



## MIDT-ØST Begynder IV - d. 10. juni 2023

### Hasle Skole, Herredsvej 15, 8210 Aarhus V

IHF inviterer hermed til sæsonens 4. MIDT ØST begynder stævne. Begynderstævne-konceptet for region Midt-Øst er for børn i alderen 7-12 år med lidt eller ingen stævneerfaring.

Adgang til omklædning:	Kl. 08.15
Opvarmning:	Kl. 08.30 – 09.45
Holdledermøde:	Kl. 08.45
Officialmøde:	Kl. 09.00
Stævnestart:	Kl. 10.00

### Løbsprogram:

Løb 1-2	50 m fly-ryg	dreng-piger
Løb 3-4	50 m ryg-bry	dreng-piger
Løb 5-6	50 m bry-cra	dreng-piger
Løb 7	Skills: Ryg til bryst vending	
Løb 8-9	50 m fri	dreng-piger
Løb 10-11	50 m bryst	dreng-piger
Løb 12-13	100 m medley	dreng-piger
Løb 14	Skills: 25 m crawl ben m. plade	
Løb 15	4x25 m fri holdkap	mix (valgfri sammensætning men min. 1 af hvert køn)

Se også stævnekonceptet for flere detaljer om løbene.

Der er maksimalt 5 løb pr. svømmer.

### Pris:

Prisen pr. svømmer er 40 kroner. Deltagerbetalingen opkræves en gang årligt via faktura fra SVØM.

### Officials/hjælpere:

Ved mindre end 30 starter skal der stilles med 2 personer og ved mere end 30 starter stilles der med 3 personer. Det er ikke et krav at man er uddannet official, men man skal kunne bruge et stopur.

### Tilmelding:

Tilmelding af både svømmere og officials sker via [www.svoemmetider.dk](http://www.svoemmetider.dk). Hvis der er klubber som ikke har mulighed for at tilmelde på denne måde aftales tilmeldingsprocedure med Tina. Tilmeldingsfristen er 20. maj 2023.

## **Afmeldinger:**

Af hensyn til trykning af programmer modtages der afmeldninger på mail til [tinabentsen@hotmail.com](mailto:tinabentsen@hotmail.com) indtil fredag d. 9. juni kl. 15.00.

Tilmeldinger:

Tina Bentsen

[tinabentsen@hotmail.com](mailto:tinabentsen@hotmail.com)

Stævneleder:

Flemming Lauth Nielsen

[f.lauth@privat.dk](mailto:f.lauth@privat.dk)

27216037