

HOLSTEBRO SVØMMECLUB



STÆRKT FÆLLESSKAB
TALENTUDVIKLING &
UNIKKE OPLEVELSER

DREJEBOG FOR HOLSTEBRO SWIM CUP

| | |
|---------------------------|---|
| HOLSTEBRO SWIM CUP | Der er tale om et 3-dages stævne for de yngste svømmere med start fredag eftermiddag/aften hvor der ikke svømmes, men laves et socialt arrangement. Der svømmes lørdag formiddag/eftermiddag og afholdes socialt arrangement om aftenen. Der svømmes søndag formiddag. |
| DATO | Stævnet afholdes i slut januar / start februar. Stævnet afholdes altid i weekenden efter Limfjords Cup. Tag evt. kontakt til Struer Svømmeclub v/Henrik Hedegaard for at få en dato for Limfjords Cup. hh40630312@gmail.com . Vær obs på, at det kommer i stævnekalenderen. |
| BOOK VAND | Kontakt den bredde-ansvarlige på hsc@hsc-holstebro.dk så booker de vandet i svømmehallen. Gøres så snart datoen er fastlagt. Stævnet afholdes i Holstebro Svømmestadion. |
| BOOK OVERDOMMERE | Følgende overdommere er tidligere benyttet og kan evt. kontaktes: Troels Iversen: troels@familieniversen.dk Jan Moesgaard: jam@indata.dk Peter Sunesen: famsunesen@gmail.com Der købes en gave til overdommeren som TAK for hjælpen. Værdi ca. 500 kr. Gives ved stævneslut. |
| K-UDVALGET | Indkald til et møde med K-udvalget stævnet. De sørger for oprettelse af løbene. Dette gøres så snart datoen er sat. K-udvalget ligger en "stævne teaser" ud på svømmetider.dk ca. 3 mdr. før stævnet. *Se afsnit om teaser. Der skal laves en indbydelse og et tilmeldingsskema vedr. mad, overnatning og antal officials. Indbydelse og skema ligger på Svømmetider.dk ca. 2 mdr. før stævnet. Kontakt evt. Heidi Lindholm for kopi af tidligere teaser, indbydelse og skema. kasserer@hsc-holstebro.dk eller tlf. 25883532. |

| | |
|---------------------------|---|
| | <p>Aktivitetsudvalget laver indbydelsen og skemaet og K-udvalget sørger for at ligge det på svømmetider.dk</p> |
| STÆVNEANSVARLIG | <p>Der skal udpeges 2-4 stævneansvarlige der kan være gennemgående under hele planlægningsfasen og som kan deltage under hele stævnet.</p> <p>De stævneansvarlige er bindeled imellem HSC og de tilmeldte klubber og står for at stævnet "glider".</p> <p>Det vil være en stor fordel hvis det er et eller to "makkerpar", så ansvaret og opgaverne kan deles ud på flere.</p> <p>*/ Se opgaveliste Stævneansvarlig længere nede.</p> |
| TEASER | <p>Der laves en flyer/teaser for stævnet, der uddeles til de andre klubber i forbindelse med begynderstævner i løbet af efteråret.</p> <p>Teaseren udleveres til K-udvalget, så de kan ligge den på svømmertider.dk</p> |
| OVERNATNING | <p>Der skal bookes overnatning til svømmerne i umiddelbar nærhed af svømmehallen.</p> <p>Rolf Krake Skolen ligger i gåafstand fra svømmehallen og kan kontaktes på tlf. 9611 6300 eller rolf.krake.skolen@holstebro.dk</p> <p>Bestilling af overnatning på skolen skal ske umiddelbart efter datoen er fastlagt.</p> <p>Bestillingen sker via www.holstebro.dk, "Kultur og Fritid", "Foreninger", "Overnatning på skoler", "Sådan gør du", anmod om overnatning.</p> <p>OBS: Der kræver en digital signatur, at bestille overnatning.</p> <p>HSC's egne svømmere tilbydes også overnatning, da det er et stævne hvor de skal samle erfaring med at sove ude.</p> <p>Der skal regnes med ca. 150 antal overnattende.</p> |
| BRANDMYNDIGHEDERNE | <p>Midlertidig overnatning på skoler o.l. skal anmeldes til brandmyndighederne.</p> <p>Det gøres via www.nvbrand.dk, "selvbetjening", "Midlertidig overnatning".</p> |

