

# MIDT-ØST Begynderstævne 1 - d. 24. september 2022

Aarhus Svømmestadion, F. Vestergaardsgade 3, 8000 Aarhus C

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.

**Adgang omklædning/ Opvarmning:** kl 7.45/8.00

**Stævnestart:** kl 9.00

**Holdledermøde:** kl. 8.00

**Officialmøde:** kl.8.15

Stævnet forventes færdig ved middagstid – se endeligt program

**Medbring:** Svømmerne bør medbringe badetøj, svømmebriller, håndklæde, shorts, t-shirt, sko, strømper.

## Løbsprogram:

Løb 1-2 25 m fri drenge-piger

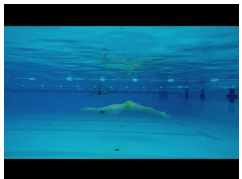
Løb 3-4 100 m fri drenge-piger

Løb 5-6 50 m ryg drenge-piger

Løb 7 Skills: Streamline udsvømning på ryggen fra kant til 5-10-15-20-25m



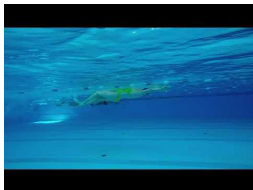
Løb 8 Skills: Streamline udsvømning på maven fra kant til 5-10-15-20-25m



Løb 9-10 25 m ryg drenge-piger

Løb 11-12 50 m fri drenge-piger

Løb 13 Skills: 25 m Rygcrawl ben med armene i Streamline



Løb 14 4x25m fri holdkap (valgfri sammensætning, men min. 1 af hvert køn).

**Pris:** Prisen er 50 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.

**Tilmelding:** Senest lørdag d. 8.9.2022 via <https://bsk-svoem.dk/default.aspx>  
Vi ses på kanten!