

ØST JUNIOR/SENIOR LANGBANE

Den 20. – 22. marts 2026

Bellahøj Svømmestadion

Bellahøjvej 1, 2700 Brønshøj

Dette event afholdes iht. Eventbestemmelser for Svømning, der kan findes på svoem.org.

DELTAGELSE:

Seniormesterskaber: Deltagere skal være født i 2007 eller tidligere
Juniormesterskaber: Deltagere skal være født i 2008, 2009 eller 2010.

Medlemmer af en klub under SvømDanmark kan deltage i samt erhverve medaljer i mesterskabet såfremt alderskrav er opfyldt. Udenlandske statsborgere, der er medlem af en klub under SvømDanmark, skal have gyldig starttilladelse for at stille op ved dette event. Se mere information om udenlandske statsborgeres deltagelse i SvømDanmarks nationale events i Eventbestemmelserne.

Mesterskabet er åbent for klubber fra hele Danmark. Klubber hjemmehørende øst for Storebælt har dog fortrinsret.

Holdkapper kan sammensættes af svømmere, der opfylder årgangskriterierne.

LØBSPROGRAM/KRAVTIDER:

Kravtiderne i denne invitation er angivet på den aktuelle bassinlængde. Bedste officielle tid (registreret i Svømmetider) opnået på den aktuelle bassinlængde inden for kvalifikationsperioden anvendes som anmeldelsestid. Såfremt svømmeren ikke har registreret en officiel tid på den aktuelle bassinlængde, kan anmeldelsestider, der omregnet er under kravtiden, anvendes.

Såfremt indledende heats lørdag og søndag kan afvikles på mindre end 2½ time (frasat 800 fri og 1500 fri) afvikles et samlet indledende afsnit. I modsat fald afvikles indledende heats opdelt i to dele, A- og B flight. B-flights starter senest 30 minutter efter sidste heat i A-flight hvor de resterende indledende heats bliver svømmet. Beslutning om afvikling med A- og B flight, offentliggøres samtidig med offentliggørelsen af deltagerlisten. Startlister offentliggøres umiddelbart efter afmeldingsfristen på Svømmetider og Swimify livetiming.

Svømmere med én kravtid kan ønske deltagelse i yderligere to individuelle ekstra løb og svømmere med to kravtider kan ønske deltagelse i yderligere et individuelt ekstra løb. Anmeldelse af de ønskede ekstra løb sker via Svømmetider, hvor ekstra løb kan tilmeldes, når svømmeren er tilmeldt i de ordinære løb. Svømmerens deltagelse i ekstraløb sker under hensyntagen til heatbegrænsning og anden ekstraordinær deltagerbegrænsning.



Hvis Svømmetider ikke anvendes, skal oplysninger om svømmerens licensnummer, navn, årgang, ønskede ekstra løb i prioriteret rækkefølge med angivelse af bedste opnåede tid(er) samt, om tid er opnået på kort- eller langbane inden for kravtidsperioden, oplyses i e-mail, som fremsendes særskilt til stævnekoordinatoren. Der kan ønskes ekstra løb i samtlige løb, der er indeholdt i løbsprogrammet.

Holdkapper anmeldes med angivelse af navne på formodede deltagende svømmere og opnåede tider på disse. Kun tider registreret i Svømmetider som enten individuelle tider eller tider på holdkapture inden for kvalifikationsperioden er gyldige til anmeldelse af holdkapper.

Parasvømmere kan efter godkendelse af Parasport Danmark deltage med dispensation for de gældende kravtider. Alle øvrige proportioner og regler i forbindelse med tilmelding og deltagelse er fortsat gældende. Listen over godkendte parasvømmere kan findes på SvømDanmarks hjemmeside under "Parasvøm". Tilmelding skal ske via e-mail til stævnekoordinatoren. E-mail med tilmelding skal indeholde oplysninger om svømmerens navn, årgang, licensnummer, løbsnumre og discipliner med angivelse af bedste opnåede tid(er) inden for kravtidsperioden samt om tid er opnået på kort- eller langbane.

AFMELDING OG AFLEVERING AF HOLDKAPKORT:

Afmeldinger til alle løb fredag skal være foretaget senest 1½ time før stævneafsnittets start.

Afmeldinger til alle løb i indledende afsnit lørdag og søndag skal være foretaget dagen før, senest 15 minutter efter offentliggørelsen af resultatet af sidste finaleløb.

