

RINGSTED CUP

D. 19. & 20. SEPTEMBER 2015



www.ringstedsk.dk



**Enemærke &
Petersen a/s**



Ringsted
Midt i mulighederne

OK



Ringsted Svømmeklub har hermed fornøjelsen at indbyde til Ringsted Cup 2015, brug stævnet som optakt på sæsonen.

Tider og oplysninger gælder for begge dage.

Adgang til svømmehallen:	Kl. 08:00
Opvarmning:	Kl. 08:15
Holdledermøde i cafe området bag tidtagerbord:	Kl. 08:10
Officialsmøde i klubhuset:	Kl. 08:30
Stævnestart lørdag:	Kl. 09:30
Stævnestart søndag:	Kl. 09:30
Stævneslut lørdag ca.:	Kl. 18:00
Stævneslut søndag senest:	Kl. 18:00

Tilmelding: E-mail. WinGrodan. Stævnefil, vil blive lagt på vores hjemmeside: www.ringstedsk.dk og Dansk Svømmeunions hjemmeside.
Anmeldelsesfil og navn på officials, skal være kontaktpersonen for tilmelding i hænde senest søndag den 30. august 2015.
Vi forbeholder os ret til at lave heatbegrænsninger.
Hvis det bliver nødvendigt at lave heat begrænsning, vil de klubber der deltager begge dage blive favoriseret.
Det vil blive oplyst på hjemmesiden når max. antal deltagere er tilmeldt.

Anm.-gebyr: Individuel start: Kr. 55,- pr. start.
Holdkap start: Kr. 75,- pr. start.

		Piger/damer		Drenge/herrer
Gruppe- inddeling:	Årgangsgruppe 2:	Piger 03 / yngre	&	Drenge 02 / yngre
	Årgangsgruppe 1:	Piger 01 / 02	&	Drenge 01 / 00
	Junior:	Piger 99 / 00	&	Drenge 99 / 98
	Senior:	Piger 98 /ældre	&	Drenge 97 / ældre

Vi gør opmærksom på at de sidste 4 heat i hvert løb vil være opdelt i årgangsgrupper.

Stævneform: Stævnet afvikles med EL-tid og scoreboard.

Programmer: Alle klubber modtager 3 programmer.

Afmeldinger: Kan finde sted frem til d. 16. september, herefter vil programmet blive trykt.

Holdkapkort: Skal være sekretariatet i hænde senest 1 time før stævnestart.

Bassin: 25 m. bassin – 8 baner.

Officials: Hver klub stiller med min. 3 officials, heraf mindst 2 dommere pr. stævnedag.
Startfællesskaber stiller med 6 officials.
Officialsmøde i klubhuset kl. 8:30 hvor der serveres morgenmad.
Frokost kl. 11:30-14:30 i Spejderhuset ved siden af svømmehallen.
Der bliver sørget for drikke og frugt under stævnet.

Indkvartering & bespisning:

Ringsted Svømmeklub's støtteforening tilbyder bespisning og indkvartering, se hjemmesiden for mere info.
For de klubber der har bestilt mad er der frokost kl. 11:30 – 14:30 i spejderhuset.

Præmier & medaljer:

Der er medaljer til nr. 1, 2 og 3. i de individuelle løb.
Til nr. 1 i de individuelle løb vil der være en præmie.

Heatvinder: Der er præmie til alle heatvindere, de udleveres ved tidtagerbordet.
I holdkap er der en pokal til de bedste dame / herre hold.

Guldbarre til alle der opnår ##.##.00 udleveres ved tidtagerbordet.

Der vil være præmieoverrækkelse lørdag for løb:	1-2	efter løb	4
	3-4	efter løb	6
	5-6	efter løb	8
	7-8	efter løb	10
	9-10	efter løb	12
	11-12	efter løb	14
	13-14-15-16	efter løb	16

Der vil være præmieoverrækkelse søndag for løb:	17-18	efter løb	20
	19-20	efter løb	22
	21-22	efter løb	24
	23-24	efter løb	26
	25-26	efter løb	28
	27-28-29	efter løb	29

Ringsted Cup Pokalen:

Den klub der sammenlagt får flest point i de individuelle løb vinder Ringsted Cuppen.

Der gives point til de første 5 pladser i hvert løb på følgende måde:

1. plads = 6 point.
2. plads = 4 point.
3. plads = 3 point.
4. plads = 2 point.
5. plads = 1 point.

Klubber der har godkendt startfællesskab kan deltage i Ringsted Cuppen.

Stævneleder: Brian Heegaard - brian.heegaard@gmail.com - 30 51 33 40

Tilmelding til: ringstedcup@ringstedsk.dk

Klub: Ringsted Svømmeklub, Teglovnsvej 46b, 4100 Ringsted, www.ringstedsk.dk

Støtteforeningen: Støtteforeningen vil have åbent i kiosken under og efter stævnet begge dage.

Løbsprogram:

Lørdag den 19. September.

Stævnestart: Kl. 09.30 – Adgang til svømmehallen kl. 08.00 – opvarmning kl. 08.15

Løb: 1-2	200 m Fri svømning	Piger / Dreng
Løb: 3-4	100 m Rygsvømning	Piger / Dreng
Løb: 5-6	50 m Brystsvømning	Piger / Dreng
Løb: 7-8	100 m Butterfly	Piger / Dreng
Løb: 9-10	100 m Ind. Medley	Piger / Dreng
Løb: 11-12	200 m Brystsvømning	Piger / Dreng
Løb: 13-14	50 m Fri svømning	Piger / Dreng
Løb: 15-16	4x50 m Holdmedley	Piger / Dreng

Søndag den 20. september

Stævnestart: Kl. 09.30 – Adgang til svømmehallen kl. 08.00 – opvarmning kl. 08.15

Løb: 17-18	200 m Rygsvømning	Piger / Dreng
Løb: 19-20	50 m Butterfly	Piger / Dreng
Løb: 21-22	100 m Brystsvømning	Piger / Dreng
Løb: 23-24	200 m Ind. Medley	Piger / Dreng
Løb: 25-26	100 m Fri svømning	Piger / Dreng
Løb: 27-28	50 m Rygsvømning	Piger / Dreng
Løb: 29-30	200 m Butterfly	Piger / Dreng
Løb: 31	10x50 m Fri MIX	Piger & Dreng <i>5 Piger og 5 Dreng</i>