| | |
|--------------------------|---|
| | <p>Det fremgår af hjemmesiden, hvilke krav, der er til, at lokalerne må bruges til overnatning. Anmelderen af overnatning står inde for, at disse krav er/bliver overholdt.</p> <p>Overnatning skal anmeldes seneste 2 uger før overnatning finder sted.</p> <p>I visse tilfælde er der krav om "vågne vagter". Vi har tidligere anmodet brandmyndigheder om, vi vil være vågne vagter for os. Forespørgslen sendes til brandmyndighedens almindelige e-mail.</p> <p>Såfremt brandmyndigheder stiller med vågne vagter vil klubben blive opkrævet betaling for dette. Endvidere skal vi sørge for, at der en repræsentant fra klubben/stævnet, der tager imod vagterne når de kommer samt overtager vagten, når de går igen.</p> <p>Det vil være en fordel, hvis man allerede i forbindelse med planlægning gør sig bekendt med kravene til overnatningsstedet samt igen, når anmeldelsen sendes.</p> |
| <p>BESPISNING</p> | <p>Det er en mulighed at kontakte Holstebro Aktivitetscenter på Danmarksgade. Der kan man leje lokaler til spisning og de kan leverer maden.</p> <p>Holstebro Aktivitetscenter, Danmarksgade 13 A, 7500 Holstebro. Tlf. 9741 4933 eller mail hacaktiv@holstebroaktivitetscenter.dk</p> <p>Det vil være nødvendigt at bestille følgende måltider hos dem: Aftensmad fredag aften. Frokost og aftensmad lørdag.</p> <p>Frokosten søndag er sandwich, som laves af HSC frivillige.</p> <p>Der skal afstemmes en menu med Aktivitetscentret, således at det bliver nem og børnevenlig mad. Det kunne evt. være lasagne, gryderet m. ris, frikadeller og pastasalat, pastaret med salat eller lign.</p> <p>Prisen for maden skal aftales hurtigst muligt, da prisen skal fremgå af stævneindbydelsen.</p> <p>I forhold til morgenmad lørdag og søndag, skal det foregå på Rolf Krake Skolen i gymnastiksalen.</p> |

| | |
|----------------------------|--|
| | <p>HSC skal købe ind til dette og det skal sættes frem og tages væk af HSC's frivillige.</p> <p>Menuforslag til morgenmad kunne være: Havregryn og cornflakes Mælk Yoghurt Müsli Rundstykker Smør Pålæg Juice</p> <p>Klubben har en aftale med Lars Stendys vedr. levering af gratis rugbrød og rundstykker. Han kan kontaktes på mail lars@stendys.com eller tlf. 21629934</p> <p>Såfremt der er rugbrød med i aftalen, skal det meget gerne være skiveskåret ved afhentning. OBS: Lars Stendys kan også skaffe rugbrød, hvis bestillingen komme senest to uger før vi skal bruge det.</p> <p>Det skal aftale hvor og hvornår brødet kan afhentes og hvem der sørger for det.</p> <p>HUSK vand (flasker) eller drikkedunke, slik og frugt til official</p> |
| <p>EVENT Stævne</p> | <p>Opret event på Klubmodul. Dette gøres i midten af november.</p> <p>Aktivitetsudvalget opretter eventet. Der ligger kopi af sidste års event, der evt. kan kopieres.</p> <p>De stævneansvarlige skal fremgå af eventet, så klubberne har en kontakt.</p> <p>Hvis der svømmes på 6 baner, skal der bruges følgende officials og øvrige hjælpere både lørdag og søndag:</p> <p>6 x modul 1 7 x modul 2 (inkl. en banedommer) 1 x modul 3 (Starter) 1 x modul 4 (Ledende tid) 1 Speaker</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>2-3 holdledere (der kan overnatte) 4-5 runners/medalje-uddelere/div.</p> <p>Det tilstræbes af "gæsteklubberne" stiller med de nødvendige officials, således at HSC's frivillige kan bruges andre steder.</p> <p>Gæsteklubberne skal kunne melde sig til at komme både fredag aften og lørdag morgen.</p> <p>Desuden skal der ca. bruges: 1-2 til indkøb til officialsforplejning + boden lørdag aften + morgenmad til svømmerne + hygge til trænerne lørdag aften. 2 til indtjekning på overnatningsstedet fredag. 2 til udtjekning på overnatningsstedet søndag. 1 til at tilberede forplejning til officials lørdag og søndag. 3 til klargøring af svømmehallen lørdag morgen. 3 til oprydning i svømmehallen søndag eftermiddag. 3 til klargøring og servering af morgenmad på skolen lørdag og søndag. 2 til servering af frokost på aktivitetscenteret lørdag og søndag 2 til servering af aftensmad på aktivitetscentret fredag og lørdag.</p> |
| <p>EVENT Sociale aktiviteter</p> | <p>Der afholdes Poolparty fredag aften for svømmerne og der afholdes disko eller anden form for hygge/aktiviteter lørdag aften for svømmerne.</p> <p>Dette skal HSC's ældste svømmere hjælpe med at afvikle.</p> <p>Der oprettes et event, hvor de store svømmere kan tilmelde sig disse opgaver.</p> <p>Der skal bruges ca. 6 svømmere både fredag og lørdag.</p> <p>Trænerne for Årgang og Junior/senior skal informeres om, at eventet er lagt op og opfordre svømmerne til at melde sig på!</p> |
| <p>REKVISITTER</p> | <p>I forbindelse med afviklingen af stævnet skal der bruges nogle rekvisitter.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Der skal bruges t-shirts til t-shirtholdkappen (6-8 stk evt. official t-shirts) og der skal bruges 8-tals |