Afmeldinger til holdkapløb kan dog ske frem til 1½ time før starten på det afsnit den pågældende holdkap afvikles i, såfremt der **ikke** er reserver i det pågældende løb.

Afmeldinger til finaler skal ske seneste 15 minutter efter offentliggørelse af det foreløbige resultat for dagens indledende løb i indledende stævneafsnit (dvs. fraset løb med direkte finale). Således er der kun én afmeldingsfrist pr. stævnedag for alle indledende løb uanset om svømmeren har deltaget i indledende heats i A-flights eller B-flights – eller i et samlet indledende afsnit.

Hvis det besluttet, at der ikke svømmes med A- og B flight, ændres afmeldingsfristen til 1½ time før start af hvert enkelt indledende afsnit. Afmelding til 800/1500m fri skal dog forsat ske dagen før, senest 15 minutter efter offentliggørelsen af resultatet af sidste finaleløb.

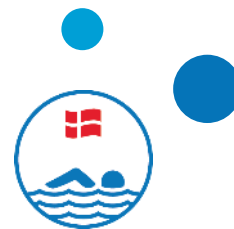
Alle afmeldinger, til såvel indledende som finaler og ændringer i holdkapkort skal ske ved anvendelse af Swimify Coach app eller skriftligt til stævnekoordinatoren.

Manglende afmelding til såvel indledende løb og finaler, samt for sen aflevering af holdkapkort, medfører en bøde til klubben på 6 gange eventgebyret for individuelle løb og 4 gange eventgebyret for holdkapper.





SVØM
DANMARK



1. Afsnit: Fredag den 20. marts kl. 16.30. Opvarmning fra kl. 15.00.

			1. års junior	2. års junior	3. års junior	Senior
1	400 m fri svømning	Damer	4:53,91	4:48,00	4:42,62	4:39,74
2	400 m fri svømning	Herrer	4:40,42	4:33,56	4:27,76	4:22,73
3	50 m fri svømning	Damer	0:29,59	0:29,02	0:28,50	0:28,22
4	50 m fri svømning	Herrer	0:27,67	0:27,01	0:26,45	0:25,97
5	50 m brystsvømning	Damer	0:37,38	0:36,55	0:35,79	0:35,39
6	50 m brystsvømning	Herrer	0:35,57	0:34,32	0:33,26	0:32,35
7	50 m rygsvømning	Damer	0:33,81	0:33,12	0:32,49	0:32,15
8	50 m rygsvømning	Herrer	0:32,04	0:30,97	0:30,06	0:29,28
9	50 m butterfly	Damer	0:31,55	0:30,85	0:30,21	0:29,87
10	50 m butterfly	Herrer	0:29,93	0:28,95	0:28,11	0:27,39
11	4 x 200 m fri svømning	MIX	Direkte finale			
	Medaljeoverrækkelse					

2. Afsnit: Lørdag den 21. marts kl. 09.00. Opvarmning fra kl. 7.30.

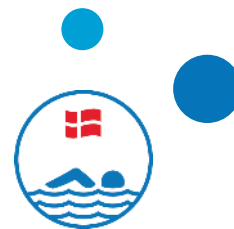
A-flight			1. års junior	2. års junior	3. års junior	Senior	Heat
12	400 m indv. Medley	Damer	5:41,77	5:34,98	5:28,79	5:25,48	
13	400 m indv. Medley	Herrer	5:20,93	5:10,26	5:01,25	4:53,43	
14	200 m fri svømning	Damer	2:19,03	2:15,96	2:13,17	2:11,68	4
15	200 m fri svømning	Herrer	2:11,74	2:08,27	2:05,33	2:02,78	4
16	100 m rygsvømning	Damer	1:12,33	1:10,87	1:09,54	1:08,82	4
17	100 m rygsvømning	Herrer	1:07,94	1:05,91	1:04,18	1:02,69	4
18	200 m butterfly	Damer	2:43,73	2:38,14	2:33,03	2:30,31	4
19	200 m butterfly	Herrer	2:35,79	2:29,99	2:25,08	2:20,83	4
20	100 m brystsvømning	Damer	1:21,80	1:20,17	1:18,69	1:17,90	4
21	100 m brystsvømning	Herrer	1:18,09	1:15,74	1:13,75	1:12,03	4

