Tyvstart
- JL 1.2 Svømmeren trækker i banetove.
- JL 1.3 Svømmeren går eller løber på bunden.
- JL 1.4 Svømmeren bruger arm- eller bentag ud over det tilladte.
- JL 1.5 Svømmeren ikke har hænderne samlet fra afsæt til indslag.
- JL 1.6 Svømmeren laver kolbøttevending.

Jokerløb 2: 25 meter baglæns rygcrawl

Startposition: Rygliggende i vandoverflade. Begge hænder og hoved har kontakt med kanten.

Udførelse: Banen startes ved at trykke fra på kanten. Fødder forrest på hele banen.  
Glid er tilladt, men hænder skal være rolige over hoved – altså ingen fremdrift i glidefase.  
Hånden sættes i ved hoften, og forlader først vandet over hoved. Håndryggen bør bruges til at skabe fremdrift (det er ikke et krav).  
Brug af ben er tilladt.  
Løbet afsluttes med fødderne på kanten.

Se et eksempel på en korrekt gennemførelse af jokerløb 2 [her](#). I tvivlstilfælde er det ovenstående beskrivelse af udførelse, der er gældende.

Deltagerne i jokerløb 2 **vil blive diskvalificeret** i henhold til følgende retningslinjer:

- JL 2.1 Tyvstart
- JL 2.2 Svømmeren trækker i banetove.
- JL 2.3 Svømmeren går eller løber på bunden.
- JL 2.4 Svømmeren bruger arm- eller bentag ud over det tilladte.
- JL 2.5 Svømmeren er ikke rygliggende under hele løbet.
- JL 2.6 Svømmerne har ikke fødderne forrest hele vejen fra afsæt til indslag.

### Jokerløb 3: 45 meter crawlben med plade

Startposition: I vandet med begge fødder og en hånd på væggen. Den anden hånd holder fast i plade.

Udførelse: Der svømmes crawlben forbi 15-meter-mærket, tilbage forbi 5-meter-mærket og til slut ned til 25 meter.  
Ingen regler for hvordan vending skal udføres, den må bare ikke påbegyndes før hovedet er forbi henholdsvis 15-meter-mærket og 5-meter-mærket.  
Indslag med begge hænder på plade. Tid stoppes når pladen rører kanten.

Se et eksempel på en korrekt gennemførelse af jokerløb 3 [her](#). I tvivlstilfælde er det ovenstående beskrivelse af udførelse, der er gældende.

Deltagerne i jokerløb 3 **vil blive diskvalificeret** i henhold til følgende retningslinjer:

- JL 3.1 Tyvstart
- JL 3.2 Svømmeren trækker i banetove.
- JL 3.3 Svømmeren går eller løber på bunden.
- JL 3.4 Svømmeren bruger arm- eller bentag ud over det tilladte.
- JL 3.5 Svømmeren skifter retning før hovedet er udfor vendepunkterne (15 og 5 meter mærket).
- JL 3.6 Svømmeren har ikke begge hænder på pladen ved indslag.

### Jokerløb 4: 50 meter trillebør med svømmefødder

Parøvelse: Denne øvelse udføres i par. Begge svømmere der er tilmeldt jokerløb, vil få noteret den samme samlede sluttid.

Startposition: Svømmer 1: Udstrakt i vandoverflade, begge hænder på plade og arme lodret mod bunden.  
Svømmer 2: Begge fødder og en hånd på væggen. Den anden hånd holder fast i svømmer 1's ene fod.

Udførelse: Svømmer 2 skubber svømmer 1 med begge hænder på svømmer 1's fødder.  
Svømmer 1's arme er hele tiden lodrette mod bunden, og hænderne er placeret på pladen – der skal ikke holdes fast i pladen. Pladen skal være under vandet hele vejen.  
Ved 25 meter, bytter svømmer 1 og svømmer 2 plads. Byttet må ikke starte før pladen har kontakt med kant. Svømmer 2 må heller ikke slippe svømmer 1's fødder før pladens kontakt med kanten.  
Løbet afsluttes når pladen rører målkanten.

Se et eksempel på en korrekt gennemførelse af jokerløb 4 [her](#). I tvivlstilfælde er det ovenstående beskrivelse af udførelse, der er gældende.