| | |
|---|---|
| | <p>plader med tov i til pladeholdkappen (4 stk. plader + tov)</p> <ul style="list-style-type: none"> • HSC har t-shirts og plader + tov liggende i kælderen. Det skal findes frem og sikres at det er i orden. • Musikanlæg fra klubben medbringes til poolparty fredag. • Popcornmaskine til lørdag aften. (Skal fragtes ud på skolen) <p>HSC har en popcornmaskine i kælderen. Den skal findes og sikres at den fungerer.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Førstehjælpstaske, hvor der er adgang til plaster, mindre forbindinger o.lign. Sørge for at der er isposer tilgængeligt i HSC. • Officials t-shirts. • Stopure. • Clipboards med kuglepenne og uofficielle disk. sedler. • Affaldssække til pantflasker og vasketøj. • Tape til at sætte resultater op med. |
| <p>MEDALJER/PRÆMIER (Bestilling)</p> | <p>Bestilling af medaljer.</p> <p>Medaljer kan bestilles via www.pokalbutikken.dk</p> <p>Hvis der skal bestilles klistermærker til medaljerne kan de bestilles på www.ikastetiket.dk eller via www.pokalbutikken.dk. Kig evt. på priserne ☺</p> <p>Såfremt der bestilles medaljer i str. 50mm så skal et evt. klistermærke være str. 25 mm.</p> <p>Husk at bestille bånd til medaljerne. Tjek evt. hvad klubben har liggende, da der ofte er både bånd og medaljer tilovers fra tidligere stævner.</p> <p>Der skal også købes én 1. og 2. og 3. plads præmie til trænerløbet. Det har tidligere været gavekort til f.eks. Sport24 på 100 kr., 150 kr. og 200 kr.</p> |

| | |
|---|--|
| | <p>Trænerløbet er samlet for alle trænerne og deles ikke op i herre/damer.</p> |
| <p>MEDALJER (Antal)</p> | <p>Der skal bestilles følgende, såfremt alle årgange er repræsenteret og tilmeldt alle løb:</p> <p>184 Guldmedaljer 184 Sølvmedaljer 184 Bronzemedaljer.</p> <p>Kontakt K-udvalget inden bestilling, de kan lave en cirka optælling af de tilmeldte årgange, så der ikke bestilles alt for mange medaljer.</p> |
| <p>SOCIALE AKTIVITETER</p> | <p><u>FREDAG:</u> Der laves sjove aktiviteter med svømmerne fredag aften. Det kan være Poolparty, boldspil og sjove konkurrencer. Det er de store HSC svømmere der står for at planlægge og afvikle aktiviteterne, med støtte fra de voksne på stedet.</p> <p>De HSC svømmere der skal stå for aktiviteterne kan evt. lave en fælles Messengergruppe eller lign. hvor de kan planlægge aktiviteterne inden stævnet. Hvis de har brug for remedier, så skal de sige til i god tid inden!</p> <p><u>LØRDAG:</u> Der afholdes diskotek lørdag aften i gymnastiksalen på Rolf Krake.</p> <p>Der er tidligere blevet benyttet en DJ, som havde tilhørsforhold til klubben.</p> <p>HSC har en bod i hallen lørdag aften, hvor svømmerne til favorable priser kan købe slik, sodavand og popkorn.</p> <p>Det er de store HSC svømmere der bemander boden og står for underholdningen.</p> <p>Lørdag aften laves der også lidt træner/holdleder/officials hygge. Til dette skal der indkøbes lidt snacks og drikkevarer øl/vin/vand.</p> |
| <p>OPGAVER SOM STÆVNEANSVARLIG</p> | <p>De stævneansvarlige har det overordnede overblik og ansvar for, at stævnet bliver afviklet så godt som muligt.</p> <p>Det betyder dog IKKE, at de skal arrangere det hele selv og stå for alt logistikken selv. Mange lavpraktiske</p> |