B-flight			1. års junior	2. års junior	3. års junior	Senior
14	200 m fri svømning	Damer	2:19,03	2:15,96	2:13,17	2:11,68
15	200 m fri svømning	Herrer	2:11,74	2:08,27	2:05,33	2:02,78
16	100 m rygsvømning	Damer	1:12,33	1:10,87	1:09,54	1:08,82
17	100 m rygsvømning	Herrer	1:07,94	1:05,91	1:04,18	1:02,69
18	200 m butterfly	Damer	2:43,73	2:38,14	2:33,03	2:30,31
19	200 m butterfly	Herrer	2:35,79	2:29,99	2:25,08	2:20,83
20	100 m brystsvømning	Damer	1:21,80	1:20,17	1:18,69	1:17,90
21	100 m brystsvømning	Herrer	1:18,09	1:15,74	1:13,75	1:12,03
22	1500 m fri svømning	Damer	19:27,59	19:04,12	18:42,71	18:31,27
23	800 m fri svømning	Herrer	9:42,59	9:28,31	9:16,25	9:05,79





SVØM
DANMARK



3. Afsnit: Lørdag den 21. marts kl. 16.30. Opvarmning fra kl. 15.00.

Start	Løb	Disciplin		
16:30	3	50 m fri svømning	Damer	B- og A Finale
16:35	4	50 m fri svømning	Herrer	B- og A Finale
16:40	9	50 m butterfly	Damer	B- og A Finale
16:46	10	50 m butterfly	Herrer	B- og A Finale
16:51		Medaljeoverrækkelse		
16:57	12	400 m indv. Medley	Damer	Formodet bedste heat
17:05	13	400 m indv. Medley	Herrer	Formodet bedste heat
17:12		Medaljeoverrækkelse		
17:18	14	200 m fri svømning	Damer	B- og A Finale
17:27	15	200 m fri svømning	Herrer	B- og A Finale
17:36		Medaljeoverrækkelse		
17:42	16	100 m rygsvømning	Damer	B- og A Finale
17:48	17	100 m rygsvømning	Herrer	B- og A Finale
17:55		Medaljeoverrækkelse		
18:01	18	200 m butterfly	Damer	B- og A Finale
18:10	19	200 m butterfly	Herrer	B- og A Finale
18:19		Medaljeoverrækkelse		
18:25	20	100 m brystsvømning	Damer	B- og A Finale
18:33	21	100 m brystsvømning	Herrer	B- og A Finale
18:39		Medaljeoverrækkelse		
18:45	22	1500 m fri svømning	Damer	Formodet bedste heat
19:06	23	800 m fri svømning	Herrer	Formodet bedste heat
19:18		Medaljeoverrækkelse		
19:24	24	4 x 100 m fri svømning	Damer	Direkte finale
19:48	25	4 x 100 m fri svømning	Herrer	Direkte finale
20:12		Medaljeoverrækkelse		
20:18		Stævneafsnit slut		



4. Afsnit: Søndag den 22. marts kl. 9.00. Opvarmning fra kl. 7.30.

A-flight			1. års junior	2. års junior	3. års junior	Senior	Heat
26	200 m indv. Medley	Damer	2:38,63	2:35,89	2:33,39	2:32,05	4
27	200 m indv. Medley	Herrer	2:29,38	2:25,83	2:22,83	2:20,23	4
28	100 m fri svømning	Damer	1:03,95	1:02,78	1:01,71	1:01,13	4
29	100 m fri svømning	Herrer	0:59,67	0:58,12	0:56,81	0:55,68	4
30	200 m rygsvømning	Damer	2:34,10	2:30,88	2:27,95	2:26,38	4
31	200 m rygsvømning	Herrer	2:27,93	2:23,95	2:20,58	2:17,67	4
32	100 m butterfly	Damer	1:12,70	1:10,84	1:09,14	1:08,24	4
33	100 m butterfly	Herrer	1:07,13	1:04,51	1:02,29	1:00,37	4
34	200 m brystsvømning	Damer	2:58,29	2:54,93	2:51,87	2:50,23	4
35	200 m brystsvømning	Herrer	2:47,63	2:42,86	2:38,82	2:35,33	4

