



Praktiske informationer

Regionalt Mesterskab for Årgangssvømmere, Nordsjælland, 26-27 oktober 2024

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 være mulighed for udsvømning i pausen indtil 15 minutter før stævnestart.

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 er vandspande i startende 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.

Det er ikke tilladt at spise mad i svømmehallen.

Adgang 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.

Tidsplan

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. 8.50-9.40 (gruppe 2)
	Holdledermøde kl. 8.30 (afholdes i "stillezonen")
	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. 8.50-9.40 (gruppe 1)
Officialmøde kl. 9.00
Indmarch officials kl. 9.55
Stævnestart kl. 10.00

Gruppe 1

Svømmeklubben Triton Ballerup, Sigma Swim, Rønne Svømmeklub, Roskilde Svømning, Lyngby Svømmeklub, Holbæk Svømmeklub, Herlev Svømning, Søllerød Svømmeklub

Gruppe 2

A6, Frederikssund Svømmeklub, Frederiksværk Svømmeklub, Furesø Svømmeklub, Gentofte Svømmeklub, Gladsaxe Svømmeklub, Helsingør Svømmeklub, Hillerød Svømmeklub

Indsvømning

Indsvømning er delt i 2 grupper. Se ovenfor. De sidste 15 minutter af hver indsvømning er bane 6 reserveret til sprintbane.

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 bade afsnit 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 løbende 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 officialloungen (se oversigtskort).



Der vil blive serveret let morgenmad lørdag og søndag i officiallounge, og i løbet af stævnet vil der være kaffe, kage, frugt og frisk poppede popcorn i lokalet. Frokost bliver serveret i officiallounge i pausen. Vi vil forsøge at etablere en PC der vil være tilkoblet Swimify under hele stævnet.

Resultater

De vil løbende kunne ses på Swimify.

Glemte sager

Alle fundne genstande lægges på et bord ved trænerlounge.

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.

“Shhh” Stille Zone

En hel weekend med støj kan blive for meget for selv den bedste. Sæt dig ind i hvilerummet og nyd et øjeblik ro, få arbejdet lidt, eller bare luk øjnene et øjeblik (se oversigtskort).

Tilskuerlounge

Der er begrænset plads til tilskuer i svømmehallen. Området omkring caféen er derfor beregnet til forældre og tilskuer generelt. Der er fra lounge godt udsyn til svømmehallen, så man kan følge med i stævnet. 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).

Svømmerlounge

Svømmerne har et stort rum til rådighed hvor de kan trække hen, hvis de har brug for en pause mellem løbene. Husk at medbringe liggeunderlag eller andet blødt, de kan ligge og sidde på. Rummet er beregnet til at de hviler og hygger. Der vil være en storskærm med livetiming opstillet i dette rum. Der er adgang fra kl 12 om lørdagen (se oversigtskort). Mad skal indtages i caféområdet, hvor der er borde og stole.

Trænerlounge

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

Holdlederrum

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.

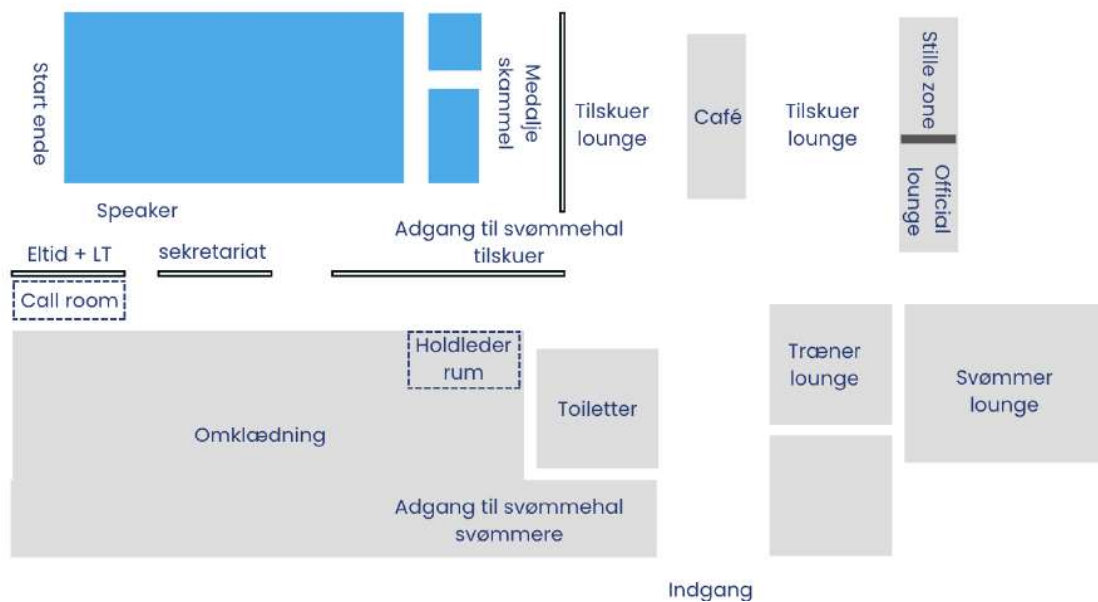
Café

Vores café har åben hele weekenden og står klar med snacks, kaffe, kage og friskbagte boller lige fra morgenstunden. Til de mindre søskende der er med vil der være popcornmaskine og slushice. Man kan betale med kontanter og Mobilepay.

Tombola

Vi har igen i år tombola med mange fine præmier sponsoreret af erhversdrivende i nærområdet. Man kan betale med kontanter og Mobilepay.

Oversigtskort over hallen



Parkering

