**Kære Svømmere og forældre.**

**Så er det blevet tid årets klubmesterskab. Stævnet bliver afholdt i Næstved Svømmehal fredag den 20. juni kl. 15.50 og lørdag den 21. juni kl. 16.00, stævnet afholde på langbane.**

 **Fredag** **Lørdag**

**Adgang til hallen** **15.30** **15.30**

**Indsvømning** **16.00-17.00** **16.00-17.00**

**Stævnestart** **17.00** **17.00**

**Forventet slut** **20.00** **20.00**

**Officalsmøde** **16.00** **16.00**

**Program:**

**Fredag:** **Årgangsgruppe**

1. **Fly**  **Årgang og J/S**
2. **Fly**  **Børn**
3. **Fly**  **Kidz**
4. **Ryg**  **Årgang og J/S**
5. **Ryg**  **Børn**
6. **Ryg**  **Kidz**
7. **Ryg Delfin**
8. **Flyben** **J/S, Børn og Årgang**
9. **Ben med plade** **Kidz og Delfin**

**Lørdag:** **Årgangsgruppe**

1. **IM**  **Årgang og J/S**
2. **IM**  **Børn**
3. **Bryst**  **Årgang og J/S**
4. **Bryst**  **Børn**
5. **Bryst**  **Kidz**
6. **Bryst Delfin**
7. **Fri**  **Årgang og J/S**
8. **Fri**  **Børn**
9. **Fri**  **Kidz**
10. **Fri Delfin**
11. **For sjov holdkap** **Alle**

**OBS inddelingen er efter årgange og ikke holdstruktur.**
**Se årgange længere nede.**

**Alle møder omklædt og klar til lodtrækning på bassinkant ved 15.50 fredag. Lodtrækning foregår inden indsvømning.**

**Længden på løbet vil blive afgjort ved lodtrækning på dagen, Børn, Kidz og årgangsholdet vælger inden stævnet en senior svømmer der skal stå for deres “lodtrækning" (foregår via online roulette).**

**Der vil være statutter til nr. 1, 2 og 3 i kategori J/S, Årgang, børn og Kidz, samt en vandrepokal til vinderen.**
**Alle på delfin, kidz og børneholdet får en medalje for deltagelse i klubmesterskab.**

**Klubmesteren bliver den svømmer, der opnår flest FINA point, sammenlagt på svømmerens 5 bedste. Det vil sige det svømmeren opnår færrest FINA point i, indgår ikke i sammentællingen. Alle 5 løb, behøver ikke indgå for at blive klubmester, f eks. Ved diskløb. Der skal findes en klubmester i følgende kategorier:**

**Der bliver kåret følgerne mestre:**

**Klubmesteren** **På tværs af køn og alder**

**Senior herrer** **Årgang**  **2006 og ældre**

**Senior damer** **Årgang**  **2006 og ældre**

**Junior drenge** **Årgang**  **2007 – 2009**

**Junior piger** **Årgang**  **2007 - 2009**

**Årgang drenge** **Årgang**  **2010 - 2011**

**Årgang piger** **Årgang**  **2010 - 2011**

**Børn drenge** **Årgang**  **2012-2013**

**Børn piger** **Årgang**  **2012 - 2013**

**Kids drenge** **Årgang**  **2014 og yngre**

**Kids piger** **Årgang**  **2014og yngre**

**Delfin gruppe kan trække følgende:**

**Ryg (50 og 100m)**

**Ben med plade 50m valgfrie ben med plade**

**Bryst (50m)**

**Fri (50 og 100m)**

**Kidz gruppe kan trække følgende:**

**Fly (50m)**

**Ryg (50 og 100m)**

**Ben med plade (50m valgfrie ben med plade)**

**Bryst (50 og 100m)**

**Fri (50, 100 og 200m)**

**Børne gruppe kan trække følgende:**

**Fly (50m)**

**Ryg (50, 100 og 200m)**

**Flyben (50m flyben)**

**IM (200m)**

**Bryst (50, 100 og 200m)**

**Fri (50, 100 og 200m)**

**Årgangs gruppe kan trække følgende:**

**Fly (50 og 100m)**

**Ryg (50, 100 og 200m)**

**Flyben (25 og 50m)**

**IM (200, 400m)**

**Bryst (50, 100 og 200m)**

**Fri (50, 100 og 200, 400, 800m)**

**J/S gruppe kan trække følgende:**

**Fly (50, 100 og 200m)**

**Ryg (50, 100 og 200m)**

**Flyben (50m)**

**IM (200 og 400m)**

**Bryst (50, 100 og 200m)**

**Fri (50, 100 og 200, 400, 800m)**

**Specielle regler**

**Træneren kan beslutte at svømmeren ikke er klar til at svømme stævnet med sin egen årgang, og lade svømmeren deltage udenfor konkurrence i en anden aldersgruppe.**

**50m ben med plade starter svømmerne i vandet med den ene arm på pladen og den anden på startbøjlen.**

**50m flyben starter fra skamlen. Svømningen må foregå på ryggen og maven og hele eller dele af et må foregå under vandet. Der er med andre ord ikke 15m reglen.**
**Streamlinen må ikke brydes under et, undtagen i indslaget hvor armene må spredes let til indslaget. Der må med andre ord ikke laves fremdrift med armene, ved at fører dem ned langs kroppen.**