



## Flipper Cup i Brønderslev den 3. februar 2019

### FOR HVEM:

- \* Begynder (midterholdene)
- \* Øvede (dem der svømmer på det dybe)
- \* Talent

Flipper Cup er egentlig et lukket stævne for følgende svømmeklubber: Skagen Frederikshavn, Aabybro, BSK08, Sindal, Søhesten og Jet. Vi har dog lavet et samarbejde med Jet, der gør at vi har fået lov at stille op sammen med dem - så denne dag er vi alle fra Jetsmark svømmeklub ☺

### Praktiske oplysninger:

Sted: Brønderslev Svømmehal, Frilandsvej 10, 9700 Brønderslev

Pris: Kr. 50,- (Betales ved tilmelding, gerne på mobilepay til 20993713 (Mette Andersen))

Opvarmning kl. 9:00

Stævnestart kl. 10:00

Afgang fra svømmehallen ca. kl. 8:00

### Medbring (udover badetøj mm):

- **Gerne en madpakke** - Caféen i svømmehallen har dog åbent og der kan købes toast, frugt, slush-ice, te og kaffe
- **Ekstra håndklæde**
- **Trøje/t-shirt/morgenkåbe til at have på mellem løbene**

Der svømmes i følgende grupper:

**Gruppe 1:** svømmer med bælte/vinger. Her svømmes kun 25 meter.

**Gruppe 2:** svømmer kun med bælte eller helt uden.

**Gruppe 3:** svømmer uden hjælpemidler. Svømmerne bliver ikke diskvalificeret, men trænerne får disksedler på de fejl svømmerne laver.

Spørg gerne din træner, hvis du er i tvivl om hvilken gruppe du skal tilmelde dig.

Det er vigtigt man kun tilmelder sig løb, man er sikker på at kunne gennemføre, for at få den bedste oplevelse ud af det.

**Man må maks. tilmelde sig 3 løb.** Hvis der er nok tilmeldte vil der også blive tilmeldt en holdkap. Dette får I mere info om på stævnedagen, hvis det bliver aktuelt.

Tilmeldingsseddel kan afleveres til din træner eller sendes på mail til Mette Andersen (medlem af bestyrelsen i FSK) [mette@f-s-k.dk](mailto:mette@f-s-k.dk) senest den 22-01-2019. Har I spørgsmål kan I ringe til Mette Andersen på telefon 20993713.

Forældre m.m. er selvfølgelig velkomne til at komme og kigge/heppe ☺

I svømmehallen vil der være afmærket hvor klubberne skal sidde, så der er pladser til alle. Der henstilles til at svømmerne først og fremmest får glæde af de siddepladser, der er opstillet i svømmehallen.



Hovedsponsor:



## Flipper Cup i Brønderslev den 3. februar 2019

### Tilmelding til Flipper Cup i Brønderslev den 03-02-2019

Svømmerens fulde navn \_\_\_\_\_ Fødselsdag/-år \_\_\_\_\_

Jeg ønsker at deltage i følgende løb (sæt kryds) - drenge svømmer i ulige løb og piger svømmer i lige løb (fri = crawl):

Løb 2-3 Gruppe 2 - 25 m svømmes på maven

Løb 4-5 Gruppe 3 - 25 m fri

Løb 6-7 Gruppe 1 - 25 m svømmes på ryggen

Løb 8-9 Gruppe 3 - 25 m bryst

Løb 10-11 Gruppe 3 - 25 m ryg

Løb 12-13 Gruppe 2 - 25 m svømmes på ryggen

Løb 14-15 Gruppe 3 - 25 m fly

Løb 16-17 Gruppe 1 - 25 Svømmes på maven

Løb 18-19 Gruppe 3 - 50 m ryg

Løb 20-21 Gruppe 2 - 50 m svømmes på maven

Løb 22-23 Gruppe 3 - 50 m bryst

Løb 24-25 Gruppe 2 - 50 m Svømmes på ryggen

Løb 26-27 Gruppe 3 - 50 m fri

Jeg vil gerne svømme holdkap hvis det er muligt  Jeg vil IKKE svømme holdkap

#### Kørsel:

Jeg kommer selv direkte til Brønderslev (vi mødes i Brønderslev)

Jeg vil gerne køre med fra svømmehallen

Min mor/far vil gerne køre og vi har plads til \_\_\_\_\_ foruden os selv.

Kontakt telefonnummer: \_\_\_\_\_