

Copenhagen AL Sydbank Cup 2026

29. - 31. maj 2026

Hovedstadens Svømmeklub inviterer til langbanestævne for årgangs- og børnesvømmere under DM-lignende forhold på Bellahøj Svømmestadion.

Stævne info:

- Årgangs- og børnestævne med finaler for alle årgangsgrupper lørdag og søndag
- Indledende og finaler på 8 baner med el-tid og Swimify
- Flyvende starter og FINA regler
- Særskilt udsvømningsbassin
- Trænerlounge - bl.a. med gratis frokost
- Gavekort i alle aldersgrupper til svømmere (dreng/piger) med højeste SVØM-point for 1 løb
- Særlige "jokerpræmier"
- Heatvinder præmier i indledende løb
- Flotte "HSK-medaljer" til nr. 1, 2 og 3



Stævnestart:

	Fredag	Lørdag	Søndag
Adgang til hallen	15.00	07.15	07.15
Opvarmning	15.15 - 16.50	07.30 - 08.50	07.30 - 08.50
Indledende	17.00 – ca. 20.00	09.00 – ca. 13.00	09.00 – ca. 13.00
Opvarmning finaler	-	14.30 - 15.50	14.30 - 15.50
Finaler	<i>Direkte finaler</i>	16.00 – ca. 18.30	16.00 – ca. 18.30

Holdleder – og officialmøder:

Meldes ud senere i den praktiske info.



Grupper:

Ved stævnet er svømmerne opdelt i følgende grupper:

Gruppe	Piger	Drenge
1	2011	2011
2	2012	2012
3	2013	2013
4	2014	2014
5	2015 og yngre	2015 og yngre

Holdkapper er opdelt i 2 grupper:

- Gruppe 1 og gruppe 2 samles i en gruppe (yngre svømmere må gerne være med i denne gruppe)
- Gruppe 3, 4 og 5 samles i en gruppe

Medaljer og præmier:

Der vil være medaljer til:

- 50m og 100m løb - til nummer 1, 2 og 3 i hver aldersgruppe
- 200m løb - til nummer 1, 2 og 3 til gruppe 1 og 2 sammen og gruppe 3 og 4 sammen
- 400m, 800m og 1500m løb – til nummer 1, 2 og 3 i åben klasse

Gavekort til de tre højest Svøm-point udviklingspoint (1 løb) scorende svømmere i årgang 1, 2, 3, 4 og 5 for begge køn.

Særlige "jokerpræmier".

Heatpræmier til vindere af alle indledende heats.

Begrænsning:

Der er sat max antal heat på enkelte løb.

Hovedstadens Svømmeklub forbeholder sig ret til yderligere heatbegrænsning, hvis det bliver nødvendigt for at holde tidsrammen.

Forhåndstilmelding;

Der skal laves forhåndstilmelding med angivelse af antal starter i Svømmetider inden den 1. marts 2026.

Herefter sender Hovedstadens Svømmeklub en faktura på det forventede startgebyr - et beløb som bliver modregnet i den endelige faktura efter tilmeldingen.

Modregning er betinget af, at de forhåndstilmeldte starter afviger med mindre end 10% i forhold til de endelige antal starter.

Spørgsmål kan stilles til Jette Jørgensen - jette.j@webspeed.dk – tlf. 20 26 18 22.



Endelig tilmelding: Endelig tilmelding den 1. maj 2026.

Eftertilmelding i begrænset omfang er muligt mod betaling af gebyrer svarende til 3 x anmeldelsesgebyret.

Afmeldinger og holdkapkort

Afmeldinger af løb og ændringer af holdkap skal ske via Swimify Coach appen:

- For afsnit 1, 3 og 5: Senest 1½ timer før stævnestart

Finaleafmeldinger

Finaleafmeldinger skal også ske via Swimify Coach appen - senest 15 minutter efter det sidste indledende løb er svømmet:

- Fredag efter løb 10
- Lørdag efter løb 26
- Søndag efter løb 39



Startgebyr:

Startgebyr er 90 kroner pr. individuel start og 170 kroner pr. holdkapstart med tilmelding via Svømmetider. Ved tilmeldinger udenom Svømmetider kræves 15 kroner ekstra pr. start.

Sekretariatet

Sekretariatet åbner samtidig med adgang til hallen.

Stævneleder:

Lotte, Ann-Britt, Freja og Kristoffer – st.leder@hsk.dk.

Officials:

Der skal stilles official efter følgende antal starter for klubber med:

- mindre 10 starter - ingen official
- 11 - 39 starter - 1 official med minimum modul 2
- 40 - 99 starter - 2 official med minimum modul 2
- 100 - 179 starter - 3 official med minimum modul 2
- flere 180 starter - 4 official med minimum modul 2

Startfællesskaber betragtes ikke som én klub – det vil sige, at den enkelte klub skal stille med officials i henhold til antal starter.

