

# Infoseddel

## Invitation



# PARK VENDIA SWIMCUP 2023

den 28. - 30. april i Hjørring

AFGANG: fredag d. 28. april 2023 kl. 14.00

HJEMME: søndag d. 30. april 2023 kl. 18.00

### GRUPPEINDELING

	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3	Gruppe 4
Damer	2012 og yngre	2010-2011	2008-2009	2007 og ældre
Herrer	2011 og yngre	2009-2010	2007-2008	2006 og ældre

Der er holdkapper i 4 x 100 fri og 4 x 100 HM, som ligger om aftenen.

Sidste tilmeldings- og betalingsfrist er d. 27. marts 2023 på

[www.aabybrovoem.dk](http://www.aabybrovoem.dk)

Træner er Stefan Stenberg og Simon Andersen

### LØBSLISTE

Herrer = ulige løb Damer = lige løb

1. afsnit fredag kl. 17:00		
Løb 1+2	50m Rygsømning	Indledende
Løb 3+4	50m Butterfly	Indledende
Løb 5+6	400m Medley	Direkte finale
Løb 7+8	50m Brystsvømning	Indledende
Løb 9+10	50m Frisvømning	Indledende

2. afsnit lørdag kl. 09:00		
Løb 11+12	200m Frisvømning	Direkte finale
Løb 13+14	100m Brystsvømning	Indledende
Løb 15+16	200m Butterfly	Direkte finale
Løb 17+18	100m Rygsømning	Indledende
Løb 19+20	200m Medley	Direkte finale

3. afsnit lørdag kl. 17:00 - Superfinaler		
Løb 17+18	100m Rygsømning	Finale
Løb 3+4	50m Butterfly	Finale
Løb 9+10	50m Frisvømning	Finale
Løb 13+14	100m Brystsvømning	Finale
Løb 21+22	4X100m Medley	Direkte finale

4. afsnit søndag kl. 09:00		
Løb 23+24	100m Frisvømning	Indledende
Løb 25+26	200m Rygsømning	Direkte finale
Løb 27+28	100m Butterfly	Indledende
Løb 29+30	200m Brystsvømning	Direkte finale

5. afsnit søndag kl. 15:00 - Superfinaler		
Løb 23+24	100m Frisvømning	Finale
Løb 1+2	50m Rygsømning	Finale
Løb 7+8	50m Brystsvømning	Finale
Løb 27+28	100m Butterfly	Finale
Løb 31+32	4X100m Frisvømning	Direkte finale

Yngste gruppe kan ikke svømme 200m butterfly

### PAKKELISTE

- 2-3 Håndklæder
- Badetøj
- 1-2 badehætter
- 1-2 par sv. briller
- Shorts og T-shirt
- Konkurrenceudstyr
- Drikkedunk
- 1 pers. luftmadras
- Lagen
- Pude
- Dyne/Sovepose

