



SØNDAG D. 5. APRIL

Opvarmning kl. 09.00

Stævnestart kl. 10.00

Stævnet afholdes i **STØVRING MULTIHUS, KR. ØSTERGÅRDSVEJ 4, 9530 STØVRING**

Vi mødes senest **kl. 08:45**

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.

Forældre er hjertelig velkomne som tilskuere

Tilmelding skal ske senest **tirsdag d. 17 marts 2020**

Det koster 60 kroner at deltage, som skal betales sammen med tilmelding på

www.aabybrosvøm.dk!

Husk madpakke, men der er cafe i hallen som muligvis er åben.

Til dette stævne er der efter stævnet medaljeoverrækkelse til alle svømmere.

Vi skal afmelde svømmerne senest kl. 08.30, så afbud på dagen er vigtig
til Anders på tlf. 20 15 83 86

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 Anders Mikkelsen (20 15 83 86 / mikand123@hotmail.com)



AAIF SVØMNING

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. DGI Huset Aabybro, Aabybro – lørdag d. 5. oktober 2019 (uge 40)
2. Løkken Idrætscenter, Løkken - lørdag d. 16. november 2019 (uge 46)
3. Jetsmark Idrætscenter, Jetsmark – søndag d. 2. februar 2020 (uge 5)
4. Støvring Multihus, Støvring – søndag d. 5. april 2019 (uge 14)

Vi mødes hver gang senest 15 min før opvarmning i forhallen

Der skal tilmeldes via hjemmesiden www.aabybrosvøm.dk.



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?

Det kan svømmere fra følgende hold:

Øvede og Teenage

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

Det koster kun 60 kroner at deltage.

Yderligere information se bagpå denne seddel. Er der yderligere spørgsmål så kontakt Anders Mikkelsen, tlf. 20 15 83 86, mikand123@hotmail.com, eller tjek hjemmesiden.

