

# **Hvidovre svømmeklub**



## **HVIDOVRE MEDLEY CUP 2022/2023**

**MEDLEY CUP 1: 24. SEPTEMBER 2022**

**MEDLEY CUP 2: 12. NOVEMBER 2022**

**MEDLEY CUP 3: 11. MARTS 2023**

**MEDLEY CUP 4: 22. APRIL 2023**

**Frihedens Idrætscenter**

**4 Stævner for de yngste konkurrencesvømmere  
Stævnerne henvender sig primært til nye og uerfarne svømmere**

**STED**

FRIHEDENS IDRÆTSCENTER  
Hvidovrevej 446  
2650 Hvidovre

**GRUPPEINDELING**

	<b>PIGER</b>	<b>DRENGE</b>
<b>GRUPPE 1</b>	2012	2011
<b>GRUPPE 2</b>	2013	2012
<b>GRUPPE 3</b>	2014	2013
<b>GRUPPE 4</b>	2015 og yngre	2014 og yngre

**PRÆMIER**

Der uddeles medaljer til top 3 i hvert løb for hver gruppe

**TIDTAGNING**

Manuel tidtagning, med resultater på LiveTiming

**STARTGEBYR**

Individuelle starter: 50 kr. pr. start  
Holdkapstarter: 50 kr. pr. hold  
Der pålægges et gebyr på 10 kr. pr. start, hvis Grodan ikke anvendes.  
HVIDOVRE Svømmeklub sender faktura til klubberne.

**FORHÅNDSTILMELDING**

Skal ske til [staevne@hvsk.dk](mailto:staevne@hvsk.dk)  
Klubber med forhåndstilmelding vil få fortrinsret, efter "først til mølle" princippet.

**ANMELDELSE**

Medley Cup 1: 11. september 2022  
Medley Cup 2: 30. oktober 2022  
Medley Cup 3: 26. februar 2023  
Medley Cup 4: 9. april 2023

Anmeldelsesfil sendes på mail: [staevne@hvsk.dk](mailto:staevne@hvsk.dk)  
Stævnet kan anmeldes på <https://svømmetider.dk> eller rekvireres via mail på [staevne@hvsk.dk](mailto:staevne@hvsk.dk)

**AFMELDINGER**

Frist for afmeldinger er kl. 10.00 hver stævnedag  
Stævnet benytter elektronisk afmelding via WinGrodanSync. Se særskilt instruks.

**ANTAL STARTER**

Hver svømmer må max deltage i 4 individuelle starter (plus holdkap).

**SKABE I OMKLÆDNINGEN**

Det er et begrænset antal skabe.

**TILDELNING AF PLADSER**

Der vil være markerede pladser til hver klub i hallen.

**OFFICIALS**

Hver klub skal stille med 3-4 officials, afhængig af antallet af deltagende klubber. Mindst to skal være dommeruddannet

**BESPISNING**

Det findes café i forhallen.

**STARTLISTER**

Startlister vil være tilgængelige på [www.svoem.org](http://www.svoem.org) og på livetiming

**SPØRSMÅL**

[staevne@hvsk.dk](mailto:staevne@hvsk.dk)

## STÆVNEPLAN

Stævnerne har følgende tidsplan:

Indgang til hal og omklædning kl. 10.00

Holdledermøde kl. 10.00

Officialmøde kl. 10.15

Opvarmning fra kl. 10.00

<b>LØBSPROGRAM</b>			
<b>1</b>	4x50m	Frisvømning	Piger
<b>2</b>	4x50m	Frisvømning	Drenge
<b>KORT PAUSE</b>			
<b>3</b>	100	Frisvømning	Piger
<b>4</b>	100	Frisvømning	Drenge
<b>5</b>	25m	Rygsvømning	Piger
<b>6</b>	25m	Rygsvømning	Drenge
<b>7</b>	25m	Brystsvømning	Piger
<b>8</b>	25m	Brystsvømning	Drenge
<b>9</b>	50m	Butterfly	Piger
<b>10</b>	50m	Butterfly	Drenge
<b>11</b>	50m	Frisvømning	Piger
<b>12</b>	50m	Frisvømning	Drenge
<b>PRÆMIEOVERRÆKKELSE</b>			
<b>13</b>	100m	Rygsvømning	Piger
<b>14</b>	100m	Rygsvømning	Drenge
<b>15</b>	100m	Brystsvømning	Piger
<b>16</b>	100m	Brystsvømning	Drenge
<b>17</b>	100m	Medley	Piger
<b>18</b>	100m	Medley	Drenge
<b>PRÆMIEOVERRÆKKELSE</b>			
<b>19</b>	25m	Butterfly	Piger
<b>20</b>	25m	Butterfly	Drenge
<b>21</b>	25m	Frisvømning	Piger
<b>22</b>	25m	Frisvømning	Drenge
<b>23</b>	50m	Rygsvømning	Piger
<b>24</b>	50m	Rygsvømning	Drenge
<b>25</b>	50m	Brystsvømning	Piger
<b>26</b>	50m	Brystsvømning	Drenge
<b>27</b>	200m	Frisvømning	Piger
<b>28</b>	200m	Frisvømning	Drenge
<b>PRÆMIEOVERRÆKKELSE</b>			