



# MIDT-VEST CUP i **Vinderup Svømmehal** D.9. januar 2021

**Invitation, praktiske og COVID\_19 informationer**

Holstebro Svømmeclub & Dansk Svømmeunion – Region Midtjylland

## Praktiske informationer – MIDT-VEST CUP III 2021

Kære klubber,

I denne skrivelse finder i praktiske informationer vedrørende MIDT-VEST CUP III 2021 i Vinderup svømmehal. MIDT-VEST CUP III kommer på mange måder til at være anderledes end normalen på grund af COVID\_19. Holstebro Svømmeclub og regionsudvalget har sammensat et program, hvor vi kan gennemføre stævnet og på samme tid overholde gældende coronaretningslinjer for idrætsaktiviteter i svømmehaller. Det har på mange måder været en udfordring, men vi mener at vi har fundet frem til den bedste løsning under de givne forudsætninger.

Stævnet vil bestå af flere afsnit delt op i aldersgruppe samt i drenge og piger. Når alle tilmeldinger er kommet ind i svømmetider deler vi stævnet ind i de nødvendige afsnit for at overholde forsamlingsforbuddet. Umiddelbart er det vores bud at stævnet deles op i 5-8 afsnit alt efter deltagerantallet delt op i årgange og delt op i drenge og piger, så vi kan overholde gældende forsamlingsforbud med mere. Så det betyder at der vil blive afviklet cirka 5-8 afsnit af cirka 60-90 minutters varighed. Da der er en del planlægning vil der være deadline for tilmelding Hvis der skal afvikles flere afsnit indenfor et køn og en aldersgruppe samkøres og uploades resultatlisterne på [www.svoemmetider.dk](http://www.svoemmetider.dk)

Som udgangspunkt kan alle svømmere stille til start i 3 løb, men med et stort deltagerantal kan det komme på tale at man kun kan stille til start i 2 løb i de afsnit der er flest deltagere i. Skulle dette være tilfældet vil man i dagene efter sidste tilmelding blive bedt om at fjerne ét løb, så svømmerne går fra 3 til 2 løb.

Officials skal være gennemgående i alle afsnit. Dog vil der ved op til 6 afsnit muligvis ske et skift midt på dagen efter de første 3 afsnit. Af hensyn til tidsplanen vil der muligvis være begrænset eller slet ingen indsvømning under stævnet. Man skal selvfølgelig være velkommen til at svømme indsvømning i egen svømmehal inden man kører til Vinderup.

Når vi har alle tilmeldinger i hus opdateres dette dokument og lægges på [svoemmetider.dk](http://svoemmetider.dk).

**Hvis I har svømmere der føler sig syge eller sløje skal de blive hjemme og hvis I har svømmere der dør med skader vil vi ligeledes anbefale at de ikke kommer til start. Eventuelle afbud skal ske hurtigst muligt til Eli Christensen på [eli.christensen@hkscan.com](mailto:eli.christensen@hkscan.com) .**

Det er vigtigt at denne informationskrivelse læses igennem af alle trænere og ledere inden ankomsten til svømmehallen i Vinderup. Alle trænere – officials og holdledere bør ligeledes have gennemlæst Dansk Svømmeunions coronavejledning for stævner, der kan findes på linket [her](#) inden ankomst til stævnet

Da vi har et forsamlingsforbud på 50 personer i svømmehallen er der kun adgang for trænere, svømmere og officials i svømmehallen hele dagen.

## Kontaktpersoner –

Stævneleder	Troels Iversen	Mobil - 29663102
Stævnekontor	Eli Christensen	Mobil – 26184220
Udviklingskonsulent	Lars Bo Larsen, region Nordjylland	Mobil – 2916 0901

## Program – (Forventet program – der kan komme ændringer)

## Lørdag den 9. januar

Kl.08.00-09.15 Piger årg. 2009 og yngre afsnit I (4)

Kl.09.15-10.30 Drengene årg. 2008 og yngre afsnit I (4)

Kl.10.30-11.45 Piger årg. 2009 og yngre afsnit II (4)

Kl.11.45-13.00 Drengene årg. 2008 og yngre afsnit II (4)

Kl.13.00-14.15 Piger årg. 2007-2008 (3)

Kl.14.15-15.30 Drengene årg. 2006-2007 (3)

Kl.15.30-17.00 Piger årg. 2006 og ældre samt drenge årg. 2005 og ældre (4)

Tallet i ( ) angiver antallet af baner der benyttes i det enkelte afsnit.

## Løbsprogram

Piger årgang 2009 og yngre (ulige løb) samt drenge årg. 2008 og yngre (lige løb)

Løb	Distance
1-2	100 m fri
3-4	50 m brystsvømning
5-6	100 m rygcrawl
7-8	50 m butterfly
9-10	100 m individuel medley
11-12	50 m fri
13-14	100 m brystsvømning
15-16	50 m rygcrawl
17-18	100 m butterfly
19-20	200 m individuel medley

## Piger årgang 2008 (lige løb) og drenge årgang 2007 (ulige løb)

Løb	Distance
Løb 101-102	100 m fri
Løb 103-104	50 m brystsvømning
Løb 105-106	100 m rygcrawl
Løb 107-108	50 m butterfly
Løb 109-110	100 m individuel medley
Løb 111-112	200 m fri
Løb 113-114	100 m brystsvømning
Løb 115-116	50 m rygcrawl
Løb 117-118	100 m butterfly
Løb 119-120	200 m individuel medley

