



## Invitation til Danish Open Masters i Ishøj 17.05 2009

Ishøj Svømme Klub og Dansk Svømmeunion inviterer til Danish Open Masters på langbane i Ishøj Svømmehal søndag den 17. maj 2009.

Adresse: Ishøj Svømmehal, Ishøj Bycenter, Ishøj Store Torv 14, 2635 Ishøj.  
Bassin 50 meter med 6 baner og el-tid  
Indsvømning: Fra kl. 9.00 Adgang til omklædning fra kl. 8.40.  
Holdledermøde kl. 09.00  
Officialmøde kl. 09.15

### PROGRAM:

#### 1. Afsnit: Søndag den 17. maj, stævnestart klokken 10.00

Løb	1	50 m brystsvømning	premasters damer
	2	50 m brystsvømning	premasters herrer
	3	50 m brystsvømning	damer
	4	50 m brystsvømning	herrer
	5	50 m butterfly	premasters damer
	6	50 m butterfly	premasters herrer
	7	50 m butterfly	damer
	8	50 m butterfly	herrer
	9	400 m fri	damer
	10	400 m fri	herrer
	11	200 m ind. Medley	premasters damer
	12	200 m indiv. Medley	premasters herrer
	13	200 m ind. Medley	damer
	14	200 m indiv. Medley	herrer
	15	100 m rygsvømning	premasters damer
	16	100 m rygsvømning	premasters herrer
	17	100 m rygsvømning	damer
	18	100 m rygsvømning	herrer
	19	200 m brystsvømning	damer
	20	200 m brystsvømning	herrer
		10 minutters pause	
	21	4 x 50 m fri	damer
	22	4 x 50 m fri	herrer
		10 minutters pause	
	23	4 x 50 m fri	MIX

Herefter ½ times pause

I pausen vil der være mulighed for at købe sandwich, frugt og vand i svømmehallen.  
Efter stævnet vil det ligeledes være muligt at købe sandwich og vand/øl mens præmieoverrækkelsen foretages.



## Invitation til Danish Open Masters i Ishøj 17.05 2009

### 2. Afsnit: Søndag den 17. maj, tidligst klokken 13.00

Løb	24	50 m fri	premasters damer
	25	50 m fri	premasters herrer
	26	50 m fri	damer
	27	50 m fri	herrer
	28	50 m rygsvømning	premasters damer
	29	50 m rygsvømning	premasters herrer
	30	50 m rygsvømning	damer
	31	50 m rygsvømning	herrer
	32	100 m butterfly	premasters damer
	33	100 m butterfly	premasters herrer
	34	100 m butterfly	damer
	35	100 m butterfly	herrer
	36	100 m brystsvømning	premasters damer
	37	100 m brystsvømning	premasters herrer
	38	100 m brystsvømning	damer
	39	100 m brystsvømning	herrer
	40	200 m rygsvømning	damer
	41	200 m rygsvømning	herrer
	42	100 m fri	premasters damer
	43	100 m fri	premasters herrer
	44	100 m fri	damer
	45	100 m fri	herrer
		pause 10 minutter	
	46	4 x 50 m holdmedley	damer
	47	4 x 50 m holdmedley	herrer
		pause 10 minutter	
	48	4 x 50 m holdmedley	MIX

### **DELTAGELSE:**

Gruppe	P	20-24 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.
	E	45-49 år	J	70-74 år	O	95-99 år

Holdkap er sammensat af den totale alder af deltagerne på holdet. **Bemærk venligst**, at man ikke kan stille op på flere hold i samme løb.

Aldersgrupperne i holdkap er som følger:

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



## Invitation til Danish Open Masters i Ishøj 17.05 2009

DOM-K 2009 er åbent for alle danske og udenlandske masterssvømmere, som er/fylder 20 år i 2009. FINA's regler, inklusive Mastersreglerne, er gældende ved mesterskabernes afvikling.

### ANMELDESESGEBYR:

Individuelle løb kr. 45,- pr. start og holdkap kr. 100,- pr. hold/start.

Anmeldelsesgebyret vil blive opkrævet klubberne fra unionens kontor. Udenlandske klubber opkræves ved ankomst til stævnet.

