

Danmarksmesterskaber for årgang Langbane

29. juni - 2. juli 2019

Nørresundby Idrætscenter – Svømmeland

Aalborg Svømmeklub tilbyder i forbindelse med afholdelse af DM Årgang Langbane 2019 såvel overnatning som bospising.

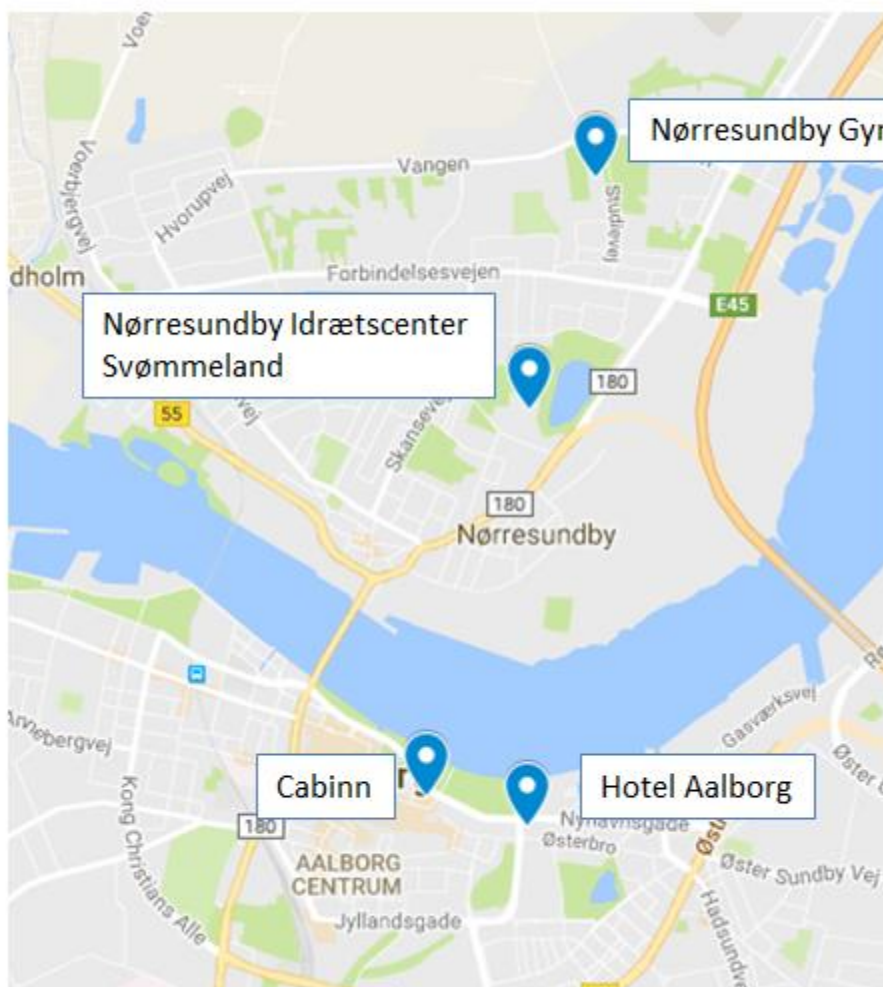
Indkvartering på skole:

Aalborg Svømmeklub tilbyder overnatning på Nørresundby Gymnasium, Studievej 14, 9400 Nørresundby. Afstand til Nørresundby Idrætscenter er ca. 1,5 km.

Overnatning vil være mulig fra fredag aften. Der er dog fest på skolen og de er i Hallen.

Da skolen har et begrænset antal pladser, kan det blive nødvendigt at tage andre nærliggende skoler i brug. Pladser tildeles efter først til mølle.

Skolen skal forlades i samme stand som ved ankomsten.



Danmarks mesterskaber for årgang Langbane

29. juni - 2. juli 2019

Nørresundby Idrætscenter – Svømmeland

Indkvartering i øvrigt:

Der er mulighed for at overnatte på Nørresundby idrætscenter, her er et begrænset antal pladser og man kan booke værelserne ved at kontakte Lars Dam centerleder på mail. ldm@nsbic.dk

Dansk svømmeunion har indgået aftale om en special rabat hos alle Cabinn (Aalborg centrum). Dette tilbud kan benyttes ved at oplyse at man er medlem af dansk svømmeunion ved bestilling hos Cabinn til jm@cabinn.com

Man kan også kontakte Aalborg Hotel Apartments på tlf. 96 63 84 84

I øvrigt henvises til hoteller i byen.

