Svømmeklubben Triton

DANSK SVØMMEUNION

Østdanske Langbane Mesterskaber 16–18/3 2018 - Praktiske oplysninger

Arrangører

Dansk Svømmeunion og Svømmeklubben Triton, Ballerup Idrætsby 28A, 2750 Ballerup, tlf. under stævnet: 2616 3907 (stævneleder) eller 5190 8770 (sekretær).

Tider

	Fredag	Lørdag		Søndag	
Adgang til omklædning og svømmehal	15.00	7.00	-	7.00	-
Holdledermøde	15.00	-	15.00		-
Indsvømning	15.00	7.30	15.00	7.30	15.00
Sidste frist for afmelding - individuelle løb	15.00	7.30	-	7.30	-
Sidste frist for afmelding – holdkap løb	15.00	-	15.00	-	15.00
Sidste frist for holdkapkort	15.00	-	15.00	-	15.00
Officialmøde	15.30	8.00	15.30	8.00	15.30
Stævnestart	16.30	9.00	16.30	9.00	16.30
Afsluttende officialmøde	*)	-	*)	-	*)

*) efter sidste løb/præmieoverrækkelse - holdes i svømmehallens startende ved bane 2.

Leder- og officialmøde

Holdledermøde og officialmøde holdes i mødelokalerne ved TopDanmark hallen – følg skiltene. Se tidspunkterne ovenfor.

Sekretariat

Sekretariatet – der findes i svømmehallens start ende ved bane 1 - åbner ca. 2 timer før start af alle stævneafsnit.

Afmeldinger og holdkap

Afmeldinger og holdkapkort skal afleveres efter reglerne i Mesterskabsfolderen 2017-18 version 27.01.2018 (se side 7) – se også tabellen under "tider". *Bemærk at afmeldingsfristen for **400m IM**, **800m fri** og **1500m fri** er inden stævneafslutning dagen før løbet. Dette gælder også for deltagere i "bedste" heat som svømmes om aftenen.* Afmeldinger til holdkap lørdag og søndag aften skal afleveres senest kl. 15.00.

Skabe

De høje/store opbevaringsskabe i omklædningsrummene kan låses vha. en 20 kr. mønt. Svømmerne skal være to om hvert skab.

Hygiejne

- Alle svømmer skal følge opsatte anvisninger vedrørende hygiejne, inden adgang til hallen – dette gælder både før hvert afsnit og efter toilet besøg.
- Der må kun benyttes indendørs sko i hallen.

Følges dette ikke kan man blive nægtet adgang til svømmehallen eller bortvist fra stævneafsnittet.

Opvarmning

Der er fri opvarmning på banerne, dog er bane 1 og 8 forbeholdt sprint fra 40 minutter før stævnestart. Ligeledes er bane 7 forbeholdt ryg starter fra 40 minutter før stævnestart. Opvarmningen i bassinet slutter 10 minutter før stævnestart.

Løbsprogram

Endeligt program for stævneafsnittet hænges op i hallens start ende, når afmeldinger er indarbejdet – og efter kopiering lægges de i klubbernes kasser. Ekstra programmer kan købes for 10 kroner, så længe lager haves.

Finaler

Ved finalerne har vi "last call room" bag ved afskærmningen ved bane 5-6 i startområdet – bemærk at fremmøde 15 min før start er obligatorisk. Der er finale indmarch til alle individuelle finaler startende fra "last call room".

Medalje-overrækkelse

Sker ved varmtvandsbassinet bag startområdet – der er ikke indmarch. Vejledende tidspunkter fremgår af tidsplan for stævnet, der ligger i klubkasserne ved stævnestart.

Afsvømning

Efter dagens sidste afsnit er der mulighed for at svømmerne kan få ½ times afsvømning – såfremt at de er under opsyn af uddannet livredder/Træner. Under afsvømningen spules fliserne omkring bassinet, så tasker og lignende, skal flyttes op på stolene - anvisninger fra personale skal følges.

Klubkasser

Klubbernes kasser er placeret i gangen mellem billetkontor og svømmehal.

Bespisning

Klubber, der har tilmeldt sig, får udleveret spisebilletter ved ledermødet eller ved henvendelse i sekretariatet. Bespisning sker i Tritons klubhus i den hvide bygning med indgang fra den store parkeringsplads mod svømmehallen - følg skiltene.

Træner kaffe

Der er kaffe til trænere og holdledere ved babyvasken bag ved startområdet. Der er høflig selvbetjening – så start en ny brygning når du tager det sidste kaffe på kanden.

Hvilerum

Der er kun begrænset mulighed for hvilerum.

Resultater

Resultatlister opslås i forhallen og i hallens start ende. Resultatliste og stævnefiler kan hentes dagen efter på www.svoem.dk. Se også "Filarkiv" på http://www.livetiming.dk