

Dansk Svømmeunion inviterer til
ØST MASTERS MESTERSKAB 2010
den 16. januar 2010

Dato 16. januar 2010

Svømmehal Frihedens Idrætscenter, Hvidovrevej, 446, 2650 Hvidovre
25 m opmålt bassin – 8 baner- El-tid

Indsvømning 14.00

Stævnestart 15.00

Deltagelse Gruppe

A-	20-24 år	E	45-49 år	J	70-74 år
A	25-29 år	F	50-54 år	K	75-79 år
B	30-34 år	G	55-59 år	L	80-84 år
C	35-39 år	H	60-64 år	M	85-89 år
D	40-44 år	I	65-69 år	N	90-94 år

Præmasters (= gruppe A-) kan udelukkende deltage i Præmastersløb og Præmastersholdkapper. En Præmastersholdkap defineres som en holdkap hvor deltagerne alle er præmasters – altså alle er fyldt mindst 20 år og fylder højst 24 år i 2010. Mastersvømmere kan derfor ikke deltage i Præmastersholdkapper og omvendt.

Aldersgrupperne i holdkap er som følger:

A-	80 - 96 år	C	160 - 199 år	F	280 - 320 år
A	100 - 119 år	D	200 - 239 år	G	320 -
B	120 - 159 år	E	240 - 279 år		

Mesterskaberne er åbent for alle danske og udenlandske mastersvømmere, som er/fylder 20 år i 2010. FINA's regler, inklusive Masterreglerne, er gældende ved Mesterskabernes afvikling.

Familiemix består af 4 familiemedlemmer fra mindst 3 generationer.

Tilmelding Anmeldelserne skal fremsendes på e-mail vedhæftet fil til indlæsning i WinGrodan eller på Dansk Svømmeunions Mastersudvalgs tilmeldingslister. Tilmeldingsfrist **SENEST** 7. januar 2010 til:

Peter Holmsteen, Valnøddebakken 7, 2800 Lyngby
Telefon 45 87 65 14 - E-mail: masterstilmeld@gmail.com

Husk! At påføre anmeldelsestid, gruppe og fødselsår (årgang) samt navn og mailadresse på klubansvarlig

Anm.gebyr: Kr. 45,00 pr. individuel start
Kr. 100,00 for holdkapstart.
Startpenge for danske klubber opkræves af Dansk Svømmeunion.
Betaling fra udenlandske klubber ved ankomst til svømmehallen.

Afmelding: Snarest efter ankomsten, dog senest 1 1/2 time før stævnestart dvs. 13.30.
Det samme gælder for holdkapkort.

Præmier: Præmie til nr. 1 i individuelle løb og holdkapper

Officials: Ved danske mastersmesterskaber stilles følgende krav til danske klubber.
Under 10 starter: 1 tidtager i mindst ét stævneafsnit
10-19 starter: 1 tidtager i alle stævneafsnit
20-49 starter: 1 dommeruddannet officials i alle stævneafsnit
50 og derover: 1 dommeruddannet officials + 1 tidtager i alle stævneafsnit
Navne på officials fremsendes sammen med stævnetilmeldingen.
Klubber, der ikke kan honorere ovenstående, udelukkes fra stævnet.

Bespisning og hygge En lækker anretning samt kaffe til kr. **125,00** serveres efter stævnet ved præmieoverrækkelse.
Tilmelding til spisning sammen med stævneanmeldelse
Betaling til Hvidovre Svømmeklub ved indgangen til Teatersalen.

Sportskiosk: I forhallen sælges badetøj og andre sportsartikler.

Startliste Offentliggøres på www.svoem.dk og www.mastersnews.dk

Efteranmeldelse: Det er muligt at efteranmelde indtil 48 timer før stævnestart efter gældende regler

LØB
NR

PROGRAM i 2009

- | | |
|---|-------------------|
| 1 | 800 fri DAMER |
| 2 | 800 fri HERRER |
| 3 | 100 IM PRE-DAMER |
| 4 | 100 IM PRE-HERRER |

1. afsnit

5 100 IM DAMER
6 100 IM HERRER
7 100 fly PRE-DAMER
8 100 fly PRE-HERRER
9 100 fly DAMER
10 100 fly HERRER
11 50 ryg PRE-DAMER
12 50 ryg PRE-HERRER
13 50 ryg DAMER
14 50 ryg HERRER
15 100 bryst PRE-DAMER
16 100 bryst PRE-HERRER
17 100 bryst DAMER
18 100 bryst HERRER
19 50 fri PRE-DAMER
20 50 fri PRE-HERRER
21 50 fri DAMER
22 50 fri HERRER
Pause
23 4 x 50 HM DAMER
24 4 x 50 HM HERRER
25 4 x 50 fri PRE-MIX
Pause
26 4 x 50 fri MIX
27 4 x 25 m familiemix
PAUSE
28 400 IM DAMER
29 400 IM HERRER
30 50 m bryst PRE-DAMER
31 50 m bryst PRE-HERRER
32 50 m bryst DAMER
33 50 m bryst HERRER
34 100 m ryg PRE-DAMER
35 100 m ryg PRE-HERRER
36 100 m ryg t DAMER
37 100 m ryg HERRER
38 50 m fly PRE-DAMER
39 50 m fly PRE-HERRER
40 50 m fly DAMER
41 50 m fly HERRER
42 100 m fri PRE-DAMER
43 100 m fri PRE-HERRER
44 100 m fri DAMER
45 100 m fri HERRER
46 200 m bryst DAMER
47 200 m bryst HERRER
Pause
48 4 x 100 fri DAMER

2. afsnit

49	4 x 100 fri HERRER
50	4 x 100 HM PRE-MIX Pause
51	4 x 100 HM MIX

Klubben stiller med følgende officials (efter gældende mastersregler):

Navn på klubbens officialsansvarlig : _____

Mailadresse på officialsansvarlig: _____

Tilmelding af officials.

Navn	Dag	Tid	Uddannelse (modul)
	Lørdag	1. afsnit	
	Lørdag	2. afsnit	
Navn (official nr. 2)			
	Lørdag	1. afsnit	
	Lørdag	2. afsnit	

Frihedens Idrætscenter i Hvidovre