Forplejning:

Alle måltider (også morgenmad) vil blive serveret i Nørresundby Idrætscenter som er bygget sammen med Svømmeland. Tidspunkter oplyses når stævneprogrammet er fastlagt.

Priserne er følgende :

Aftensmad pr. dag 100 kr.

Morgenmad pr. dag 50 kr.

Frokost buffet pr. dag 90 kr.

Man kan også købe madpakker til hjemturen som udleveres tirsdag 2/7-19

Madbilletter udleveres pr. klub onsdag eller torsdag i receptionen i forhallen.

Der er bagerst i denne folder vedlagt menuen.

Der vil blive serveret på følgende tidspunkter:

Morgenmad (alle dage): kl. 6.30 – 8.00

Frokost (alle dage): kl. 11.30 – 14.00

Aftensmad (alle dage): kl. 19.00 – 21.00

Madpakker udleveres Tirsdag ca. kl. ? nærmere info følger på teknisk møde

Priser og tilmelding:

Se vedlagte tilmeldingsskema. Bemærk tilmeldingsfrist **5. Juni 2019** og betaling senest **8 juni 2019**

Tilmelding er bindende og sendes til forplejning@aalborgsvommeklub.dk

Betalingen skal ske på konto nr. 9286 - 4572673656

Kontakt:

Forplejnings tilmeldingen og spørgsmål i øvrigt til dette skal sendes til

Forplejning@aalborgsvommeklub.dk

Danmarks mesterskaber for årgang Langbane

29. juni - 2. juli 2019

Nørresundby Idrætscenter – Svømmeland

Har man spørgsmål til forplejningen kan man kontakte Kim Kristiansen på tlf. 42500440

Overnatning på Nørresundby Gymnasium: Niels Petersen, Mobil: 40 50 43 92 / mail:
niels.fia@gmail.com

Parkering ved Svømmeland:

OBS OBS OBS i forbindelse med parkering ved svømmeland

P.T. skal man være opmærksom på, at der omkring svømmeland er vejarbejde, det betyder at Lerumbakken som svømmeland ligger på, er lukket i toppen af vejen.

Svømmeland:

Teknisk møde, ledermøder og officialmøder:

Vil foregå i mødelokale på 1. sal hen over receptionen. Der er adgang via trappe i venstre side af forhallen lige efter receptionen.

Teknisk møde og holdledermøde:

Teknisk møde vil foregå fredag aften den 28/6-19 kl. 19.00 – 20.00

Der er holdledermøde lørdag den 29/6-19 kl. 7.45 – 8.15

Samt Tirsdag den 2/7-19 kl. 7.45 – 8.15

Officialmøder:

Lørdag morgen den 29/6-19 kl. 8.15 -9.15

Lørdag eftermiddag den 29/6-19 kl. 16.00 – 16.30

Søndag morgen den 30/6-19 kl. 8.15 – 9.15

Søndag eftermiddag 30/6-19 kl. 16.00-16.30

Mandag morgen den 1/7-19 kl. 8.15 – 9.15

Mandag eftermiddag den 1/7-19 kl. 16.00 – 16.30

Tirsdag morgen den 2/7-19 kl. 8.15 – 9.15

Tirsdag eftermiddag den 2/7-19 kl. 16.00 -16.30

Indsvømning:

Fredag aften den 28/6-19 kl. 18.00 – 20.00

Alle morgener til indledende den 29/6-19 – 2/7-19 kl. 7.30 – 9.15

Alle eftermiddage til finalerne den 29/6-19 – 2/7-19 kl. 15.00 – 16.45

Danmarksmeesterskaber for årgang Langbane

29. juni - 2. juli 2019

Nørresundby Idrætscenter – Svømmeland

Stævnestart:

Alle dage om morgenen kl. 9.30

Alle dag om eftermiddagen kl. 17.00

Stævnet generelt:

Omklædning:

På grund af det store antal af deltagere henstiller vi til at kun svømmere, holdledere, trænere og officials benytter omklædningsområdet.