B-flight			1. års junior	2. års junior	3. års junior	Senior
26	200 m indv. Medley	Damer	2:38,63	2:35,89	2:33,39	2:32,05
27	200 m indv. Medley	Herrer	2:29,38	2:25,83	2:22,83	2:20,23
28	100 m fri svømning	Damer	1:03,95	1:02,78	1:01,71	1:01,13
29	100 m fri svømning	Herrer	0:59,67	0:58,12	0:56,81	0:55,68
30	200 m rygsvømning	Damer	2:34,10	2:30,88	2:27,95	2:26,38
31	200 m rygsvømning	Herrer	2:27,93	2:23,95	2:20,58	2:17,67
32	100 m butterfly	Damer	1:12,70	1:10,84	1:09,14	1:08,24
33	100 m butterfly	Herrer	1:07,13	1:04,51	1:02,29	1:00,37
34	200 m brystsvømning	Damer	2:58,29	2:54,93	2:51,87	2:50,23
35	200 m brystsvømning	Herrer	2:47,63	2:42,86	2:38,82	2:35,33
36	800 m fri svømning	Damer	10:02,33	9:50,23	9:39,20	9:33,30
37	1500 m fri svømning	Herrer	18:32,32	18:05,06	17:42,01	17:22,04

5. Afsnit: Søndag den 22. marts kl. 16.30. Opvarmning fra kl. 15.00

Start	Løb	Disciplin		
16:30	7	50 m rygsvømning	Damer	B- og A Finale
16:35	8	50 m rygsvømning	Herrer	B- og A Finale
16:41	5	50 m brystsvømning	Damer	B- og A Finale
16:46	6	50 m brystsvømning	Herrer	B- og A Finale
16:52		Medaljeoverrækkelse		
16:58	26	200 m indv. Medley	Damer	B- og A Finale
17:07	27	200 m indv. Medley	Herrer	B- og A Finale
17:16		Medaljeoverrækkelse		
17:22	28	100 m fri svømning	Damer	B- og A Finale
17:29	29	100 m fri svømning	Herrer	B- og A Finale
17:35		Medaljeoverrækkelse		
17:41	30	200 m rygsvømning	Damer	B- og A Finale
17:50	31	200 m rygsvømning	Herrer	B- og A Finale
17:59		Medaljeoverrækkelse		
18:05	32	100 m butterfly	Damer	B- og A Finale
18:12	33	100 m butterfly	Herrer	B- og A Finale
18:19		Medaljeoverrækkelse		
18:25	34	200 m brystsvømning	Damer	B- og A Finale
18:35	35	200 m brystsvømning	Herrer	B- og A Finale
18:44		Medaljeoverrækkelse		
18:50	36	800 m fri svømning	Damer	Formodet bedste heat
19:02	37	1500 m fri svømning	Herrer	Formodet bedste heat
19:22		Medaljeoverrækkelse		
19:28	38	4 x 100 m Medley	Damer	Direkte finale
19:55	39	4 x 100 m Medley	Herrer	Direkte finale
20:21		Medaljeoverrækkelse		
20:27		Stævneafsnit slut		

Bemærk: Der er ingen kravtider i holdkapløbene. Bemærk reglerne for anmeldelse under "LØBSPROGRAM/KRAVTIDER" i denne invitation. Der medtages hold svarende til 4 heat pr. løb. En klubs / startfællesskabs 1. hold medtages før alle klubbers/startfællesskabers eventuelle 2. og 3. hold.

Er der reservehold til nogle af holdkapløbene, vil dette fremgå af startlisten, der er offentliggjort på Livetiming og Swimify.

Tidsplaner for finaleafsnit er beregnet ud fra, at der i alle holdkapper er 4 heat.



AFVIKLING:

- 400 m medley, 800 m fri og 1500 m fri afvikles med direkte finale og formodet bedste heat i finaleafsnittet. Alle heat, udover formodet bedste heat, i 400 m medley afvikles sammen med A-flight og alle heat, udover formodet bedste heat, i 800 og 1500 m fri afvikles sammen med B-flight. 400 m fri afvikles med direkte finale. Der kåres mestre for både junior- og seniorsvømmere. I løb med direkte finale uddeles senior medaljer til de svømmere, der har opnået de tre hurtigste tider sammenlagt uanset svømmerens aldersgruppe. Juniormedaljerne uddeles til de juniorsvømmere der har opnået de bedste juniortider.
- Alle individuelle løb på 50, 100 og 200 m afvikles med A- og B-flights. Der svømmes indledende og B- og A-finale. A-finalen udgøres af de svømmere, der har opnået de 6 (8) bedste tider i indledende heats. B-finalen udgøres af de næste 6 (8) tider. B-finaler afvikles før A-finaler. Vinderen af A-finalen er Seniormester, nr. 2 og 3. i A-finalen tildes henholdsvis sølv- og bronzemedalje. Den hurtigste juniorsvømmer blandt A-finale deltagerne er Juniormester. Den næst hurtigste juniorsvømmer tildes sølv og den tredje hurtigste bronze. Såfremt der er færre end 3 juniorsvømmere blandt A-finale deltagerne, tildes resterende medaljer den/de hurtigste juniorsvømmere i B-finalen. Såfremt der er mindre end 3 juniorsvømmere i A- og B-finalen tilsammen, fordeles den/de resterende medaljer ud fra opnåede tid(er) i indledende heat.
- Alle holdkapper afvikles med direkte finale. Der uddeles kun et sæt medaljer i holdkapper i en samlet konkurrence på tværs af aldersgrupperne.
- Medaljeoverrækkelsen for juniorsvømmere skal ske sammen med seniorsvømmere for samme løb. Først junior derefter senior.

