

27. FURESØ CUP

22/5.-24/5.
2026

Farum Svømmehal
Farum Park 20
3520 Farum

Email: furesocup@fsk.dk
Hjemmeside: <http://www.fsk.dk>



FURESØ
SVØMMEKLUB

Furesø Cup er en fantastisk mulighed for at teste formen af på langbane inden sommerens danske og internationale mesterskaber.

Vi glæder os til at se jer alle til 3 dage med god svømning og sjove oplevelser.

Furesø Cup 2026 er en perfekt timing for at sætte kravtider til DÅM – DMJ og DM

Praktiske oplysninger

Stævnet afholdes i Farum Svømmehals 50m bassin med 6 baner, bredde 2,5m og vandtemperatur på 26 grader.

- Track-startskamler og rygstartsbøjler
- El-tid og livetiming
- Hvilerum, café og udendørsområde
- Ind- og udsvømningssvømning (4x25m) er tilgængeligt alle dage under afviklingen af løbsprogrammet, og der kan derfor ind- og udsvømmes løbende.
Bassinet er placeret i tilstødende svømmehal.

Stævneafvikling

Der svømmes finaler i alle 50m og 100m løb for de 6 bedste svømmere fra alle 4 grupper fra indledende heats.

Der uddeles 4 sæt præmier.

200m og 400m løb afvikles som direkte finale og er kun for gruppe 1-2-3.

Grupper

	Damer	Herrer
Gr. 1 - Senior	2007 og ældre	2007 og ældre
Gr. 2 - Junior	2008 - 2010	2008 - 2010
Gr. 3 - Årgang	2011 - 2012	2011 - 2012
Gr. 4 - Børn	2013 og yngre	2013 og yngre

Præmier

Der er medaljer til de tre hurtigste tider i hver årgangsgruppe i hvert løb

Derudover vil der være heatpræmier i individuelle løb.

Pengepræmier

1. præmie: 3.000 kr.
2. præmie: 2.000 kr.
3. præmie: 1.000 kr.

Til de 3 bedste kvindelige og de 3 bedste mandlige præstationer, opnået i to forskellige løb sammenlagt, opgjort efter World Aquatics-point. Ved pointlighed deles præmierne af de svømmere, der har samme pointtal. For at modtage pengepræmier skal man være til stede søndag aften.

Ny stævneerekord præmieres med 250 kr.

Træner- og lederlounge

Nyd en slush-ice eller forsyn dig med kaffe, te, saft og et stykke kage i vores træner- og lederlounge under stævnet. Der vil være frokost til trænere.



Løbsprogram fredag, lørdag og søndag

Fredag indledende. Indsvøm fra 15.00 - Stævnestart 16.30

LØB	DISCIPLIN	GRUPPE	AFVIKLING	MAXANTAL HEATS
1+2	50m fly	1+2+3+4	Indl.	
3+4	50m ryg	1+2+3+4	Indl.	
5+6	200 IM	1+2+3	Direkte finale	10
7+8	50m bryst	1+2+3+4	Indl.	
9+10	50m fri	1+2+3+4	Indl.	

Lørdag indledende. Indsvøm fra 07.30 - Stævnestart 09.00

LØB	DISCIPLIN	GRUPPE	AFVIKLING	MAXANTAL HEATS
11+12	100m ryg	1+2+3+4	Indl.	
13+14	100m fri	1+2+3+4	Indl.	
15+16	200m fly	1+2+3	Direkte finaler	10
17+18	200m bryst	1+2+3	Direkte finaler	10
19+20	400 fri	1+2+3	Direkte finaler	7

Lørdag finaler, Indsvøm fra 15.30 – Stævnestart 17.00

LØB	DISCIPLIN	GRUPPE	AFVIKLING	MAX ANTAL HEATS
1+2	50m fly	1+2+3+4	Finaler	
11+12	100m ryg	1+2+3+4	Finaler	
7+8	50m bryst	1+2+3+4	Finaler	
13+14	100m fri	1+2+3+4	Finaler	