Skabe i omklædningsrum vil stå åbne og der udleveres ikke armbånd til lukning. Svømmere **skal** afvaskes uden badetøj inden adgang til svømmehallen.

Glemte sager:

De ting som ikke ligger i skabene når stævnedagene er ovre, vil blive hængt op på stativ ved receptionen, hver aften og vi opfordre alle til at kigge efter de ting, som de mangler. Skulle der blive glemt stævnedragter eller bukser vil de blive sendt til speaker bordet og man kan afhente dem her.

Når stævnet er slut, vil alt glemt undertøj, strømper og drikkedunke blive smidt ud. Alt andet bliver samlet sammen og man kan kontakte Brita Amdi på brita@aalborgsvommeklub.dk Det er modtageren der betaler for at få tilsendt de glemte ting.

Tilskuerområde:

Da pladsen i hallen er begrænset er området langs bassinet forbeholdt svømmere, holdledere og trænere. Tilskuere henvises til balkon i vendeende og tribune umiddelbart under denne. Der er adgang til balkonen bag ved cafeén som findes lige frem efter forhallen.

Der er adgang til tribune under balkonen fra trappe til venstre på balkonen.

Udendørsareal:

Der vil via Cafeén være adgang til et græsklædt udendørsareal bag ved svømmehallen. Der kan i begrænset omfang opsættes f.eks. mindre pavillioner på græsarealet.

Stævneledelse:

Hvis der er spørgsmål før eller under stævnet kan stævneledelsen kontaktes. Der vil altid være mindst 2 stævneledere til stede under stævnet og de kan kendes på de orange t-shirts.

John Larsen, Mobil: 40 41 28 23

Brita Amdi, Mobil: 40 59 60 16

Kim Kristiansen, Mobil: 42 50 04 40

Danmarks mesterskaber for årgang Langbane

29. juni - 2. juli 2019

Nørresundby Idrætscenter – Svømmeland

www.aalborgsvommeklub.dk

Menu dagsplaner 2019

Fredag den 28. juni

Aftensmad 19.00 – 21.00 fredag: kr. 100

Lasagne (samt glutenfri/laktosefri lasagne), grøn mixed salat, coleslaw, flute (+ glutenfri brød), saftevand og isvand + frisk frugt.

Lørdag den 29. juni

Morgenmad 06.30 – 08.00 lørdag: kr. 50

Havregryn, mysli, cornflakes, madbrød grove, rugbrød, pålæg skinke/spegepølse, ost, marmelade, smør brik, rosiner, yoghurt naturel, mælk, juice, isvand, kaffe og te. (Separat bord med glutenfri morgenprodukter/brød og laktosefri mælk).

Frokostbuffet 11.30 – 14.00 lørdag: kr. 90

Varmt: Frikadeller, kødsauce/pasta og fiskefilet – samt ristede kartofler.
Koldt: Marineret pasta, halve æg, skinkemousse, makrelsalat og hamburgerryg/italiensk salat.
Salatbar: Diverse salater, tørrede frugter, grissini, ananas, salsa, jalapenos, fetaost og oliven, 3 forskellige slags dressinger.
Brødbar: Madbrød grove, rugbrød og flute + separat bord med glutenfri brød.
Drikkelse: Saftevand og isvand.

Aftensmad 19.00 – 21.00 lørdag: kr. 100

Varmt: Kyllingebryst Wasabi, ris og karrysauce.
Salatbar: Diverse salater, tørrede frugter, grissini, ananas, salsa, jalapenos, fetaost og oliven,

Danmarksmesterskaber for årgang Langbane

29. juni - 2. juli 2019

Nørresundby Idrætscenter – Svømmeland

3 forskellige slags dressinger.

Brødbar: Madbrød grove, rugbrød og flute + separat bord med glutenfri brød.

Dessert: Isvaffel.

Drikkelse: Saftevand og isvand.

