

## ØST JUNIOR/SENIOR LANGBANE

DEN 3. MARTS – 5. MARTS 2023

EAST KILLBRIDE BADET

BALLERUP IDRÆTSBY 32, 2750 BALLERUP

Dette event afholdes iht. Eventbestemmelser for Svømning, der kan findes på [svoem.org](http://svoem.org).

### DELTAGELSE:

Senior mesterskaber: Deltagende damer skal være født i 2008 og ældre  
Deltagende herrer skal være født i 2007 og ældre  
Junior mesterskaber: Deltagende damer skal være født i 2008, 2007 eller 2006.  
Deltagende herrer skal være født i 2007, 2006 eller 2005.

Alle danske statsborgere, der er medlem af en klub under Dansk Svømmeunion kan deltage i samt erhverve medaljer i mesterskabet såfremt alderskrav er opfyldt. Udenlandske statsborgere, der er medlem af en klub under Dansk Svømmeunion, skal have gyldig starttilladelse for at stille op ved dette event. Se mere information om udenlandske statsborgeres deltagelse i Dansk Svømmeunions nationale events i Eventbestemmelserne.

Mesterskabet er åbent for klubber fra hele Danmark. Klubber hjemmehørende øst for Storebælt har dog fortrinsret.

### LØBSPROGRAM/KRAVTIDER:

Mesterskabet afvikles på langbane (50 m). De angivne kravtider er 50 m tider. Anmeldelse sker ved anvendelse af tider fra officielle stævner. Bedste tid inden for kvalifikationsperioden **SKAL** anvendes, uanset om den er opnået på kort- eller langbane. Der kan frit omregnes i henhold til gældende omregningstabel.

Såfremt indledende heats lørdag og søndag kan afvikles på mindre end 2½ time (fraset 800 fri og 1500 fri) afvikles et samlet indledende afsnit. I modsat fald afvikles indledende heats opdelt i to dele, A- og B flight. B-flights starter senest 30 minutter efter sidste heat i A-flight hvor de resterende indledende heats bliver svømmet. Beslutning om afvikling med A- og B flight, offentliggøres samtidig med offentliggørelsen af deltagerlisten. Startlister offentliggøres umiddelbart efter afmeldingsfristen på Svømmetider og Livetiming.

Svømmere med én kravtid kan ønske deltagelse i yderligere to individuelle ekstra løb og svømmere med to kravtider kan ønske deltagelse i yderligere et individuelt ekstra løb. Anmeldelse af de ønskede ekstra løb sker via Svømmetider, hvor ekstra løb kan tilmeldes, når svømmeren er tilmeldt i de ordinære løb. Svømmerens deltagelse i ekstraløb sker under hensyntagen til heatbegrænsning og anden ekstraordinær deltagerbegrænsning.

Hvis Svømmetider ikke anvendes, skal oplysninger om svømmerens licensnummer, navn, årgang, ønskede ekstra løb i prioriteret rækkefølge med angivelse af bedste opnåede tid(er) samt, om tid er opnået på kort- eller langbane inden for kravtidsperioden, oplyses i e-mail, som fremsendes

særskilt til stævnekoordinatoren. Der kan ønskes ekstra løb i samtlige løb, der er indeholdt i løbsprogrammet.

Holdkapper anmeldes med angivelse af navne på formodede deltagende svømmere og opnåede tider på disse. Kun tider registreret i Svømmetider som enten individuelle tider eller tider på holdkapture inden for kvalifikationsperioden er gyldige til anmeldelse af holdkapper. Navnene angivet i tilmelding af en holdkap erstatter ikke holdkapkort med navnene på de svømmere, der skal deltage i holdkapper. Holdkapkort skal således fortsat afleveres til selve arrangementet i henhold til gældende reglement

Parasvømmere kan efter godkendelse af Parasport Danmark deltage med dispensation for de gældende kravtider. Alle øvrige proportioner og regler i forbindelse med tilmelding og deltagelse er fortsat gældende. Listen over godkendte parasvømmere kan findes på Dansk Svømmeunions hjemmeside under "Parasvøm". Tilmelding skal ske via e-mail til stævnekoordinatoren. E-mail med tilmelding skal indeholde oplysninger om svømmerens navn, årgang, licensnummer, løbsnumre og discipliner med angivelse af bedste opnåede tid(er) inden for kravtidsperioden samt om tid er opnået på kort- eller langbane.