## Piger årgang 2007 (lige løb) og drenge årgang 2006 (ulige løb)

Løb	Distance
Løb 201-202	100 m fri
Løb 203-204	50 m brystsvømning
Løb 205-206	100 m rygcrawl
Løb 207-208	50 m butterfly
Løb 209-210	100 m individuel medley
Løb 211-212	200 m fri
Løb 213-214	100 m brystsvømning
Løb 215-216	50 m rygcrawl
Løb 217-218	100 m butterfly
Løb 219-220	200 m individuel medley

## Piger årgang 2006 og ældre (lige løb) og drenge årgang 2005 og ældre (ulige løb)

Løb	Distance
Løb 301-302	100 m fri
Løb 303-304	50 m brystsvømning
Løb 305-306	100 m rygcrawl
Løb 307-308	50 m butterfly
Løb 309-310	100 m individuel medley
Løb 311-312	200 m fri
Løb 313-314	100 m brystsvømning
Løb 315-316	50 m rygcrawl
Løb 317-318	100 m butterfly
Løb 319-320	200 m individuel medley

Tilmelding via svømmetider senest den 22. december. Hver svømmer må tilmeldes i tre løb. Dette kan dog justeres til to løb, såfremt der er for mange starter til stævnet.

## Deltageroversigt

Specifik deltageroversigt for svømmere, trænere og officials uploades i dette dokument senest den 4. januar.

## Afvikling og tidtagning

Stævnet afvikles som udgangspunkt på 3-4 baner og med manuel tidtagning. Der svømmes på bane 2-3-4 og 5. Hvis det er muligt i forhold til deltagerantallet afvikles alle afsnit på 4 baner.

## Trænere

Alle klubber må stille med 1 træner / afsnit. I enkelte tilfælde, hvor det er muligt er de/de klubber med flest deltagere tildelt en ekstra træner. Dette vil fremgå af den specifikke deltageroversigt der uploades den 4. januar på svømmetider.

## Holdledere

Det opfordres til at alle klubber stiller med én ”holdleder” ved ankomst til svømmehallen med svømmerne. Holdlederen må ikke gå med ind, men må meget gerne være behjælpelig med at svømmerne kommer i den rigtige retning i forhold til adgang til omklædning. Der vil være et kort trænermøde kl.07.45 inde i svømmehallen.

## Officials

Officialslister vil blive offentliggjort på [www.svoemmetider.dk](http://www.svoemmetider.dk).

Der vil være forplejning i form af vand, kaffe og sandwich til alle officials.

Officials skal møde til officialsmøde i svømmehallen kl.07.30 og hvis der er mange afsnit vil der blive afholdt et nyt kort officialsmøde midt på dagen

## Hygiejne

Alle skal bruge de af Vinderup Svømmehal og Holstebro Svømmeclub opstillede spritdispensere og der skal foretages afvaskning under bruseren med sæbe inden adgang til svømmehallen for alle svømmere.

## Klubplacering og logistik i svømmehallen

Hver klub vil få tildelt et område i svømmehallen, som svømmere og træner skal opholde sig i under afsnittet. Man skal så vidt muligt ikke forlade dette afsnit medmindre man skal svømme et løb eller man skal på toilettet.

Proceduren for afvikling af et løb vil blive gennemgået inden stævnestart.

Man skal overholde gældende afstandskrav på 1 m ved al færden i svømmehal, omklædning og andre relevante områder. Man skal overholde afstandskravet om minimum 2 meter afstand ved opvarmning. Der vil være "ensrettet" trafik i svømmehallen.

Når man går til ventezonen og start skal man kun have badetøj, svømmebriller og evt. badehætte på. T-shirts og andet skal man tage af i klubzonen.

## Udstyr og bagage

Alt udstyr og bagage tages med ind i svømmehallen og placeres indenfor det område man som klub er blevet tildelt.

## Indsvømning, opvarmning og udsvømning

Der er ingen eller begrænset mulighed for indsvømning. Landopvarmning skal foregå indenfor det område man som klub er blevet tildelt. Det er ikke tilladt at forlade svømmehallen for at varme op. Udsvømning er ikke en mulighed

## Forældre og tilskuere

Der er ikke adgang for andre i svømmehallen end de svømmere, trænere og officials, der er tilknyttet de respektive afsnit.

Forældre skal hente og aflevere på parkeringspladsen, hvorefter den enkelte klubs holdleder sørger for at svømmerne kommer til og fra svømmehallen.

## Medaljer og resultatlist

Der vil ikke blive overrakt medaljer under stævnet, men de tilgår klubben i løbet af de kommende uger efter stævnet. Der vil løbende blive uploadet resultatlist på svømmetider.dk. Der vil tilgå en liste fra Lars Bo i ugen efter stævnet med en medaljeoversigt.

Der uddeles medaljer i grupperne

Gruppe	Årgang piger	Årgang drenge
Gruppe I	Årg. 2009 og yngre	Årg. 2008 og yngre
Gruppe II	Årg. 2008	Årg. 2007
Gruppe III	Årg. 2007	Årg. 2006
Gruppe IV	Årg. 2006 og ældre	Årg. 2005 og ældre

## Hepning

Generelt anbefales det, at der ikke heppes, synges og råbes under stævnet. Hvis der skal heppes, råbes eller synges, skal det foregå med minimum 2 m afstand mellem de involverede personer og i stor afstand til deltagere fra andre klubber.

## Afmeldinger

Skal ske hurtigst muligt og senest kl.19.00 fredag d.7. januar. Det er meget vigtigt at I melder afbud hurtigst muligt, specielt i forhold til de afsnit, hvor der mange deltagere tilmeldt i forhold til forsamlingsforbuddet.

## Yderligere informationer

Følg med på [www.svømmetider.dk](http://www.svømmetider.dk) for yderligere informationer i løbet af ugen.