Søndag indledende. Indsvøm fra 07.30 - Stævnestart 09.00

LØB	DISCIPLIN	GRUPPE	AFVIKLING	MAXANTAL HEATS
21+22	100m fly	1+2+3+4	Indl.	
23+24	100m bryst	1+2+3+4	Indl.	
25+26	200m ryg	1+2+3	Direkte finale	10
27+28	200m fri	1+2+3	Direkte finale	10
29+30	400m IM	1+2+3	Direkte finale	7

Søndag finaler. Indsvøm fra 15.00 – Stævnestart 16.30

LØB	DISCIPLIN	GRUPPE	AFVIKLING	MAX ANTAL HEATS
22+22	100m fly	1+2+3+4	Finaler	
3+4	50m ryg	1+2+3+4	Finaler	
23+24	100m bryst	1+2+3+4	Finaler	
9+10	50m fri	1+2+3+4	Finaler	

Tilmelding

Forhåndstilmelding samt endelig tilmelding skal foretages via svømmetider.

Frist for forhåndstilmelding: 8. april 2026

Frist for endelig tilmelding: 6. maj 2026

Startgebyr er 85 kr. pr. start

Af hensyn til stævneplanlægningen bedes antal starter angivet så præcist som muligt. Afviger antallet af forhåndstilmeldte starter med mere end 10%, så forbeholder vi os retten til at opkræve startpenge for differencen, ud over de 10%.

Forhåndstilmeldte starter opgøres per 8. april 2026. Herefter kan antallet ikke nedreguleres ud over de 10 %.

Betaling

Faktura fremsendes elektronisk
Startgebyr refunderes ikke ved afmelding efter tilmeldingsfristen.

Der opkræves ikke startgebyr for starter ramt af heatbegrænsning.

Dette gælder også for forhåndstilmeldte starter ramt af heatbegrænsning.

Officials

Vi gennemfører stævnet uden tidtagere. Alle officials skal være dommeruddannede med mindst modul 2.

1-10 starter

11-50 starter

51-100 starter

101-200 starter

201- starter

0 officials pr. stævnedag

1 official pr. stævnedag

2 officials pr. stævnedag

3 officials pr. stævnedag

4 officials pr. stævnedag

Klubberne skal stille med officials hele dage. Dog må klubben godt skifte official ud mellem de to afsnit. Det SKAL være den samme official igennem et helt afsnittet.

Ved udeblivelse af officials opkræves den ansvarlige klub 600kr pr afsnit.

Der vil være forplejning til officials.

