



# Hillerød Cup

7/9 – 8/9 2024



Hillerød Svømmeklub byder alle klubber velkommen til

## Hillerød Cup

d. 7. – 8. september 2024

Kom og få testet formen af, og start sæsonen med et brag af et stævne!

### Praktiske oplysninger

Stævnet afholdes i Hillerød Svømmehals 25m bassin.

Adresse: Milnersvej 37A, 3400 Hillerød.

Stævnekoordinator: Dorte Kristiansen ([tilmelding@hils.dk](mailto:tilmelding@hils.dk))

Der svømmes på 6 baner, med flyvende starter og eltidspalder.

Alle løb afvikles som direkte finaler, og stævnet kan følges løbende på Swimify Livetiming.

Der vil – såfremt det kan foregå uden uro – være mulighed for udsvømning i det lille bassin.

### Forventet tidsplan

Holdleder- og officialmøde afvikles i klubbens klubhus, "Bane7". Det er ikke muligt at komme til klubhuset via hallens omklædningsgang, og al færdsel dertil bedes foregå udendørs langs hallen.

Hvis det bliver nødvendigt for at overholde tidsplanen, forbeholder vi os ret til begrænsning af tilmeldinger og heats (udover de i forvejen anførte), samt til at lave justeringer i stævneprogrammet.

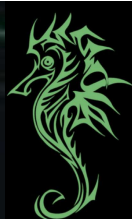
Adgang til hal:	07.45
Opvarmning:	08.00
Holdledermøde:	08.15
Officialmøde:	08.30
Stævnestart:	09.30
Forventet slut:	17.00

### Medaljegrupper

Der er medaljer til nr. 1, 2 og 3 i alle grupper. Holdkapper samt 400 fri og 400 IM er ikke aldersinddelt.

Vejledende tidspunkt for præmieoverrækkelser vil fremgå af de tidsplaner der for hver stævnedag inden stævnestart lægges på Svømmetider.

Gruppe 1, "Senior"	2006 og ældre
Gruppe 2, "Junior"	2007 – 2009
Gruppe 3, "Årgang"	2010 – 2011
Gruppe 4, "Kids 1"	2012
Gruppe 5, "Kids 2"	2013
Gruppe 6, "Kids 3"	2014 og yngre



## Tilmeldingsprocedure

Vi anbefaler, at klubber benytter sig af forhåndstilmelding. Dette sker gennem Svømmetider.dk. Forhåndstilmeldingerne skal registreres på [svømmetider.dk](https://svømmetider.dk) eller sendes til [tilmelding@hils.dk](mailto:tilmelding@hils.dk) senest 20. juli 2024.

Forhåndstilmeldte klubber vil have fortrinsret til stævnet, dog forbeholder vi os ret til at lukke for forhåndstilmeldinger, hvis stævnet bliver udsolgt. Klubber, der tilmelder sig begge dage, vil i denne situation have førsteprioritet.

Endelig tilmelding skal ske via Svømmetider **senest 17. august 2024**. Anmeldelsestider skal angives ved tilmelding. For svømmere uden officiel anmeldelsestid, skal forventet tid anføres.

Udenlandske klubber tilmeldes ved at fremsende lef-fil til [tilmelding@hils.dk](mailto:tilmelding@hils.dk).

## Officials

Vi forventer at alle klubber stiller med officials svarende til antallet af starter.

1 – 10 starter: ingen.

11 – 100 starter: 1 official med mindst modul 2.

101+ starter: 2 officials med mindst modul 2.

Officialnavne skal angives i Svømmetider i forbindelse med tilmelding.

## Holdkapkort og Swimify

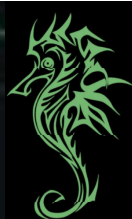
Til stævnet anvendes Swimify Livetiming, og alle trænere bedes anvende app'en Swimify Coach til at anmelde holdkapper og afmelde svømmere.

For at kunne tilknytte trænere til stævnet, skal der senest ved tilmelding fremsendes brugernavn (dvs. den email-adresse som træneren har anvendt ved oprettelsen) til [tilmelding@hils.dk](mailto:tilmelding@hils.dk).

Holdkap-rækkefølgen anmeldes/ændres senest 1½ time før hvert stævneafsnit starter, og foregår alene ved brug af app'en.

Se mere om SWIMIFY Coach her:

<https://support.swimify.com/da/guides/coach-app/introduction-1>



## Forplejning og bod

Der vil være forplejning til alle officials i form af et let morgenmåltid samt frokost i klubhuset både lørdag og søndag.