### **AFMELDING OG AFLEVERING AF HOLDKAPKORT:**

Afmeldinger til løb med direkte finale, skal være afleveret senest 1½ time før stævneafsnittets start. Afmeldinger til 400 m medley, 800 m fri og 1500 m fri skal dog afmeldes senest dagen før kl. 19.30. Afmeldinger til holdkapløb i afsnit 3 og 5, skal ske senest på dagen kl 8.00. Er der 4 heat eller færre i hvert holdkapløb (ingen reserver), udsættes afmeldingsfristen til kl. 15.00.

Afmeldinger til indledende løb fredag, skal være afleveret senest 1½ time før stævneafsnittets start.

Afmeldinger til indledende løb lørdag og søndag, skal være afleveret senest dagen før kl. 19.30.

Afmeldinger til finaler skal ske pr. mail eller skriftligt til stævnekoordinatoren senest 15 minutter efter resultatlisten for det sidste indledende løb i hvert stævneafsnit er offentliggjort.

Holdkapkort afleveres senest 1½ time før det stævneafsnit løbet svømmes i!

Ved dette event, anvendes programmet "WinGrodan Sync". "WinGrodan Sync" anvendes til afmeldinger og angivelse af deltagere i holdkapper. Tidsgrænsen på 1½ time er fortsat gældende. Det er dog p.t. ikke muligt for startfællesskaber at ændre på holdkapkort, hvorfor Holdkapkort for startfællesskaber enten kan sendes via E-mail til eventens stævnekoordinator indtil 48 timer før eventens første stævnestart eller afleveres i sekretariatet senest 1½ før stævneafsnittets start. Det tilmeldende startfællesskab er selv ansvarlig for, at kvittering for modtagelse af den afsendte e-mail er afsender i hænde senest 24 timer før eventens første stævnestart.

Manglende afmelding til såvel indledende løb og finaler, samt for sen aflevering af holdkapkort, medfører en bøde til klubben på 6 gange eventgebyret for individuelle løb og 4 gange eventgebyret for holdkapper.

**1. Afsnit: Fredag den 3. marts kl. 16.30. Opvarmning fra kl. 15.00.**

			1. års junior	2. års junior	3. års junior	Senior	
1	400 m fri svømning	Damer	5:01,89	4:55,61	4:50,68	4:46,18	
2	400 m fri svømning	Herrer	4:42,12	4:36,06	4:30,94	4:26,51	
3	50 m fri svømning	Damer	0:30,31	0:29,72	0:29,26	0:28,84	
4	50 m fri svømning	Herrer	0:27,77	0:27,21	0:26,74	0:26,34	
5	50 m brystsvømning	Damer	0:38,47	0:37,58	0:36,88	0:36,24	
6	50 m brystsvømning	Herrer	0:35,74	0:34,60	0:33,65	0:32,82	
	Medaljeoverrækkelse						
7	50 m rygsvømning	Damer	0:34,69	0:33,97	0:33,41	0:32,89	
8	50 m rygsvømning	Herrer	0:32,16	0:31,20	0:30,40	0:29,69	
9	50 m butterfly	Damer	0:32,45	0:31,70	0:31,11	0:30,58	
10	50 m butterfly	Herrer	0:30,05	0:29,17	0:28,43	0:27,78	
11	4 x 200 m fri svømning	Damer	Fri				
12	4 x 200 m fri svømning	Herrer	Fri				
	Medaljeoverrækkelse						

**2. Afsnit: Lørdag den 4. marts kl. 09.00. Opvarmning fra kl. 7.30.**

A-flight			1. års junior	2. års junior	3. års junior	Senior	Heat
13	400 m indiv. Medley	Damer	5:51,39	5:44,02	5:38,25	5:32,99	
14	400 m indiv. Medley	Herrer	5:22,14	5:12,64	5:04,60	4:57,65	
15	200 m fri svømning	Damer	2:23,16	2:19,83	2:17,22	2:14,84	4
16	200 m fri svømning	Herrer	2:12,56	2:09,45	2:06,81	2:04,53	4
17	100 m rygsvømning	Damer	1:14,27	1:12,73	1:11,51	1:10,41	4
18	100 m rygsvømning	Herrer	1:08,38	1:06,52	1:04,95	1:03,59	4
19	200 m butterfly	Damer	2:51,30	2:44,77	2:39,65	2:34,98	4
20	200 m butterfly	Herrer	2:37,80	2:32,95	2:28,85	2:25,30	4
21	100 m brystsvømning	Damer	1:23,98	1:22,26	1:20,91	1:19,67	4
22	100 m brystsvømning	Herrer	1:18,53	1:16,41	1:14,61	1:13,06	4