Forplejning:

Der vil være morgenmad og frokost til officials, holdledere og trænere, samt kaffe, te, saft og snacks.

Vi glæder os til at se jer.

Mange hilsner
Hovedstadens Svømmeklub

Løbsprogram

LØB	GRUPPE	Årgang		Børn 1		Børn 2
		1	2	3	4	5
		11D/11P	12D/12P	13D/13P	14D/14P	15D+y/ 15P+y

FREDAG

1/2	400 fri (max 3 heat)	finale	Åben klasse				
3/4	50 fri	indledende	X	X	X	X	
5/6	50 bryst	indledende	X	X	X	X	
7/8	50 ryg	indledende	X	X	X	X	
9/10	50 fly	indledende	X	X	X	X	
11/12	400 IM (max 3 heat)	finale	Åben klasse				

LØRDAG MORGEN

13/14	200 fly	indledende	Gr. 1 + 2 sammen				
15/16	200 IM	indledende	Gr. 1 + 2 sammen		Gr. 3 + 4 sammen		
17/18	50 ryg	indledende					X
19/20	100 bryst	indledende	X	X	X	X	X Direkte finale
21/22	200 ryg	indledende	Gr. 1 + 2 sammen		Gr. 3 + 4 sammen		
23/24	100 fri	indledende	X	X	X	X	X
25/26	50 fly	indledende					X

LØRDAG FINALER

19/20	100 bryst	finale	X	X	X	X	
21/22	200 ryg	finale	Gr. 1 + 2 sammen		Gr. 3 + 4 sammen		
25/26	50 fly	finale					X
9/10	50 fly	finale	X	X	X	X	
23/24	100 fri	finale	X	X	X	X	X
13/14	200 fly	finale	Gr. 1 + 2 sammen				
17/18	50 ryg	finale					X
7/8	50 ryg	finale	X	X	X	X	
15/16	200 IM	finale	Gr. 1 + 2 sammen		Gr. 3 + 4 sammen		
27	4x50 HM, mix	finale	Gr. 1 + 2 sammen		Gr. 3 + 4 + 5 sammen		

SØNDAG MORGEN

28/29	100 ryg	indledende	X	X	X	X	X
30/31	50 bryst	indledende				X	X
32/33	200 bryst	indledende	Gr. 1 + 2 sammen		Gr. 3 + 4 sammen		
34/35	50 fri	indledende					X
36/37	100 fly	indledende	X	X	X	X	
38/39	200 fri	indledende	Gr. 1 + 2 sammen		Gr. 3 + 4 sammen		
40/41	800/1500 fri (max 2 heat)	finale	Åben klasse				



LØB	GRUPPE	Årgang	Børn 1		Børn 2		5
		1	2	3	4		
		10D/10P	11D/11P	12D/12P	13D/13P	14D+y/ 14P+y	

SØNDAG FINALER

28/29	100 ryg	finale	X	X	X	X	X
38/39	200 fri	finale	Gr. 1 + 2 sammen		Gr. 3 + 4 sammen		
30/31	50 bryst	finale					X
5+6	50 bryst	finale	X	X	X	X	
36/37	100 fly	finale	X	X	X	X	
32/33	200 bryst	finale	Gr. 1 + 2 sammen		Gr. 3 + 4 sammen		
34/35	50 fri	finale					X
3+4	50 fri	finale	X	X	X	X	
42	4x50 fri, mix	finale	Gr. 1 + 2 sammen		Gr. 3 + 4 + 5 sammen		

Stævneafvikling

Fredag:

- 400m løbene har direkte finaler for åben klasse (gruppe 1 – 4)
- 50m løbene har indledende for gruppe 1 – 4.

Medaljeoverrækkelse for løb 400m løbene vil foregå kort tid efter afviklet løb i forhallen.

Lørdag og søndag:

- 50m løbene har finaler for gruppe 1 - 4
- 100m løbene har indledende og finaler for gruppe 1 – 5, bortset fra 100 bryst, hvor gruppe 5 svømmer direkte finale i indledende og 100 fly, som gruppe 5 ikke svømmer
- 200m løbene har indledende og finaler for gruppe 1 + 2 samme og gruppe 3 + 4 sammen
- 400m løbene har direkte finale for åben klasse (gruppe 1 – 4)
- 800/1500m løbene har direkte finale for åben klasse (gruppe 1 - 2)
- 50m løbene har indledende og finaler for gruppe 5

Medaljeoverrækkelse for finaleløb vil foregå i forhallen 5 minutter efter løbet er afviklet.

