

HIK Klubmesterskaber



Lørdag 25. maj kl. 9.00 til ca. 13.00

Det er nu tid til klubmesterskaberne, og vi ser frem til at møde alle vores svømmere i vandet (dog ikke plaskesvømmerne) til en hyggelig og spændende dag.

Svømmerne konkurrerer på følgende måde:

Årgang 2012 og yngre - Hver årgang konkurrerer hver for sig

Årgang 2010 - 2011 - Konkurrerer mod hinanden i Gruppe 3

Årgang 2007 - 2009 - Konkurrerer mod hinanden i Gruppe 2

Årgang 2006 og ældre - Konkurrerer mod hinanden i Gruppe 1

De tre bedste svømmere i hvert løb, for hver inddeling, får medaljer, og alle svømmere modtager et diplom.

Jeres træner og hjælpetrænere vil være til stede og hjælpe jer med at være klar og hygge om jer.

Det er tilladt at bruge bælte, ligesom det er tilladt at starte i vandet.

Vi starter med fælles opvarmning mellem kl. 9.00 og 9.30. Det første løb starter kl.9.30

Sæt Kryds (X) ud fra de løb, i nedenstående liste, som du ønsker at deltage i - spørg evt. din træner om, hvilke løb der passer til dig. Du må deltage i så mange løb, som du har lyst til.

Tilmeldingen afleveres til din træner eller hjælpetræner senest lørdag d. 4. maj.

(Specielt for Talent/Konkurrence: max 5 løb og én holdkap)

Tilmeldingseddelen kan også hentes på vores hjemmeside www.hik-svomning.dk.

Er der noget du er i tvivl om, kan du kontakte din træner eller bestyrelsesmedlem:

Casper Thaarup: casper@hik-svomning.dk



Løbsliste					
X	Pige løb	Disciplin		Drenge løb	X
	1	50 m	Fri	2	
	3	25 m	Bryst	4	
	5	100 m	Ryg	6	
	7	50 m	Fly	8	
	9	100 m	Bryst	10	
	11	50 m	Ryg	12	
	13	100 m	Fly	14	
	15	25 m	Fri	16	
	17	100 m	Individuel Medley	18	
	19	25 m	Ryg	20	
	21	50 m	Bryst	22	
	23	100 m	Fri	24	
	27	? x 50 m	X - Holdkap	28	

Svømmerens navn Årgang

Hold Dag.....

Forældre navn (underskrift).....

Trænerunderskrift (har kontrolleret at svømmeren kan svømme de valgte løb).....