Frokost serveres i klubhuset i tidsrummet 12 – 14. Der indlægges en pause på 30 min. i programmet til dette formål.

Ønskes frokost til klubbens trænere, skal dette bestilles på forhånd. Dette sker ved at oplyse navne på de trænere, som klubben stiller med hhv. lørdag og søndag på mail til [dorthe@hils.dk](mailto:dorthe@hils.dk) senest d. 10. august.

I forhallen vil der være opsat en bod, hvor officials, trænere og holdledere kan hente gratis kaffe under hele stævnet.

I boden vil det bl.a. være muligt for alle at købe lidt snacks og kage, men det anbefales at alle svømmere, tilskuere og ikke frokost-tilmeldte trænere (se ovenfor) medbringer egen frokost.

## Transport og overnatning

Hillerød Svømmehal ligger i forbindelse med Royal Stage (FrederiksborgCenteret), og der er gratis parkering på hele området. Det er nemt at komme til hallen med offentlig transport – der er ca. 10 minutters gang (1 km) fra Hillerød Station, og på ruten kører også bybusser.

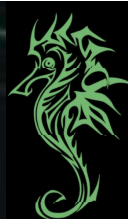
Der er flere overnatningsmuligheder i nærheden:

Hillerød Camping: <http://www.hillerodcamping.dk>

Nordisk Lejrskole: [www.danhostel/lejrskole](http://www.danhostel/lejrskole)

Hotel Hillerød: <https://hotelhillerod.dk>

Sportsvandrehjemmet, Royal Stage: <https://royalstage.dk/overnatning/>



## Gebyrer og betaling

Individuelle starter: 80 kr.

Holdkapstarter: 110 kr.

Eftertilmeldinger: 50 kr. ekstra pr. start.

Eftertilmeldinger kan foregå til og med onsdag den 4. september 2024 – dog kun i løb med ledige pladser.

Startgebyr bliver ikke refunderet ved afmelding. Afmelding bør, a.h.t. tidsplanen, foretages så tidligt som muligt, og skal foregå via app'en Swimify Coach, eller via mail til [tilmelding@hils.dk](mailto:tilmelding@hils.dk). I tilfælde af sygdom på dagen, gives besked til sekretariatet i hallen senest 1½ time inden stævnestart.

Der opkræves ikke startgebyr for starter ramt af heatbegrænsning.

Til danske klubber fremsendes faktura elektronisk efter stævnet.

For udenlandske klubber skal indbetaling af startgebyrer ske i forbindelse med tilmelding på vores bankkonto. På overførslen anføres teksten "[Klubnavn] – HC2024".

Nordea Hillerød

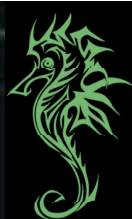
Reg.nr. 2276

Kontonr. 0754809000

IBAN: DK5920000754809000

Swift: NDEADKKK

Vi forbeholder os ret til at aflyse stævnet ved for få tilmeldinger. I denne situation informeres alle tilmeldte klubber senest d. 21. august pr. mail til den kontaktperson der er angivet ved tilmelding.



## Løbsrækkefølge

Damer: Ulige løb

Herrer: Lige løb

### Afsnit 1

Lørdag d. 7. september, kl. 09.30

Løbsnr.	Disciplin	Evt. begrænsning
1 + 2	400m fri	Kun gruppe 1, 2 og 3. Max 4 heats
3 + 4	50m bryst	
5 + 6	100m fri	
7 + 8	200m ryg	
9 + 10	4 x 100m medley	
11 + 12	200m IM	
13 + 14	200m fly	Kun gruppe 1, 2 og 3
15 + 16	100m bryst	
17 + 18	50m ryg	
19 + 20	4 x 50m fri	

### Afsnit 2

Søndag d. 8. september, kl. 09.30

Løbsnr.	Disciplin	Evt. begrænsning
21 + 22	400m IM	Kun gruppe 1, 2 og 3. Max 4 heats
23 + 24	50m fri	
25 + 26	100m fly	
27 + 28	200m bryst	
29 + 30	4 x 100m fri	
31 + 32	100m ryg	
33 + 34	50m fly	
35 + 36	200m fri	
37 + 38	100m IM	
39 + 40	4 x 50m medley	

Eventuelle spørgsmål kan rettes til [tilmelding@hils.dk](mailto:tilmelding@hils.dk)

Vi glæder os til at se jer til et brag af et stævne!