Kontaktpersoner

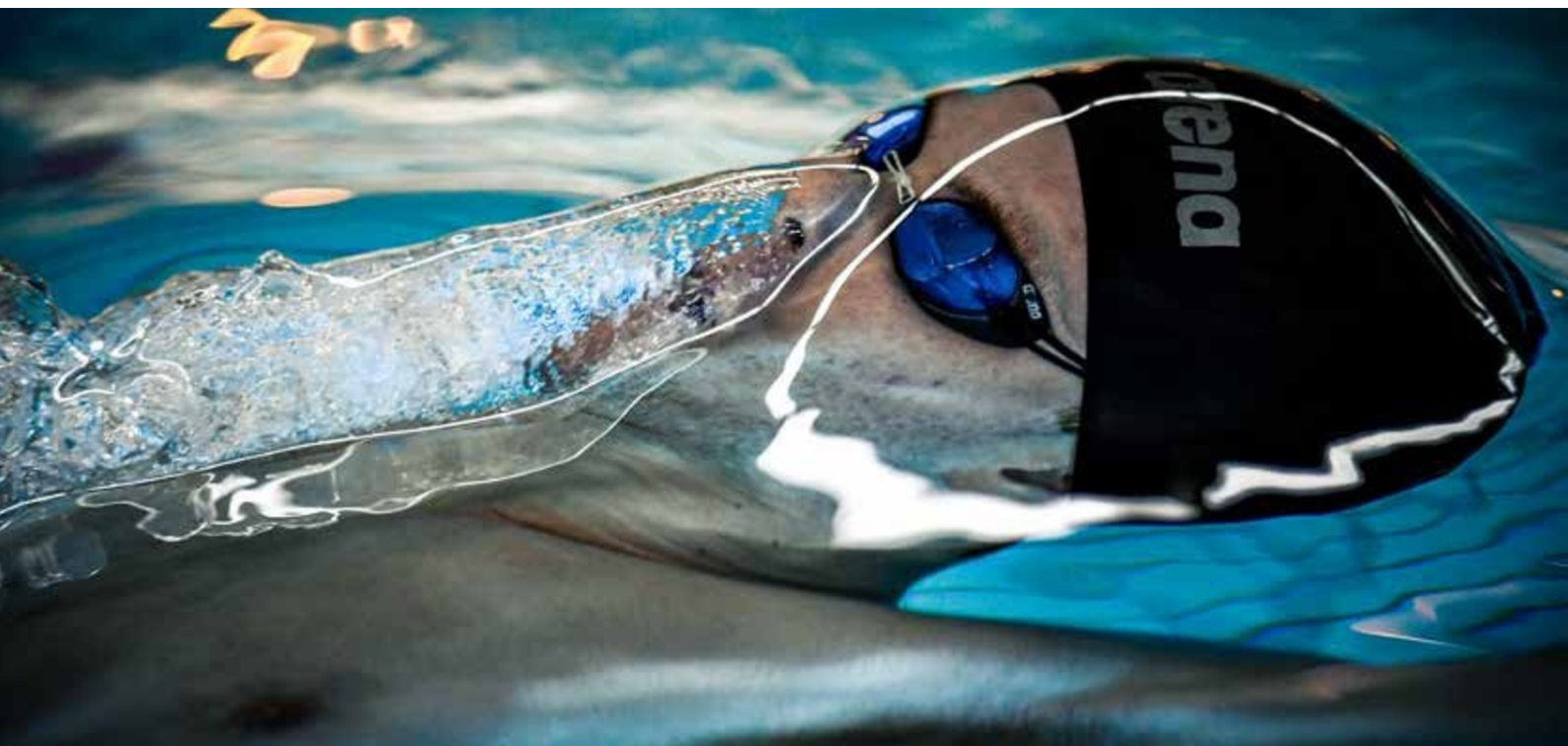
Spørgsmål vedrørende tilmelding og betaling kan rettes til følgende:

Stævneleder Michael Thejsen

Email: thejsenm@gmail.com

Stævnekoordinator Carsten Ramsdahl

E-mail: cramsdahl@fsk.dk



Stævnerekorder Furesø Cup

DAMER

LØB

HERRE

Julie Kepp Jensen	0.25,25	50 fri	0.22,83	William Textor-Broch
Pernille Blume	0.54,85	100 fri	0.50,30	Frederik Siem Pedersen
Clara Rybak-Andersen	2.02,27	200 fri	1.51,44	Daniel Skaaning
Martine Damborg	4.20,30	400 fri	3.56,10	Pal Joensen
Julie Kepp Jensen	0.28,54	50 ryg	0.25,43	Robert E. Falborg Pedersen
Victoria Bjerre	1.02,76	100 ryg	0.55,93	Robert E. Falborg Pedersen
Victoria Bjerre	2.17,72	200 ryg	2.06,50	Luccas Da
Josephine B. Pedersen	0.32,02	50 bryst	0.28,44	Philip Greve
Clara Rybak-Andersen	1.08,47	100 bryst	1.03,78	Philip Greve
Rikke Møller Pedersen	2.25,41	200 bryst	2.21,91	Mathias Christensen
Martine Damborg	0.27,05	50 fly	0.24,53	Valdemar H. Hyldig
Katrine Holm Sørensen	1.00,20	100 fly	0.55,40	Oliver Søgaard-Andersen
Marina Heller Hansen	2.17,06	200 fly	2.04,13	Oliver Søgaard-Andersen
Elisabeth S. Eppesen	2.18,06	200 IM	2.05,53	Mathias Christensen
Marina Heller Hansen	4.58,02	400 IM	4.36,19	Alfred August Grubert

