

Reglerne for årets Sponsorsvøm er som følger:

Et skud lyder: Start - Alle skal i vandet hurtigst muligt.

Rød lampe tændes: 30 minutter før slut

Grøn lampe tændes: 15 minutter før slut

Blå lampe tændes: 10 minutter før slut

Gul lampe tændes: 5 minutter før slut

Gentagne skud affyres:

Slut - Fortsæt stille din svømning fremad til du kommer til kanten. Stop så helt og afvent at banetælleren på din bane har noteret dig.