Søndag den 30. juni

Morgenmad 06.30 – 08.00 søndag: kr. 50

Havregryn, mysli, cornflakes, madbrød grove, rugbrød, pålæg skinke/spegepølse, ost, marmelade, smør brik, rosiner, yoghurt naturel, mælk, juice, isvand, kaffe og te. (Separat bord med glutenfri morgenprodukter/brød og laktosefri mælk).

Frokostbuffet 11.30 – 14.00 søndag: kr. 90

Varmt: Risotto med kylling, fiskefrikadeller og varm pastaret/pastrami – samt ristede kartofler.

Koldt: Marineret pasta, halve æg, tunmousse, hønsesalat og roastbeef/ristede løg.

Salatbar: Diverse salater, tørrede frugter, grissini, ananas, salsa, jalapenos, fetaost og oliven, 3 forskellige slags dressinger.

Brødbar: Madbrød grove, rugbrød og flute + separat bord med glutenfri brød.

Drikkelse: Saftevand og isvand.

Aftensmad 19.00 – 21.00 søndag: kr. 100

Varmt: Kalvegullasch med grøntsager, rosmarin stegte kartofler og rødbeder.

Salatbar: Diverse salater, tørrede frugter, grissini, ananas, salsa, jalapenos, fetaost og oliven, 3 forskellige slags dressinger.

Brødbar: Madbrød grove, rugbrød og flute + separat bord med glutenfri brød.

Dessert: Chokoladebrownie (+ glutenfri chokoladebrownie).

Drikkelse: Saftevand og isvand.

Mandag den 1. juli

Morgenmad 06.30 – 08.00 mandag: kr. 50

Havregryn, mysli, cornflakes, madbrød grove, rugbrød, pålæg skinke/spegepølse, honningportions, ost, marmelade, smør brik, rosiner, yoghurt naturel, mælk, juice, isvand, kaffe og te. (Separat bord med glutenfri morgenprodukter/brød og laktosefri mælk)

Frokostbuffet 11.30 – 14.00 søndag: kr. 90

Danmarks mesterskaber for årgang Langbane

29. juni - 2. juli 2019

Nørresundby Idrætscenter – Svømmeland

Varmt: Frikadeller og rødkål, Chile con carne og Nachos.
Koldt: Marineret pasta, halve æg, hvidløgspeste, rejesalat og kalkunbryst.
Salatbar: Diverse salater, tørrede frugter, grissini, ananas, salsa, jalapenos, fetaost og oliven, 3 forskellige slags dressinger.
Brødbar: Madbrød grove, rugbrød og flute + separat bord med glutenfri brød.
Drikkelse: Saftevand og isvand.

Aftensmad 19.00 – 21.00 mandag: kr. 100

Varmt: Chili marineret skinkefilet, flødekartofler og whiskysauce.
Salatbar: Diverse salater, tørrede frugter, grissini, ferskner, salsa, jalapenos, fetaost og oliven, 3 forskellige slags dressinger.
Brødbar: Madbrød grove, rugbrød og flute + separat bord med glutenfri brød
Dessert: Skårne frugter (vandmelon, ananas og appelsin)
Drikkelse: Saftevand og isvand.

Tirsdag den 2. juli

Morgenmad 06.30 – 08.00 tirsdag: kr. 50

Havregryn, mysli, cornflakes, madbrød grove, rugbrød, pålæg skinke/spegepølse, honningportions, ost, marmelade, smør brik, rosiner, yoghurt naturel, mælk, juice, isvand, kaffe og te.
(Separat bord med glutenfri morgenprodukter/brød og laktosefri mælk).

Frokostbuffet 11.30 – 14.00 mandag: kr. 90

Varmt: Byg selv burger/sandwich med kyllingebøf og oksekødsbøf.
Salatbar: Diverse salater, tørrede frugter, grissini, ananas, salsa, jalapenos, fetaost og oliven, 3 forskellige slags dressinger.
Brødbar: Sandwich brød/boller + separat bord med glutenfri brød.
Drikkelse: Saftevand og isvand.

Madpakker (Kyllingesandwich i grovbolle med diverse grønt, 1 stk. frugt (æble eller pære) og brikjuice, udleveres om Tirsdagen.