



MK31 klubmesterskab 2024 24-25. Maj i Sundby Bad

Aldersgrupper for klubmesterskaberne:

| | Piger | Drenge |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| Senior | 2005 og ældre | 2005 og ældre |
| Junior | 2006 - 2008 | 2006 - 2008 |
| Årgang 1 | 2009 - 2010 | 2009 - 2010 |
| Årgang 2 | 2011 - 2012 | 2011 - 2012 |
| Årgang 3 | 2013 – 2014 | 2013 – 2014 |
| Aspirant | KUN ASPIRANT HOLD | KUN ASPIRANT HOLD |

I aldersgrupperne: Senior, Junior, Årgang 1+2+3 vil der blive kåret en samlet 1., 2. og 3. plads i hver aldersgruppe. Aspirant får medaljer til nr. 1, 2 og 3 for drenge og piger i hver disciplin.

En samlet klubmester i hver aldersgruppe vil blive fundet ud fra antal sammenregnede Fina point for de 8 (6 for yngste årgangsgruppe) bedst svømmede løb. På den måde minimerer vi at en DQ får betydning for det samlede resultat.

I hver aldersgruppe vil man få point ud fra de antal løb, som er markeret ud for grupperne – alle løb vil blive udbudt.

| | 50m løb (fire mulige) | 100m løb (fem mulige) | 200m løb (fem mulige) |
|-----------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| Senior | 4 | 3 | 2 |
| Junior | 4 | 3 | 2 |
| Årgang 1 | 4 | 3 | 2 |
| Årgang 2 | 4 | 3 | 2 |
| Årgang 3 | 4 | 2 | 1 |

Alle i aldersgrupperne Senior, Junior, Årgang 1+2+3 **skal** deltage i de 4 løb som ligger om lørdagen for at kunne blive samlet klubmester, derudover vil der være frit valg af løb.
Dvs. alle skal være tilmeldt: 200 fri, 100 IM, 5

OBS! I år svømmes der 50 bryst Challenge finale. Konceptet er det samme som de forrige år i forhold til afvikling. Man kvalificerer sig via 50 fly om fredagen til challenge finalen som afvikles som sidste løb om lørdagen. Challenge finalen er gruppeinddelt som resten af klubmesterskabet (OBS: Junior og senior piger og drenge er dog slået sammen til 1 gruppe i challenge)

Det foregår på følgende måde: Der svømmes i hver aldersgruppe 1 gang – den der slår sidst ind er ude til næste runde. Sådan fortsætter det indtil der står 1 tilbage som vinder.

Løbsrækkefølge

Fredag: Kun konkurrence hold

| | | |
|--------|-----------|--------|
| Løb 1 | 200 IM | Piger |
| Løb 2 | 200 IM | Drenge |
| Løb 3 | 100 Ryg | Piger |
| Løb 4 | 100 Ryg | Drenge |
| Løb 5 | 50 Bryst | Piger |
| Løb 6 | 50 Bryst | Drenge |
| Løb 7 | 200 Fly | Piger |
| Løb 8 | 200 Fly | Drenge |
| Løb 9 | 200 Bryst | Piger |
| Løb 10 | 200 Bryst | Drenge |
| Løb 11 | 100 Fly | Piger |
| Løb 12 | 100 Fly | Drenge |
| Løb 13 | 50 Fri | Piger |
| Løb 14 | 50 Fri | Drenge |
| Løb 15 | 100 Bryst | Piger |
| Løb 16 | 100 Bryst | Drenge |
| Løb 17 | 200 Ryg | Piger |
| Løb 18 | 200 Ryg | Drenge |
| Løb 19 | 100 Fri | Piger |
| Løb 20 | 100 Fri | Drenge |

Lørdag: Svømmeskole + konkurrence hold

Svømmeskole: Lille bassin

Vandtilvænning: 2 baner valgfri svømning/løb evt. med redskab

Begynder 1: 2 baner valgfri svømning evt. med redskab

Vandtilvænning: 2 baner frøhop/delfin的角度 evt. med redskab

Begynder 1: 2 baner delfin的角度/havfrue svømning med dyk under banetov på midten

Konkurrence + aspirant: 25 m bassin

| | | |
|---------|-----------------|--------|
| Løb 21 | 200 Fri | Piger |
| Løb 22 | 200 Fri | Drenge |
| Løb 101 | 50 Fri Aspirant | Piger |
| Løb 102 | 50 Fri Aspirant | Drenge |

Svømmeskole: 25 m bassin

Begynder 2: 25 m fri evt. med redskab

Begynder 3: 50 m fri

Let øvet: 50 m fri

Øvet og teenager: 50 m fri

Konkurrence + aspirant: 25 m bassin

| | | |
|---------|-----------------|--------|
| Løb 25 | 50 Ryg | Piger |
| Løb 26 | 50 Ryg | Drenge |
| Løb 103 | 50 Ryg Aspirant | Piger |
| Løb 104 | 50 Ryg Aspirant | Drenge |
| Løb 29 | 100 IM | Piger |
| Løb 30 | 100 IM | Drenge |

Svømmeskole: 25 m bassin

Begynder 2: 25 m ryg - evt. med redskab

Begynder 3: 50 m (25 crawl efterfulgt af 25 m ryg)

Let øvet: 50 m (25 flyben efterfulgt af 25 m ryg)

Øvet og teenager: 100 m medley

Konkurrence: 25 m bassin

| | | |
|--------|--------|--------|
| Løb 31 | 50 Fly | Piger |
| Løb 32 | 50 Fly | Drenge |

Lille 5-10 min. pause inden challenge

| | | |
|--------|--------------------|--------|
| Løb 33 | 50 Bryst Challenge | Piger |
| Løb 34 | 50 Bryst Challenge | Drenge |

Mødetider:

Fredag: Mødetid: 16.00. Indsvømning: 16.20-17.20. Stævnestart: 17.30. Senest slut: 21.00

Lørdag: Mødetid: 08.00. Indsvømning for konkurrence + aspirant: 08.15-09.00. Stævnestart 09.30 for svømmeskolen.