TEKNISK MØDE:

Teknisk møde afholdes online tidligst 2 dage før stævnestart. Tidspunkt og link til mødet offentliggøres på svømmetider senest 14 dage før stævnestart. Teknisk møde er for såvel trænere som holdledere. Her godkendes deltagerlisten og evt. væsentlige ændringer ift. invitationen vil blive annonceret. Der vil være en kort orientering fra Stævnekoordinator, Overdommere og lokalarrangører. Alle deltagende klubbers repræsentant fra Svømmetider.dk får direkte invitation til at deltage i mødet og linket til onlinemøde vil blive lagt på svømmetider.dk, så alle relevante personer kan få adgang til teknisk møde.

EVENTGEBYR:

Eventgebyret er i individuelle løb kr. 82,00 pr. anmeldt start. I holdkapløb er gebyret 171,00 kr. pr. anmeldt start. Eventgebyret opkræves, uanset at svømmer/hold afmeldes eller ikke møder til start.

Anmeldelse sker via Svømmetider eller alternativt ved fremsendelse af tilmeldingsfil til direkte indlæsning i Swimify Meet Manager til stævnekoordinatoren. Anmeldelser modtaget på anden vis tillægges et gebyr på kr. 25,- pr. start.

Såfremt anmeldelse af ekstra løb ikke sker via Svømmetider tillægges der ligeledes et gebyr på kr. 25,- pr. start.



ANMELDELSE/ANMELDESESRIST:

Anmeldelsesfristen er onsdag den 25. februar 2026. Denne dato skal anmeldelserne være indført i Svømmetider senest kl. 23.59 eller alternativt fremsendt direkte til stævnekoordinatoren pr. e-mail evt. vedhæftet en tilmeldingsfil til direkte indlæsning i Swimify Meet Manager.

Der kan anvendes tider fra og med den 1. januar 2025.

KLUBBERNES OFFICIALS:

Alle deltagende klubber skal stille med officials i henhold til følgende retningslinjer:

- Ved 15 tilmeldte starter eller derover pålægges den enkelte klub at stille med 1 official med modul 2 (Dommeruddannet) under hele eventen.
- Ved 50 starter eller derover skal der enten anmeldes 1 official med modul 4 (Ledende tidtager/måldommer) eller 2 official med Modul 2 (Dommeruddannet).
- Ved 80 starter eller derover skal der enten anmeldes 2 dommeruddannede official heraf mindst 1 med modul 4 (Ledende tidtager/måldommer) eller 3 official med modul 2 (Dommeruddannet).

Hvis der efter anmeldelsesfristen afmeldes svømmere og antallet af starter derfor reduceres, medfører dette ikke ændring i det oprindelige krav om antal og uddannelse af officials.

Ved anmeldelsen af 1 official med modul 4 ved 50 eller flere starter, kan denne anmeldelse ikke efterfølgende ændres til 2 officials med modul 2. Tilsvarende kan anmeldelse af 2 officials med modul 2 ved 50 eller flere starter, heller ikke efterfølgende ændres til 1 official med modul 4. Antallet af starter er summen af individuelle starter og holdkapstarter

Officials tilmeldes via Svømmetider eller alternativt via e-mail direkte til stævnekoordinatoren inden tilmeldingsfristens udløb.

Official skal selv medbringe hvid official T-shirt.

STÆVNEKOORDINATOR

Kathrine Frederiksen, tlf: 2858 6758, E-mail: kathrine.frederiksen@gmail.com