B-flight			1. års junior	2. års junior	3. års junior	Senior
15	200 m fri svømning	Damer	2:23,16	2:19,83	2:17,22	2:14,84
16	200 m fri svømning	Herrer	2:12,56	2:09,45	2:06,81	2:04,53
17	100 m rygsvømning	Damer	1:14,27	1:12,73	1:11,51	1:10,41
18	100 m rygsvømning	Herrer	1:08,38	1:06,52	1:04,95	1:03,59
19	200 m butterfly	Damer	2:51,30	2:44,77	2:39,65	2:34,98
20	200 m butterfly	Herrer	2:37,80	2:32,95	2:28,85	2:25,30
21	100 m brystsvømning	Damer	1:23,98	1:22,26	1:20,91	1:19,67
22	100 m brystsvømning	Herrer	1:18,53	1:16,41	1:14,61	1:13,06
23	1500 m fri svømning	Damer	19:59,36	19:34,35	19:14,74	18:56,87
24	800 m fri svømning	Herrer	9:46,12	9:33,52	9:22,87	9:13,64

**3. Afsnit: Lørdag den 4. marts kl. 16.30. Opvarmning fra kl. 15.00.**

Start	Løb	Disciplin		
16:30	3	50 m fri svømning	Damer	B- og A Finale
16:34	4	50 m fri svømning	Herrer	B- og A Finale
16:39	9	50 m butterfly	Damer	B- og A Finale
16:44	10	50 m butterfly	Herrer	B- og A Finale
16:49		Medaljeoverrækkelse		
16:55	13	400 m indiv. Medley	Damer	Bedste heat
17:03	14	400 m indiv. Medley	Herrer	Bedste heat
17:10		Medaljeoverrækkelse		
17:16	15	200 m fri svømning	Damer	B- og A Finale
17:24	16	200 m fri svømning	Herrer	B- og A Finale
17:32		Medaljeoverrækkelse		
17:38	17	100 m rygsvømning	Damer	B- og A Finale
17:44	18	100 m rygsvømning	Herrer	B- og A Finale
17:51		Medaljeoverrækkelse		
17:57	19	200 m butterfly	Damer	B- og A Finale
18:06	20	200 m butterfly	Herrer	B- og A Finale
18:14		Medaljeoverrækkelse		
18:20	21	100 m brystsvømning	Damer	B- og A Finale
18:27	22	100 m brystsvømning	Herrer	B- og A Finale
18:33		Medaljeoverrækkelse		
18:39	23	1500 m fri svømning	Damer	Bedste heat
19:00	24	800 m fri svømning	Herrer	Bedste heat
19:12		Medaljeoverrækkelse		
19:18	25	4 x 100 m fri svømning	Damer	Direkte finale
19:42	26	4 x 100 m fri svømning	Herrer	Direkte finale
20:00		Medaljeoverrækkelse		
20:06		Stævneafsnit slut		

**4. Afsnit: Søndag den 5. marts kl. 9.00. Opvarmning fra kl. 7.30.**

A-flight			1. års junior	2. års junior	3. års junior	Senior	Heat
27	200 m indiv. Medley	Damer	2:42,48	2:39,62	2:37,38	2:35,34	4
28	200 m indiv. Medley	Herrer	2:29,97	2:26,97	2:24,43	2:22,24	4
29	100 m fri svømning	Damer	1:05,61	1:04,36	1:03,38	1:02,48	4
30	100 m fri svømning	Herrer	0:59,97	0:58,61	0:57,46	0:56,47	4
31	200 m rygsvømning	Damer	2:38,26	2:34,87	2:32,22	2:29,79	4
32	200 m rygsvømning	Herrer	2:28,81	2:25,26	2:22,26	2:19,66	4
33	100 m butterfly	Damer	1:15,09	1:13,05	1:11,45	1:10,00	4
34	100 m butterfly	Herrer	1:07,34	1:04,97	1:02,97	1:01,24	4
35	200 m brystsvømning	Damer	3:02,64	2:59,18	2:56,47	2:54,00	4
36	200 m brystsvømning	Herrer	2:48,54	2:44,28	2:40,68	2:37,56	4