### TILMELDING/ANMELDESESRIST:

Anmeldelser sendes til:

**Peter Holmsteen, Valnøddebakken 7, 2800 Lyngby**  
Telefon 45 87 65 14 - E-mail: [masterstilmeld@gmail.com](mailto:masterstilmeld@gmail.com)

Anmeldelsesfristen er **fredag den 17. april 2009**.

Anmeldelserne kan enten være på e-mail vedhæftet fil til indlæsning i Wingrodan eller på Dansk Svømmeunion Mastersudvalgs tilmeldingslister.

### Husk!

- at påføre anmeldelsestid, gruppe og fødselsår (årgang).
- navnet på den person som er klubbens ansvarlige og hvortil programmet sendes.

Hver deltager må deltage i 6 individuelle løb (maksimalt 3 pr. stævneafsnit) + holdkapper.

<b>Afmelding</b>	Afleveres i sekretariatet snarest efter ankomsten, dog senest 1½ time før pågældende stævneafsnit.
<b>Medaljer</b>	Der er guldmedaljer til alle 1. pladser.
<b>Officials</b>	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, <b>udelukkes fra stævnet</b> .
<b>Startliste</b>	Offentliggøres på <a href="http://www.svoem.dk">www.svoem.dk</a> og <a href="http://www.mastersnews.dk">www.mastersnews.dk</a>
<b>Efteranmeldelse</b>	Det er muligt at efteranmelde indtil 48 timer før stævnestart efter gældende regler



## Invitation til Danish Open Masters i Ishøj 17.05 2009

### **Klubben stiller med følgende officials (efter gældende mastersregler):**

Navn på klubbens officialsansvarlig : \_\_\_\_\_

Mailadresse på officialsansvarlig: \_\_\_\_\_

### **Tilmelding af officials**

<b>Navn</b>	<b>Dag</b>	<b>Tid</b>	<b>Uddannelse (modul)</b>
	Søndag	1. afsnit	
	Søndag	2. afsnit	
<b>Navn (officials nr.2)</b>	<b>Dag</b>	<b>Tid</b>	<b>Uddannelse (modul)</b>
	Søndag	1. afsnit	
	Søndag	2. afsnit	



## Invitation til Danish Open Masters i Ishøj 17.05 2009

### OVERNATNINGMULIGHEDER I ISHØJ

Der er mulighed for at bestille overnatning på Ishøj Vandrerhjem ved stranden (ca. 20 min gang til svømmehallen) eller på Hotel i Ishøj Bycenter lige ved siden af svømmehallen. I bedes selv booke overnatning.



DANHOSTEL, Ishøj Strand er 5-stjernet kursuscenter, 5-stjernet vandrerhjem og flot 3-stjernet campingplads.

DANHOSTEL Ishøj Strand  
Kursuscenter-Vandrerhjem – Camping  
Ishøj Strandvej 13  
2635 Ishøj  
Tlf.: 4353 5015  
Fax: 4353 5045  
[www.ishojhostel.dk](http://www.ishojhostel.dk)

Zleep Ishøj Hotel  
Ishøj Bycenter, etage 6  
2635 Ishøj  
Tlf.: 4354 1233  
Fax: 4354 0243  
E-mail: [ishoj@zleep.dk](mailto:ishoj@zleep.dk)

Book dit ophold på [www.zleep.dk](http://www.zleep.dk)

På følgende link kan man endvidere finde adresser på private familier i Ishøj som tilbyder ”Bed & Breakfast”  
<http://www.ishoj.dk/Default.aspx?ID=4030>

### LOKAL KONTAKTPERSON:

Hanne Seierø  
Ishøj Svømme Klub  
Email: [hanne\\_seiero@ishoejby.dk](mailto:hanne_seiero@ishoejby.dk)



## Invitation til Danish Open Masters i Ishøj 17.05 2009

### Sådan finder du Ishøj Svømmehal

Ishøj ligger 20 minutters kørsel i bil fra Kastrup Lufthavn og 20 minutter med tog fra Københavns hovedbanegård.

