

Invitation til Begynderstævne 2

Brædstrup Svømmehal, Rådhusgade 1-3, 8740 Brædstrup

4. november 2023

Invitation sendt til:

Aarhus Swims talenthold

Adgang svømmehal	Kl. 7.50
Opvarmning	Kl. 8.00
Holdledermøde	Kl. 8.00
Officialmøde	Kl. 8.10
Stævnestart	Kl. 9.00
Stævneslut	Forventet kl. 14.00
Forplejning	Svømmere medbringer selv forplejning (rigeligt mad og drikke), men der vil også være holdlederkasse med frugt og snacks.
Holdleder	Der skal bruges en holdleder, som sørger for holdlederkasse, samt hjælper trænerne med at svømmerne er klar når de skal svømme. Se https://aarhusswim.dk/foraeldre-info/holdleder-guideline
Officials	Vi har brug for 3 officials – man behøver ingen forudgående erfaring og man vil få en grundig indføring i opgaven til official-mødet. De sidste par gange har det været meget svært at skaffe de hjælpere som vi har pligt til at stille med, og det gør det svært at arrangere stævner for børnene. Jo flere der melder sig, desto nemmere er det at sikre at det ikke altid er de samme som må springe til.
Transport	Man sørger selv for transport.
Tilmeldingsfrist	15. oktober 2023
Hvad er et begynderstævne?	Et begynderstævne er svømmerens første møde med stævnekoncepter i dansk svømning. Begynderstævnerne er en kombination af klassiske distancer og såkaldte skills løb. Man kan tilmelde sig forskellige distancer (25m-100m) i alle stilarterne (Crawl, Ryg, Bryst og Fly), hvor man får mulighed for at vise alt hvad man har lært til den daglige træning. For at sikre et trygt læringsmiljø kan svømmere ikke blive diskvalificeret for fejl til et begynderstævne, men får derimod chancen for at prøve et nyt forsøg. Skills-løb er en mulighed for at fremvise de færdigheder, som er blevet lært til træning – heriblandt butterflyben, kolbøtter og meget mere. Afslutningsvis på stævnet modtager alle svømmere et flot diplom og en medalje for deres deltagelse og som noget nyt også en badehætte der passer til det enkelte stævne. For forældre er begynderstævner en unik mulighed for at komme endnu tættere på den sport som dit barn dyrker. Alle forældre er derfor velkomne til at kigge forbi på dagen.
Spørgsmål? Kontakt din træner eller skriv til	jeppehogild@gmail.com

Løbsliste

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

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

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