B-flight			1. års junior	2. års junior	3. års junior	Senior
27	200 m indiv. Medley	Damer	2:42,48	2:39,62	2:37,38	2:35,34
28	200 m indiv. Medley	Herrer	2:29,97	2:26,97	2:24,43	2:22,24
29	100 m fri svømning	Damer	1:05,61	1:04,36	1:03,38	1:02,48
30	100 m fri svømning	Herrer	0:59,97	0:58,61	0:57,46	0:56,47
31	200 m rygsvømning	Damer	2:38,26	2:34,87	2:32,22	2:29,79
32	200 m rygsvømning	Herrer	2:28,81	2:25,26	2:22,26	2:19,66
33	100 m butterfly	Damer	1:15,09	1:13,05	1:11,45	1:10,00
34	100 m butterfly	Herrer	1:07,34	1:04,97	1:02,97	1:01,24
35	200 m brystsvømning	Damer	3:02,64	2:59,18	2:56,47	2:54,00
36	200 m brystsvømning	Herrer	2:48,54	2:44,28	2:40,68	2:37,56
37	800 m fri svømning	Damer	10:18,71	10:05,82	9:55,71	9:46,49
38	1500 m fri svømning	Herrer	18:39,08	18:15,01	17:54,67	17:37,04

## **5. Afsnit: Søndag den 5. marts kl. 16.30. Opvarmning fra kl. 15.00**

Start	Løb	Disciplin		
16:30	7	50 m rygsvømning	Damer	B- og A Finale
16:35	8	50 m rygsvømning	Herrer	B- og A Finale
16:40	5	50 m brystsvømning	Damer	B- og A Finale
16:45	6	50 m brystsvømning	Herrer	B- og A Finale
16:50		Medaljeoverrækkelse		
16:56	27	200 m indiv. Medley	Damer	B- og A Finale
17:05	28	200 m indiv. Medley	Herrer	B- og A Finale
17:14		Medaljeoverrækkelse		
17:20	29	100 m fri svømning	Damer	B- og A Finale
17:26	30	100 m fri svømning	Herrer	B- og A Finale
17:32		Medaljeoverrækkelse		
17:38	31	200 m rygsvømning	Damer	B- og A Finale
17:46	32	200 m rygsvømning	Herrer	B- og A Finale
17:55		Medaljeoverrækkelse		
18:01	33	100 m butterfly	Damer	B- og A Finale
18:07	34	100 m butterfly	Herrer	B- og A Finale
18:13		Medaljeoverrækkelse		
18:19	35	200 m brystsvømning	Damer	B- og A Finale
18:29	36	200 m brystsvømning	Herrer	B- og A Finale
18:38		Medaljeoverrækkelse		
18:44	37	800 m fri svømning	Damer	Bedste heat
18:56	38	1500 m fri svømning	Herrer	Bedste heat
19:16		Medaljeoverrækkelse		
19:22	39	4 x 100 m Medley	Damer	Direkte finale
19:49	40	4 x 100 m Medley	Herrer	Direkte finale
20:07		Medaljeoverrækkelse		
20:13		Stævneafsnit slut		

Bemærk: "Fri" betyder, at der ikke er nogen kravtid. Bemærk reglerne for anmeldelse under "LØBSPROGRAM/KRAVTIDER" i denne invitation. Der medtages hold svarende til 4 heat pr. løb. En klubs / startfællesskabs 1. hold medtages før alle klubbers/startfællesskabers eventuelle 2. og 3. hold.

Er der reservehold til nogle af holdkapløbene, vil dette fremgå af startlisten, der er offentliggjort på Livetiming.

Tidsplaner for finaleafsnit er beregnet ud fra, at der i alle holdkapper er 4 heat.

### **AFVIKLING:**

- 400 m medley, 800 m fri og 1500 m fri afvikles med direkte finale og formodet bedste heat i finaleafsnittet. Alle heat, udover formodet bedste heat, i 400 m medley afvikles sammen med A-flight og alle heat, udover formodet bedste heat, i 800 og 1500 m fri afvikles sammen med B-flight. 400 m fri afvikles med direkte finale. Der kåres mestre for både junior- og seniorsvømmere. I løb med direkte finale uddeles senior medaljer til de svømmere, der har opnået de tre hurtigste tider sammenlagt uanset svømmerens aldersgruppe. Juniormedaljerne uddeles til de juniorsvømmere der har opnået de bedste juniortider.
- Alle individuelle løb på 50, 100 og 200 m afvikles med A- og B-flights. Der svømmes indledende og B- og A-finale. A-finalen udgøres af de svømmere, der har opnået de 6 (8) bedste tider i indledende heats. B-finalen udgøres af de næste 6 (8) tider. B-finaler afvikles før A-finaler. Vinderen af A-finalen er Seniormester, nr. 2 og 3. i A-finalen tildes henholdsvis sølv- og bronzemedalje. Den hurtigste juniorsvømmer blandt A-finale deltagerne er

Juniorimester. Den næst hurtigste juniorsvømmer tildeles sølv og den tredjehurtigste bronze. Såfremt der er færre end 3 juniorsvømmere blandt A-finaledeltagerne, tildeles resterende medaljer den/de hurtigste juniorsvømmere i B-finalen. Såfremt der er mindre end 3 juniorsvømmere i A- og B-finalen tilsammen, fordeles den/de resterende medaljer ud fra opnåede tid(er) i indledende heat.

