



Klubmesterskaberne 2019

Holbæk Svømme Klub

Afvikling: Tirsdag d. 3. September og Torsdag d. 5. september kl. 17:00-19:00
Opvarmning 16:00-17:00

Vi følger svømmeunionens gruppeopdelinger.

Indhold: Ligesom sidste år, vil en klubmester kunne optjene point i 4 alternative discipliner samt 4 traditionelle discipliner.

3. september 2019:

25 m. flyben med start fra skammel
25 m. crawlben med plade
25 m. baglæns svømning
Startspring med "glid så langt som muligt".

Der gives point efter placering i hver gruppe.

Efter klubmesterskabet i de 4 alternative løb d. 24. april er der mulighed for at svømme kravtider i udvalgte løb.

5. september 2019:

50 fly
100 ryg
50 bryst
100 crawl
Pause
100 fly
50 ryg
100 bryst
50 crawl

Man vælger 2 x 50 og 2 x 100 (Hajerne vælger 2 x 50 m.)

Der gives point i hver gruppe efter placering.

Klubmesteren i hver gruppe er den med flest point tilsammen for de i alt 8 løb. (4 alternative løb + de 4 "normale" løb).

Grupperne er:

Junior/senior: Piger årgang 2004 og ældre, drenge årgang 2003 og ældre

Gruppe 1: Piger årgang 2005-2006, drenge årgang 2004-2005

Gruppe 2: Piger årgang 2007-2008, drenge årgang 2006-2007

Gruppe 3: Piger årgang 2009 og yngre, drenge årgang 2008 og yngre

Vi glæder os til et sjovt og anderledes klubmesterskab

- Trænerne i konkurrenceafdelingen