



Begynderstævne i Jetsmark den 10-02-2019

FOR HVEM:

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

Begynderstævnet er for børn/unge som kan svømme uden hjælpemidler og har meget lidt eller ingen stævneerfaring. Der er medalje og diplom til alle deltagere.

Sted: Jetsmark Idrætscenter

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

Opvarmning kl. 13:15

Stævnestart kl. 14:15

Afgang fra svømmehallen ca. kl. 12:30

Medbring (udover badetøj mm):

- Gerne en madpakke
- Ekstra håndklæde
- Trøje/t-shirt/morgenkåbe til at have på mellem løbene

Det er vigtigt man kun tilmelder sig løb, man er sikker på at kunne gennemføre, for at få den bedste oplevelse ud af det. Er du i tvivl, kan du altid spørge din træner. **Hver svømmer kan deltage i 4 løb** foruden de obligatoriske skills, jf. nedenfor, samt evt. holdkap (dette får I mere info om på stævnedagen, hvis det bliver aktuelt)

Tilmeldingsseddel skal afleveres til din træner eller sendes på mail til Mette Andersen (medlem af bestyrelsen i FSK) mette@f-s-k.dk senest den 24/1-2019. Har I spørgsmål kan I ringe til Mette Andersen på tlf. 20993713.

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

Hovedsponsor:





Begynderstævne i Jetsmark den 10-02-2019

Tilmelding til begynderstævne den 10-02-2019

Svømmerens navn _____

Årgang _____

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

Løb 1-2 25 m fly drenge-piger

Løb 3-4 50 m fri drenge-piger

Løb 5-6 25 m fri drenge-piger

Løb 7-8 100 m fri drenge-piger

Løb 9-10 50 m ryg drenge-piger

Jeg vil gerne deltage i holdkap, hvis muligt Jeg vil IKKE deltage i holdkap

Udover ovennævnte løb, skal alle svømmere deltage i følgende skills:

Skills 1 25 m butterfly-indslag (mellem løb 4 og 5)

Skills 2 25 m butterfly-ben med arme i streamline eller med plade (efter løb 10)

Kørsel:

Jeg kommer selv til Jetsmark (vi mødes i Jetsmark)

Jeg vil gerne køre med fra svømmehallen

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

Kontakt telefonnummer: _____