

Glostrup Forårscup 4-5. maj 2019

Glostrup Svømmeklub inviterer til Forårscup!

Dato: Lørdag den 4. maj og søndag den 5. maj 2019.

Sted: Glostrup Fritidscenter, Christiansvej 2, 2600 Glostrup **25 m bassin**

Tidspunkter: Omklædning og opvarmning 07.30 - holdledermøde 07.45. – Officialsmøde 08.00 – Stævnestart 09.30

Klubcafé fra kl. 7.30 med salg af morgenmad, kaffe, the og div. snacks i løbet af dagen

| Medaljeårgange Piger: | Medaljeårgange Drengene: |
|-----------------------|--------------------------|
| A: 2006 og ældre | A: 2005 og ældre |
| B: 2007 | B: 2006 |
| C: 2008 | C: 2007 |
| D: 2009 | D: 2008 |
| E: 2010 og yngre | E: 2009 og yngre |

CHALLENGE: Vi afholder festlig challenge i 50 m fri for gruppe A-B og gruppe C-E. **Pokal til vindere af Challenge!**

PRÆMIER: Der vil være medaljer til nr. 1, 2 og 3 i alle grupper, samt holdkapperne.

Begrænsning: Ud over deltagelse i 50 fri, må hver svømmer højst stille op i 3 individuelle løb pr. dag.

GSK forbeholder sig ret til heatbegrænsning.

Officials: Alle deltagende klubber stiller med 2 officials, heraf mindst én dommeruddannet. Ved mere end 25 tilmeldte svømmere stilles med yderligere én dommeruddannet for hver 15 svømmere.

Anmeldegebyr: Individuelle starter kr. 65,- pr. start. Deltagelse i challenge er gratis efter kvalifikation. Holdkapstarter kr. 80,- pr. start. Såfremt der ikke anmeldes i WinGrodan format vil der forekomme et tillæg på kr. 10,- pr. start.

Forhåndstilmelding: *For at undgå heatbegrænsninger har vi valgt at anvende forhåndstilmelding, så vi lukker for stævnet når det ser ud til at blive fyldt op. I er velkomne til at komme på venteliste. Send en e-mail til advent@gskswim.dk om forventet antal deltagere og starter.*

Tilmelding: Løbsfiler vil blive tilgængelige på svømmeunionens løbskalender senest 1. marts 2019. **Tilmelding på WinGrodan fil og navn på de 2 officials sendes senest den 15. april 2019** til Glostrup Svømmeklub på E-mail adressen: advent@gskswim.dk. Alle tilmeldinger skal være med tid – også holdkapper.

Tilmeldinger modtaget efter deadline vil ikke blive accepteret.

På gensyn i Glostrup

LØBSPROGRAM Glostrup Forårscup 4-5. maj 2019

Opvarmning kl. 7.30

Holdledermøde 7.45 – Officialsmøde 08.00

Stævnestart kl. 09.30.

| Løb | LØRDAG 4/5 | Køn | Løb | SØNDAG 5/5 | Køn |
|-----|-------------------------------------|------------------------|-----|-------------------------------------|------------------------|
| 1 | 50 fri | Piger | 21 | 50 bryst | Piger |
| 2 | 50 fri | Drenge | 22 | 50 bryst | Drenge |
| 3 | 100 bryst | Piger | 23 | 200 fly** | Piger A-C |
| 4 | 100 bryst | Drenge | 24 | 200 fly** | Drenge A-C |
| 5 | 100 ryg | Piger | 25 | 100 fri | Piger |
| 6 | 100 ryg | Drenge | 26 | 100 fri | Drenge |
| | <i>Præmieoverrækkelse løb 1-4</i> | | | <i>Præmieoverrækkelse løb 21-24</i> | |
| 7 | 4 x 50 m HM | Mix: C og yngre | 27 | 4 x 50 m Fri | Mix: C og yngre |
| 8 | 4 x 50 m HM | Mix: Åben | 28 | 4 x 50 m Fri | Mix: Åben |
| | <i>Præmieoverrækkelse løb 5-6</i> | | | <i>Præmieoverrækkelse løb 25-26</i> | |
| 9 | 200 fri* | Piger A-D | 29 | 200 ryg* | Piger A-D |
| 10 | 200 fri* | Drenge A-D | 30 | 200 ryg* | Drenge A-D |
| 11 | 100 fly | Piger | 31 | 50 fly | Piger |
| 12 | 100 fly | Drenge | 32 | 50 fly | Drenge |
| | <i>Præmieoverrækkelse løb 7-10</i> | | | <i>Præmieoverrækkelse løb 27-30</i> | |
| 13 | 200 bryst* | Piger A-D | 33 | 400 fri** | Piger A-C |
| 14 | 200 bryst* | Drenge A-D | 34 | 400 fri** | Drenge A-C |
| 15 | 50 ryg | Piger | 35 | 100 IM | Piger |
| 16 | 50 ryg | Drenge | 36 | 100 IM | Drenge |
| 17 | 200 IM | Piger | | <i>Præmieoverrækkelse løb 31-34</i> | |
| 18 | 200 IM | Drenge | 37 | 50 fri challenge C-E | Piger |
| | <i>Præmieoverrækkelse løb 11-14</i> | | 38 | 50 fri challenge A-B | Drenge |
| 19 | 50 fri challenge A-B | Piger | | <i>Præmieoverrækkelse Challenge</i> | |
| 20 | 50 fri challenge C-E | Drenge | | <i>Præmieoverrækkelse løb 35-36</i> | |
| | <i>Præmieoverrækkelse Challenge</i> | | | | |
| | <i>Præmieoverrækkelse løb 15-18</i> | | | | |

OBS: Gruppe D og E kan ikke stille op i løb markeret **

OBS: Gruppe E kan ikke stille op i løb markeret med *