- Præmieoverrækkelsen for juniorsvømmere skal ske sammen med seniorsvømmere for samme løb. Først seniorer derefter juniorer.
- B-finaler afvikles kun hvis der er flere end 24 deltagere tilmeldt i løbet, optalt ved starten af teknisk møde.

#### **TEKNISK MØDE:**

Teknisk møde afholdes online den 2. marts kl. 19.00. Her godkendes deltagerlisten og evt. væsentlige ændringer ift. invitationen vil blive annonceret. Alle deltagende klubbers repræsentant fra Svømmetider.dk får direkte invitation til at deltage i mødet.

#### **EVENTGEBYR:**

Eventgebyret er i individuelle løb kr. 73,00 pr. anmeldt start. I holdkapløb er gebyret 151,00 kr. pr. anmeldt start. Eventgebyret opkræves, uanset at svømmer/hold afmeldes eller ikke møder til start.

Anmeldes sker via Svømmetider eller alternativt ved fremsendelse af tilmeldingsfil til direkte indlæsning i WinGrodan til stævnekoordinatoren. Anmeldelser modtaget på anden vis tillægges et gebyr på kr. 22,- pr. start.

Såfremt anmeldelse af ekstra løb ikke sker via Svømmetider tillægges der ligeledes et gebyr på kr. 22,- pr. start.

#### **ANMELDELSE/ANMELDESESRIST:**

Anmeldelsesfristen er onsdag den 8. februar 2023. Denne dato skal anmeldelserne være indført i Svømmetider senest kl. 23.59 eller alternativt fremsendt direkte til stævnekoordinatoren pr. e-mail evt. vedhæftet en tilmeldingsfil til direkte indlæsning i WinGrodan.

Der kan anvendes tider fra og med den 1. januar 2022.

## **KLUBBERNES OFFICIALS:**

Alle deltagende klubber skal stille med officials i henhold til følgende retningslinjer:

- Ved 15 tilmeldte starter eller derover pålægges den enkelte klub at stille med 1 official med modul 2 (Dommeruddannet) under hele eventen.
- Ved 50 starter eller derover skal der enten anmeldes 1 official med modul 4 (Ledende tidtager/måldommer) eller 2 official med Modul 2 (Dommeruddannet).
- Ved 80 starter eller derover skal der enten anmeldes 2 dommeruddannede official heraf mindst 1 med modul 4 (Ledende tidtager/måldommer) eller 3 official med modul 2 (Dommeruddannet).

Hvis der efter anmeldelsesfristen afmeldes svømmere og antallet af starter derfor reduceres, medfører dette ikke ændring i det oprindelige krav om antal og uddannelse af officials.

Ved anmeldelsen af 1 official med modul 4 ved 50 eller flere starter, kan denne anmeldelse ikke efterfølgende ændres til 2 officials med modul 2. Tilsvarende kan anmeldelse af 2 officials med modul 2 ved 50 eller flere starter, heller ikke efterfølgende ændres til 1 official med modul 4. Antallet af starter er summen af individuelle starter og holdkapstarter

Officials tilmeldes via Svømmetider eller alternativt via e-mail direkte til stævnekoordinatoren.

Official skal selv medbringe hvid official T-shirt.

## **STÆVNEKOORDINATOR**

Pia Husted Rasmussen, tlf: 2178 4876, E-mail: [husted.pia@gmail.com](mailto:husted.pia@gmail.com)

## **DANSK SVØMMEUNIONS OFFICIALS:**

### **Overdommere:**

Henriette Østed Nielsen, tlf: 2795 3619, E-mail: [stthenry@gmail.com](mailto:stthenry@gmail.com)

Jes Johansen, tlf: 4016 1095, E-mail: [jes@floe-johansen.dk](mailto:jes@floe-johansen.dk)

### **Startere:**

Jakob Kruse Enemærke, tlf: 2539 9353, E-mail: [svoem@kruseenemaerke.dk](mailto:svoem@kruseenemaerke.dk)

Rasmus Hougaard, tlf: 2499 0718, E-mail: [dksumsar@gmail.com](mailto:dksumsar@gmail.com)

## **LOKAL KONTAKTPERSON:**

Morten Blemholt, tlf: 2795 3619, E-mail: [slothoff@hotmail.com](mailto:slothoff@hotmail.com)