Deltagerne i jokerløb 4 **vil blive diskvalificeret** i henhold til følgende retningslinjer:

- JL 4.1 Tyvstart
- JL 4.2 Én eller begge svømmere trækker i banetøve.
- JL 4.3 Én eller begge svømmere går eller løber på bunden.
- JL 4.4 Én eller begge svømmere bruger arm- eller bentag ud over det tilladte.
- JL 4.5 Parret bevæger sig fremad på banen uden at svømmer 1 har begge hænder på pladen.
- JL 4.6 Parret formår ikke at holde pladen under vandoverfladen indtil afslutning af banen.
- JL 4.7 Begge svømmer 1's hænder ikke er på pladen ved afslutning af bane.
- JL 4.8 Svømmer 2 ikke har fat i begge ben på svømmer 1 ved afslutning af banen.

#### Basistider

Der beregnes point for jokerløb ud fra den samme basistid uanset hvilket jokerløb svømmeren trækker. Basistiden sættes af praktiske årsager til gældende basistid på 50 meter brystsvømning.

#### **HOLDKONKURRENCER**

I forbindelse med Holdstævne årgang 2020 afvikles to holdkonkurrencer, som alle hold dystet om at vinde – dog opdelt i en konkurrence i øst og en konkurrence i vest. De to konkurrencer er:

- Bedste indmarch og udklædning
- Bedste hjemmelavede klubbanner

Hver klub skal producere en video af indmarch og udklædning og et billede af klubbanner, som indsendes til Dansk Svømmeunions stævnekoordinator, hvorefter alle videoerne vil blive uploadet online til offentlig afstemning. Det hold, der får flest stemmer i hver af de to konkurrencer (øst og vest), vinder holdkonkurrencen.

Video og billede skal ikke nødvendigvis produceres samtidigt med stævneafviklingen, men skal dog fremsendes til Dansk Svømmeunions stævnekoordinator senest mandag d. 28. september kl. 23.59.

Pointstilling og dermed vinderne fra de 2 holdkonkurrencer offentliggøres på Svømmetider. Vinderne af hver af de to holdkonkurrencer får tildelt et trofæ, som vindes til klubbens ejendom.

#### Bedste indmarch og udklædning

Hver klub har op til 3 minutter til indmarch (kun de første 3 minutter af videoen offentliggøres til afstemning). Her er det kun fantasien der sætter grænser. Dette gøres med typisk med et tema, samt musik og udklædning og afsluttes typisk med et kampråb.

Det betragtes som åbenlyst, at alle klubber og svømmere selvfølgelig overholder en fornuftig tone og orden i både tema, sprogbrug og musikvalg.

Indmarch bedømmes på originalitet, samarbejde og stemning.

#### Bedste hjemmelavede klubbanner

Hver klub skal udarbejde et klubbanner, som skal fotograferes. Der er frit valg på alle hylder, men svømmerne skal selv lave banneret.

Klubbanneret bedømmes på tekst, udsmykning og kreativitet.

Igen betragtes det som åbenlyst, at alle klubber og svømmere selvfølgelig overholder en fornuftig tone og orden i både tema og sprogbrug.

## OFFICIALS

Deltagende klubber skal selv sørge for officialbemanding ved stævnerne.

Det præcise antal officials koordineres med stævnernes overdommere under hensyntagen til det antal baner som anvendes til stævneafviklingen. Der er ingen centrale retningslinjer omkring officialbemanding.

## PRÆMIERING

### Klubber i vest

De tre bedste klubber vil blive præmieret med guld-, sølv- og bronzemedaljer til alle deltagere. Bemærk at der maksimalt kan præmieres 30 svømmere.

Vinderen af hver af de 2 holdkonkurrencer præmieres med en pokal til ejendom.

### Klubber i øst

De tre bedste klubber vil blive præmieret med guld-, sølv- og bronzemedaljer til alle deltagere. Bemærk at der maksimalt kan præmieres 30 svømmere.

Vinderen af hver af de 2 holdkonkurrencer præmieres med en pokal til ejendom.

### Samlet på tværs af arrangementssteder

Vandrepokal til den samlede vinder på tværs af alle arrangementssteder.

## KONTAKTPERSON:

Spørgsmål kan rettes til Dansk Svømmeunions stævnekoordinator:

Lone Lagerbon  
Telefon: 4240 1545  
E-mail: [lone.lagerbon@gmail.com](mailto:lone.lagerbon@gmail.com)