



PRAKTISK INFORMATION

Regionalt Mesterskab for Årgangssvømmere, Nordsjælland, 25.-26. oktober 2025

Søllerød Svømmeklub byder alle klubber i Region Nordsjælland velkommen til en spændende weekend med masser af god svømning i Rundforbi Svømmehal.

På de kommende sider har vi forsøgt at samle praktiske informationer. Hvis I har yderlige spørgsmål, er I velkomne til at kontakte os.

Stævnet afholdes

Rundforbi Svømmehal, Egebækvej 118, 2850 Nærum

Svømmehallen

Vores bassin er 25 meter, og der er 6 baner i bassinet. Der vil være eltidsanlæg, og man kan følge stævnet på Swimify.

Rundt om bassinet vil der være markerede områder til de deltagende klubber.

Der vil ikke være mulighed for udsvømning under stævnet i det lille bassin (vil være aflukket).

Der er rygstartsbøjler til rådighed og de er af mærket Finis. De kan ikke indstilles, så brug dem som de er, eller udlad at benytte dem.

Der vil være placeret vandspande ved bane 1 og 6 som svømmerne kan benytte. De må ikke løftes fra gulvet.

Tilskuere har adgang til hallen i et afgrænset område (se "Oversigtskort"). Vi håber det bliver respekteret, således at der er bedst mulig plads til svømmerne og trænerne omkring bassinet.

Indgang til svømmehal

Svømmere skal, når de ankommer, benytte handikapdøren ved indgangen til svømmehal og omklædningrum. Se "Oversigtskort" - adgang til svømmehal for svømmere. De må ikke gå ind gemmen svømmehallen.

Tilskuere skal benytte adgang for tilskuer, se "Oversigtskort".

Adgang til svømmehal er kun tilladt med bare fødder, blå overstæksfutter eller indendørssko.

Adgang til hallen og indsvømning

Lørdag	Adgang til omklædning kl. 7.45 (gruppe 1)
	Indsvømning kl. 8.00-8.50 (gruppe 1)
	Adgang til omklædning kl. 8.30 (gruppe 2)
	Indsvømning kl. 8.50-9.45 (gruppe 2)
	Holdledermøde kl. 8.45 (afholdes i officiallounge)



Officialmøde kl. 9.00
Indmarch officials kl. 9.55
Stævnestart kl. 10.00

Søndag

Adgang til omklædning kl. 7.45 (gruppe 2)
Indsvømning kl. 8.00-8.50 (gruppe 2)
Adgang til omklædning kl. 8.30 (gruppe 1)
Indsvømning kl. 8.50-9.45 (gruppe 1)
Officialmøde kl. 9.00
Indmarch officials kl. 9.55
Stævnestart kl. 10.00

Grupper

Se "Fordeling af klubber til indsvømning".

Indsvømning

Indsvømning er delt i 2 grupper. Se "Fordeling af klubber til indsvømning". De sidste 15 minutter af hver indsvømning er bane 1 reserveret til pace og bane 6 reserveret til sprintbane.

Udsvømning

I pausen både lørdag og søndag er der mulighed for udsvømning i stævnebassinet. Efter stævnets afslutning lørdag og søndag efter medaljecermoni, vil bassinet være åbent for udsvømning i ca. 20 min. Klubber der benytter dette skal selv sørge for relevant person med bestået bassinlivredderprøve, arrangøren stiller ikke dette til rådighed.

Omklædning og bad

Som altid forventer vi, at svømmerne sørger for en tilstrækkelig afvaskning uden badetøj. Vi har desværre ikke mulighed for at tilbyde aflåste skabe, så vi anbefaler, at man tager sine værdier med ind i hallen. Omklædnings- og badeafsnit er placeret med direkte udgang til bassinerne. På dørene ind til omklædningsrummene vil der være markeret hvilke klubber, der skal benytte hvilke rum.

Call room

For at sikre, at der ikke er for mange svømmere ad gangen i startområdet, har vi etableret et "call room". Når et heat er startet, vil deltagerne til næste heat blive sendt ind. Der vil være mulighed for at lægge overtrækstøj i kasser bag startskamler. "Call room" området er afmærket og befinder sig tæt på startområdet i mellemgang. Kun svømmere, der skal til start, må opholde sig i området.

Medaljeoverrækkelse

Finder sted for enden af svømmehallen ved glasvæggen, ud mod café området (se "Oversigtskort"). Husk at overholde tiderne, der offentliggøres i tidsplanerne.

Officials

Planen for officials vil blive lagt på aktivitetskalenderen så hurtigt som muligt. Officialmøder afholdes kl. 9.00 i officiallounge (se "Oversigtskort").



Der vil blive serveret let morgenmad lørdag og søndag i officialloungen, og i løbet af stævnet vil der være diverse forplejning i lokalet. Frokost bliver serveret i officialloungen i pausen.

Resultater

Kan ses på Swimify. De også vil løbende blive hængt op på glasvæggen mellem caféområdet (tilskuerloungen) og svømmehallen.

Glemte sager

Alle fundne genstande lægges på et bord ved holdleder rummet.

Parkering

Vi henviser til parkeringspladsen på Egebækvej lige over for Rundforbi idrætsanlæg, som har plads til ca. 350 biler. Her er gratis parkering hele weekenden, bemærk dog at de bagerste rækker er private.

Tilskuerlounge

Området omkring caféen er beregnet til forældre og tilskuer generelt. Der vil være mulighed for at oplade sin mobil, tilgå wifi, købe mad og drikke samt sidde og arbejde eller bare hygge sig i løbet af weekenden (Se "Oversigtskort").

Trænerlounge

Trænerne har et roligt område de kan benytte. Her er mødebord, wifi, sofaer, kaffe, vand og snacks til rådighed (Se "Oversigtskort").

Holdleder rum

Vi har etableret et rum hvor holdledere har adgang til et bord at stå ved, hvis de skal skære frugt op til svømmerne. Der er ikke noget udstyr til rådighed, så kniv, skærebræt, bøtter og andet skal medbringes hjemmefra.

Café

Vores café har åben hele weekenden og står klar med snacks, kaffe, kage og friskbagte boller lige fra morgenstunden. Der kan betale med kontanter og Mobilepay.