opgaver kan uddelegeres, det er bare de stævneansvarliges ansvar at opgaverne bliver gjort og at holde styr på hvem der gør hvad.

Forud for stævnet:

- Have kommunikationen med gæsteklubberne, såfremt der er spørgsmål vedr. stævnet.
- Mødes med skolen for at få instrukser i evt. alarmer, nøgler, rengøring, ekstra toiletteppir mm.
- Mødes med Aktivitetscentret for at få instrukser omkring stedet, forventningsafstemme og orientere dem omkring ca. tidspunkter for måltiderne.
- Lave en liste over telefonnumre der kunne være relevante i løbet af stævnet (pedel, bespisning, centrale frivillige fra HSC)
- Sikre sig at alle rekvisitter der skal bruges i løbet af stævnet er til stedet og funktionelle (* / se under rekvisitter). Samt sørge for at de kommer ud på skolen, hvis det er nødvendigt eller er tilgængelige i HSC hvis det er nødvendigt.
- Lave skilte til skolens lokaler, så hver klub kan se hvor de skal sove henne og der kan skrives antal overnattende på.
- Der skal laves en plan over hvor mange klasselokaler den enkelte klub har rådighed over. Afhængigt af antal tilmeldte overnattende.
- Lave skilte til Svømmehallen med anvisning til køkken, mødelokaler og stævnekontor.

Fredag på skolen:

- Der skal sættes skilte op på klasselokalerne forud for klubbernes ankomst. (Kan gøres af "indtjekkeren" før klubberne kommer)
- Der skal tages fotos af klasselokalerne, så det kan dokumenteres hvordan de så ud, før klubberne kom og sov. (Kan bruges ved udtjekning søndag, så der kan dokumenteres for evt. skader) (Kan gøres af "indtjekkeren" før klubberne kommer)
- Notere navn og telefonnummer på holdenes holdledere, så de kan kontaktes i løbet af stævnet efter behov. (Kan gøres af "Indtjekkeren" i et skema der afleveres til den stævneansvarlige.
- Sørge for at holdlederne får tlf. nr. til den stævneansvarlige så de ved hvem de skal ringe til, hvis der bliver spørgsmål om noget i løbet af weekenden.

- Klubberne skal instrueres i flugtveje når de vises hen til klasselokalet.

Fredag i svømmehallen:

- Tage imod de frivillige (både voksne og de store svømmere) og instruere dem i deres arbejdsopgaver og hjælpe dem i gang. Det kan være med opstilling af udstyr, legeonkle opgaver, oprydning m.m.
- Hjælpe med at udlevere/påvise de nødvendige rekvisitter, såfremt der skal bruges nogen til aftenens aktiviteter.
- Være tilstede ved aftensmaden, for at sikre at det fungerer som det skal og at alle får mad. Være bindeled til køkkenet.
- Sikre sig at alt er som det skal være, inden man går hjem fredag aften.

Lørdag på skolen:

- Møde på skolen og tage imod de frivillige og instruere dem i deres opgaver omkring morgenmad (Opsætning, servering og oprydning).
- Sikre sig at alle får morgenmad.
- Sikre sig at der er toiletpapir/håndklæder på toiletterne og at alt fungerer.

