

|  |
| --- |
| Risskov den 2. juli 2019 |

**Invitation til:**

Alle konkurrencesvømmere

|  |  |
| --- | --- |
| Opvarmning  Holdledermøde  Officialmøde  Stævnestart | Begge dage  08.00  08.00  08.30  09.30 |
| STED | Hasle Skole, Haslehallen, Herredsvej 15, 8210 Århus V |
| FORPLEJNING | Lørdag: Svømmere sørger selv for forplejning  Søndag: Svømmere sørger selv for forplejning |
| MØDESTED OG TIDSPUNKT | Svømmerne møder omklædt til opvarmning kl. 08.00 på Hasle Skole både lørdag og søndag |
| OFFICIAL | Vi skal stille med mange officials – begge dage. Modul 2, 3, 4 og 5. | |
| ANDEN HJÆLP | Vi har behov for hjælp til opsætning af stole, pasning af omklædningsrum, køkken og kiosk og oprydning. | |
| ØVRIG INFO | Der vil være mulighed for køb af kaffe og almindelige kioskvarer. | |

Tilmelding foregår på Lyseng svømning’s hjemmeside. [LINK](https://www.lyseng-svoemning.dk/cms/EventOverview.aspx)

Der må ønskes 6 løb ved afkrydsning i eventen.

Løbsliste se næste side.

Bemærk: Tilmeldingsfristen er **onsdag den 11. august.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Løbsliste LØRDAG*** | | | | |  | ***Løbsliste SØNDAG*** | | | | |
| Løb | Dist | Disciplin | Køn | Grp |  | Løb | Dist | Disciplin | Køn | Grp |
| 1 | 200 m | Fri | Drenge | Alle |  | 22 | 100 m | IM | Piger | Alle |
| 2 | 200 m | Fri | Piger | Alle |  | 23 | 100 m | IM | Drenge | Alle |
| 3 | 4x100 m | Medley | Drenge | H1, H2 |  | 24 | 50 m | Fly | Piger | Alle |
| 4 | 4x100 m | Medley | Piger | H1, H2 |  | 25 | 50 m | Fly | Drenge | Alle |
| 5 | 50 m | Bryst | Drenge | Alle |  | 26 | 400 m | Fri | Piger | Alle |
| 6 | 50 m | Bryst | Piger | Alle |  | 27 | 4x50 m | Fri | Drenge | H1, H2 |
| 7 | 400 m | Fri | Drenge | Alle |  | 28 | 4x50 m | Fri | Piger | H1, H2 |
| 8 | 100 m | Ryg | Piger | Alle |  | 29 | 100 m | Bryst | Drenge | Alle |
| 9 | 100 m | Ryg | Drenge | Alle |  | 30 | 100 m | Bryst | Piger | Alle |
| 10 | 400 m | IM | Piger | Alle |  | 31 | 400 m | IM | Drenge | Alle |
| 11 | 200 m | IM | Drenge | Alle |  | 32 | 200 m | IM | Piger | Alle |
| 12 | 50 m | Fri | Piger | Alle |  | 33 | 50 m | Ryg | Drenge | Alle |
| 13 | 50 m | Fri | Drenge | Alle |  | 34 | 50 m | Ryg | Piger | Alle |
| 14 | 200 m | Bryst | Piger | Alle |  | 35 | 200 m | Fly | Drenge | Alle |
| 15 | 200 m | Bryst | Drenge | Alle |  | 36 | 200 m | Fly | Piger | Alle |
| 16 | 100 m | Fly | Piger | Alle |  | 37 | 100 m | Fri | Drenge | Alle |
| 17 | 100 m | Fly | Drenge | Alle |  | 38 | 100 m | Fri | Piger | Alle |
| 18 | 200 m | Ryg | Piger | Alle |  | Pause |  |  |  |  |
| 19 | 200 m | Ryg | Drenge | Alle |  | 37 | 8x50 m | Fri | MIX | H1 |
| 20 | 4x100 m | Fri | Piger | H1, H2 |  |  |  |  |  |  |
| 21 | 4x100 m | Fri | Drenge | H1, H2 |  |  |  |  |  |  |