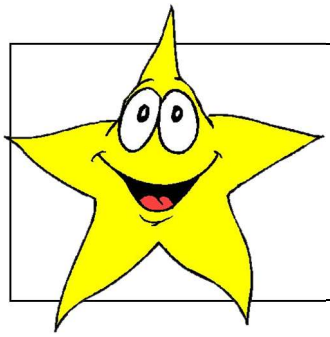
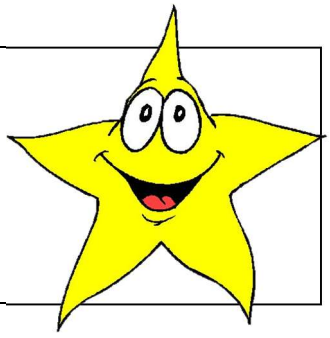


Begynderstævne 2



SØNDAG D. 15. NOVEMBER

Opvarmning kl. 10.00 Stævnestart kl. 11.00

Stævnet afholdes i

Jetsmark Idrætscenter, Bredgade 140, 9490 Pandrup

Vi mødes senest ***kl. 09:45***

i forhallen, hvor instruktører fra Aabybro vil tage imod jer.
Der er afmærkede pladser i hallen hvor vi skal sidde og vi opfordrer til at vi sidder sammen.

Tilmelding skal ske **senest d. 28. oktober 2026**
Det koster 90 kroner at deltage, som skal betales sammen med tilmelding på
www.aabybrosvoem.dk!

Husk madpakke

Vi skal afmelde svømmerne senest kl. 09.00, så afbud på dagen er vigtig
til Stefan Stenberg på 20 66 21 76

DET SKAL DU HUSKE:

Badetøj
Gerne svømmebriller
Håndklæder (gerne 2)
T-shirt og shorts (man svømmer jo ikke hele tiden)
Drikkedunk og evt. mad
Frugt
Badetøfler eller lign.

Evt. spørgsmål kan rettes til Rasmus Grøn (rasmusgroen@aabybrosvoem.dk)

HVAD ER BEGYNDERSTÆVNER?

- En svømmeturnering for øvede svømmere.
- Der er 4 stævner fordelt over sæsonen, som afholdes på skift af de deltagende klubber.
- Rigtige svømmestævner tilpasset børn som ikke har prøvet at deltage i konkurrencesvømning før.
- Begynderstævner hvor det sociale er i højsæde, stævner hvor man mødes med jævnaldrende børn/unge under gode, sjove og afslappende forhold.

DE 4 STÆVNER:

1. Aars	Søndag d. 4. oktober 2026	Uge 40
2. Jetsmark	Søndag d. 15. november 2026	Uge 46
3. Aabybro	Søndag d. 14. marts 2027	Uge 10
4. Frederikshavn	Søndag d. 18. april 2027	Uge 15

Et begynderstævne varer typisk ca. 4 timer (inkl. opvarmning). Svømmerne må max deltage i 3 løb, derudover skills og holdkapper. Længste distance er 100 m**.** Skills er øvelser, der skal vises frem. Disse trænes på forhånd inden stævnet. **Dit barns træner vil vælge hvad dit barn skal svømme.**

Da stævnerne afvikles omkring middagstid, vil det være en god idé hvis børnene enten har spist hjemmefra eller har en lille sund madpakke med. Flere steder er det også muligt at købe mad i cafeteria. Der er varmt i svømmehallerne så tilskuere opfordres til at tage let tøj på/med.

Forældre kan vælge selv at køre deres barn til stævnet, ellers koordinerer vi gerne, sådan at alle kommer afsted. I svømmehallen samles Aabybrosvømmerne, så vi sidder sammen. Trænerne vil hjælpe svømmerne med at komme i vandet (og bearbejdning af alle de nye indtryk.)

Vi opfordrer til at dit barn deltager i min. 2 af stævnerne. Der uddeles medaljer til alle stævner.

HJÆLPEMIDLER??

Til begynderstævnerne må der *ikke benyttes hjælpemidler.*

HVEM DELTAGER?

<u>Det kan svømmere fra følgende hold:</u>
Øvede og Teenage

Derudover er der svømmere fra andre nordjyske klubber i både Vendsyssel og Himmerland.

Det koster 90 kroner at deltage.

Yderligere information se bagpå denne seddel. Er der yderligere spørgsmål så kontakt Rasmus Grøn på 42 72 56 10 eller rasmusgroen@aabybrosvoem.dk,, eller tjek hjemmesiden.