

## Velkommen til JGI-Swim Klubmesterskab

*Håber du har lyst til at deltage i JGI-Swim's klubmesterskab. Har du ikke tidligere deltaget i et klubmesterskab er her lidt information om, hvordan det foregår.*

Klubmesterskabet er en årlig tilbagevendende begivenhed, der afholdes af A6 Swim Team som er vores konkurrenceafdeling. Men et Klubmesterskab er for alle, så derfor inviteres svømmeskolesvømmerne også til at deltage i mesterskabet.

A6 Swim Team står for alt omkring tidtagning, dommerbord og generelt for afviklingen af mesterskabet.

Der vil under hele mesterskabet være instruktører/hjælpetrænere tilstede fra JGI-Swim til at besvare spørgsmål, vejlede og hjælpe med stort som småt. Vi bærer alle en rød t-shirt med teksten "JGI-Swim" på. Så HUSK, er du, dine forældre mv. i tvivl om noget omkring afviklingen af mesterskabet eller har andre spørgsmål så kontakt os, vi er der for at hjælpe.

**Når du kommer på dagen** skal du gå ind i omklædningen, bade efter alle kunstens regler og tage badetøj på. Derefter kan du gå ned i svømmehallen. I svømmehallen skal du henvende dig til ham/hende – i rød t-shirt, hvorpå der står "JGI-Swim" - der står nedenfor trappen i svømmehallen og blive krydset af, så vi ved du er kommet.

Du og familien må sætte jer, hvor I vil på repos'erne i svømmehallen, men **ristene må IKKE tildækkes**, for så virker klimaanlægget dårligt eller slet ikke.

**Du skal være omklædt og krydset ind senest kl. 13.45.** I tidsrummet kl. 13.00 – 13.45 er der mulighed for at varme op, dvs. at du har mulighed for at svømme nogle baner i det store bassin. Bane 5 og 6 er til svømmeskolesvømmerne – altså dig.

### **Selve Klubmesterskabet starter kl. 14.00.**

For at ingen er i tvivl om, hvordan man kan/må starte, når man skal svømme, vil nogle af konkurrencesvømmerne vise de forskellige startmuligheder i de forskellige svømmediscipliner (crawl, rygcrawl og brystsvømning). Der er mulighed for både at starte i vandet eller benytte startskamlerne - du skal vælge den måde du bedst kan starte på eller er vant til.

**Sådan startes et heat/løb:** Når der lyder et fløjt skal du gøre dig klar, dvs. stille dig på skamlen eller gå ned i vandet alt efter, hvordan du vil starte. Derefter bliver der sagt "på jeres pladser" hvilket betyder, at du på skamlen skal stille dig i udspringsstilling og i vandet skal du holde fast i kanten og sætte fødderne mod kanten. Til sidst lyder der en høj brummelyd. Når denne lyd kommer betyder det, at NU skal du enten sætte af/springe fra skamlen eller skubbe fra på kanten og begynde at svømme.

Uanset om du skal svømme 25 m eller 50 m, er det **VIGTIGT, at du husker at røre kanten med enten en hånd eller en fod** i begge ender af bassinet. Rører man ikke kanterne kan man blive diskvalificeret.

**Der er på forhånd lavet et program** med angivelse af navnene på hvem, der skal svømme i hvilke heat med angivelse af banenummer man skal svømme på. Programmet bliver hængt op rundt om i svømmehallen så du/dine forældre kan orientere sig om, hvornår du skal svømme. Underviserne med de røde t-shirts vil også have et program, så spørg endelig, hvis du/I er i tvivl.

**Og så en VIGTIG TING: Du dyster med svømmere der er født i samme år som dig og piger dyster mod piger, drenge dyster mod drenge.**

For bl.a. at afvikle stævnet så effektivt som muligt, kan det forekomme, at der i et heat er svømmere fra forskellige årgange, der svømmer ved siden af hinanden, MEN det betyder **ikke** at du dyster med dem, du dyster stadig kun med de piger/drenge født samme år som dig.

## Velkommen til JGI-Swim Klubmesterskab

Alle svømmetider bliver indtastet i et tidssystem, der sørger for at holde styr på årgange og om man er svømmeskolesvømmer eller A6 konkurrencesvømmer samt om man er pige eller dreng så det hele bliver rigtigt.

**Klubmesterskabet starter med de mindste svømmere** - altså årgang 2011 eller yngre – der svømmer 25 m fri. Her er det tilladt at benytte hjælpemiddel. Når alle de små har svømmet bliver der uddelt præmier.

Derefter svømmer drenge og piger årgang 2010 og ældre – her er hjælpemiddel **ikke** tilladt - samt A6 konkurrencesvømmerne og evt. Masters.

Under hele mesterskabet vil der blive speaket med bl.a. navnene på deltagerne på hvert heat (løb). Når man gør klar til et heat vil navnene på de svømmere, der skal svømme på det efterfølgende heat blive råbt op, så man kan gøre sig klar og gå ned til startskamlerne. ALLE heat starter ved startskamlerne. Der står en hjælper/tidtager ved hver skammel, som vil hjælpe dig til at være klar til at svømme når starten lyder.

**Præmieoverrækkelse til svømmeskolesvømmerne årgang 2010 eller ældre** sker når alle løb i denne gruppe er svømmet. Medaljetagere opfordres til at tage bad **efter** præmieoverrækkelsen.

Skal du have en medalje, men har ikke mulighed for at blive til medaljeoverrækkelsen skal du ugen efter mesterskabet kontakte din instruktør, som så vil overrække dig medaljen.

**Det er VIGTIGT at du giver besked, hvis du har tilmeldt dig Klubmesterskabet, men alligevel ikke deltager. Afbud skal gives SENEST onsdag den 14. november 2018, kl. 12.00 til nedenstående mailadresse eller mobilnr.**

A6 Swim Team er et konkurrencesamarbejde med Ølstykke Svømmeklub og Slangerup Svømning, der også afholder klubmesterskab i deres klubber. Som en fælles afslutning på mesterskaberne mødes de 3 klubber til et **afslutningsstævnet lørdag den 15. december 2018 i Slangerup Svømmehal.**

De svømmeskolesvømmere (2010 eller ældre) på tværs af de 3 klubber med de 12 bedste svømmetider i 50 m fri inviteres til at deltage i afslutningsstævnet, hvor de svømmer svømmeskolefinale.

Fra torsdag den 13. december kan det på A6-hjemmeside [www.a6-swim.dk](http://www.a6-swim.dk) ses, hvem der har de 12 bedste svømmetider. Du vil blive kontaktet, hvis du er en af dem. *Har du ikke mulighed for at deltage i afslutningsstævnet bedes besked givet til Connie på nedenstående mailadresse.*

**Mail:** [instruk@jgi-swim.dk](mailto:instruk@jgi-swim.dk) eller

**Mobil:** 23 98 66 11 (ved benyttelse af SMS, skal fulde navn og adresse oplyses!!!)

Vi håber du får et hyggeligt og sjovt Klubmesterskab sammen med klubbens øvrige svømmere og din familie.

På gensyn til Klubmesterskabet ☺

JGI-Swim og Stævneudvalget i A6 Swim Team

