



REGIONSSAMLING 2016

For top 5-svømmere i Medley Allround-konkurrencen

Ved de to Regionsmesterskaber 2016 på Sjælland udtages i år de bedste Medley Allround-svømmere i hver region til en fælles "Regionssamling 2016". Regionssamlingen vil være en samling for de 40 bedste Allround-svømmere på Sjælland (henholdsvis 20 svømmere fra Region Nordsjælland og 20 svømmere fra Region Sydsjælland). Læs mere om, hvordan du kvalificerer dig nedenfor.

Regionssamlingen 2016 finder sted:

Dato:	Den 10.-11. december 2016
Tid:	Lørdag kl. 9.00 til søndag kl. 14.00
Sted:	Danhostel Store Heddinge, Ved Munkevænget 1, 4660 Store Heddinge.

På samlingen vil du lære andre dygtige svømmere og trænere rigtig godt at kende, og der vil være masser af hygge, sjov og selvfølgelig også en lille smule træning.

Kvalifikation

For at kvalificere sig til Regionssamlingen 2016 skal følgende gøre sig gældende:

- Du skal være pige årgang 2003-2004 eller dreng årgang 2002-2003.
- Du skal blive blandt de fem bedste i din årgangsgruppe i Medley Allround-konkurrencen ved Regionsmesterskaberne i din region, som finder sted den 5.-6. november. For at deltage i Medley Allround-konkurrencen skal du deltage i 100 fly, 100 ryg, 100 bryst og 100 crawl. Vinderen er den svømmer der opnår flest point sammenlagt for de 4 løb ud fra [SVØM's udviklingspoint](#).

Du kvalificerer dig altså til Regionssamlingen 2016 ved at opnå nedenstående ved Regionsmesterskaberne Årgang i din region:

GRUPPE	PIGER	KVALIFIKATION
Årgang – 3. år	2003	Top 5 placering i Medley Allround
Årgang – 2. år	2004	Top 5 placering i Medley Allround

GRUPPE	DRENCE	KVALIFIKATION
Årgang – 3. år	2002	Top 5 placering i Medley Allround
Årgang – 2. år	2003	Top 5 placering i Medley Allround

Foreløbigt program for Regionssamling 2016

Nedenstående program for weekenden er med forbehold for ændringer.

LØRDAG DEN 10/12		SØNDAG DEN 11/12	
TIDSPUNKT	AKTIVITET	TIDSPUNKT	AKTIVITET
9.00	Velkomst	8.00-9.00	Morgenmad
9.00-12.00	Team building	9.30-10.30	Dryland
12.00-13.00	Frokost	11.00-13.00	Svømmetræning
13.00-15.00	Surprise ☺		Oplæg for forældre v/ Kim Dietrichsen
16.00-18.00	Svømmetræning	13.00-14.00	Tak for denne gang (sandwich to-go)
18.30-19.30	Aftensmad		
19.30-22.00	Socialt hygge		

Pris for deltagelse

Region Sjælland i Dansk Svømmeunion giver heldigvis et stort tilskud til Regionssamlingen 2016. Derfor koster det **kun 500 kr.** for dig at deltage i denne weekend. Ud over overnatning og forplejning vil du også få en fin T-shirt, som er særligt produceret til de kvalificerede svømmere. Derudover inviteres din træner til at deltage gratis på hele samlingen (dog max 1 træner per klub!), ligesom at dine forældre inviteres til et spændende oplæg om søndagen.

Tilmelding

Selv om du kvalificerer dig til Regionssamlingen 2016, så har vi brug for at vide om du ønsker at deltage. Derfor er det nødvendigt at du tilmelder dig senest **fredag den 25. november** til samlingsansvarlig Stine Lyngby: stinelyngby@yahoo.dk. Oplys venligst ved tilmelding, hvilken størrelse T-shirt du ønsker, henholdsvis: 7-8 år (128 cm), 9-11 år (140 cm), 12-13 år (152 cm), S (164 cm) eller M (174 cm).

Yderligere information

Mere info om Regionssamlingen 2016 følger efter tilmelding.

Spørgsmål

Skulle du have spørgsmål til Regionssamlingen 2016, er du velkommen til at kontakte samlingsansvarlige Stine Lyngby: stinelyngby@yahoo.dk