Lørdag i svømmehallen

- Tage ned i HSC og sætte skilte op til køkken, mødelokaler og stævnekontor. (Kan også gøres fredag aften)
- Tage imod de frivillige i HSC og instruere dem i deres opgaver i løbet af dagen:
 - *Klargøring af hallen (banetove, vendeflag, borde, stole, speakeranlæg, starteranlæg, skraldespande)
 - *Runnere (samle tider ind, hænge resultater op, optælle og overrække medaljer, gå med forplejning til officials.
 - *Køkkenhjælp. (Lave kaffe. Klargøre frugt og slik til officials. Klargøre frugt til HSC svømmerne)
- Tage imod overdommeren når han ankommer.
- Klargøre mødelokalet til holdledermøde og officialsmøde:
 - Kaffe og rundstykker
 - Officials t-shirts
 - Vandflasker

Stopure

Clipboards, kuglepenne, programmer og disk.
sedler

Affaldsposer til pant og vasketøj

- Byde velkommen til holdledermødet:
Introducere Jer selv og orientere omkring
placering af køkkenet og hvor og hvornår der skal
spises.
Oplyse om træner/leder hygge lørdag aften.
Oplyse omkring udtjekning søndag og opbevaring
af bagage.
Oplyse om kontakt telefon, hvis der er spørgsmål.
- Byde velkommen til officialsmødet:
Introducere jer selv. Orienter kort omkring
stævnets formål og de specielle holdkapper.
Vise hvor de finder t-shirts, stopure, mapper,
kuglepenne, vandflasker m.m
Bede dem returnere pantflasker i anvist pose
Bede dem returnere t-shirts i anvist pose
- Være til stedet i hallen og sørge for at alting
glider.
- Holde øje med om tidsplanen holder og orienter
Aktivitetscentret hurtigst muligt, såfremt
tidsplanen forskydes i forhold til frokost.
- Sikre sig at alle får frokost og at der er mad nok til
alle svømmere. Bindeled til køkkenet.
- Klargøre til eftermiddagens svømmeafsnit.
Sikre sig at t-shirts og 8-tals plader m. tov er klar til
holdkapperne.
Sørge for at rekvisitterne bliver pakket sammen
igen og lagt væk.
- Holde øje med om tidsplanen holder og orientere
Aktivitetscenteret hurtigst muligt, såfremt
tidsplanen forskydes i forhold aftensmad.
- Deltage i møde efter stævnet med overdommer og
officials, hvor de gennemgår dagen.
- Sikre sig at alle får mad og der er mad nok til alle.
Bindeled til køkkenet.
- Sørge for at der bliver ryddet op i hallen og der er
klart til søndagens svømmeafsnit.
- Sørge for at der bliver ryddet op i mødelokalerne
og køkkenet så det er klar til søndag morgen.

Lørdag aften på skolen:

- Tage imod de frivillige og hjælpe dem i gang med
aftenens aktiviteter:
Legeonkler

Musik

Bod

- Stille forplejning frem til de voksne (snacks og drikkevarer)
- Sørge for at der bliver ryddet op efter aktiviteterne når de er færdige.
- Sikre sig at der er toiletpapir/håndklæder og at alt fungerer inden man tager hjem.

Søndag på skolen:

- Tage imod de frivillige og instruere dem i deres opgaver omkring morgenmad (Opsætning, servering og oprydning).
- Sikre sig at alle får morgenmad.
- Besigtige klasselokaler i forbindelse med udtjekning.
- Kontakte pedellen (som det nu er blevet aftalt) for overlevering af skolen, nøgler m.m.

Søndag i svømmehallen

- Tage imod de frivillige og instruere dem i deres opgaver i løbet af dagen:
 - *Klargøring af hallen (banetove, vendeflag, borde, stole, speakeranlæg, starteranlæg, skraldespande)
 - *Runnere (samle tider ind, hænge resultater op, optælle og overrække medaljer, gå med forplejning til officials.
 - *Køkkenhjælp. (Lave kaffe. Klargøre frugt og slik til officials. Klargøre frugt til HSC svømmerne)
- Klargøre mødelokalet til holdledermøde og officialsmøde:
 - Kaffe og rundstykker
 - Officials t-shirts
 - Vandflasker
 - Stopure
 - Clipboards, kuglepenne, programmer og disk.
 - sedler
 - Affaldsposer til pant og vasketøj.
- Deltage i holdledermøde og officials møde, hvis der er spørgsmål.
- Være tilstede i svømmehallen i løbet af stævnet, for at sikre at alt glider.
- Holde øje med om tidsplanen holder i forhold til frokost. Aktivitetscentret skal underrettes hurtigst muligt, såfremt tiden ikke passer.

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• Deltage i møde med overdommer og officials efter stævnet er slut, omkring hvordan stævnet er gået.• Sørge for at alle kommer over og spiser og at der er mad nok til alle. Bindeled til køkkenet• Sørge for at der bliver ryddet op i svømmehallen, i mødelokalet og i køkkenet, så alt efterlades pænt. |
|--|--|