

10 éves a Debreceni Sportuszoda

21 éves a Debreceni Szenior Úszó Klub

4x50 m-es váltóúszás

szenior úszóknak

2016. október 8-án

a Hajós Alfréd Kupa III. fordulóján

a Debreceni Sportuszodában

Tisztelt Sportbarátaim!

Kedves Debreceni Szenior Úszó Klub Tagok!

2016. október 8-án, szombaton rendezik meg Debrecenben a Hajós Alfréd Kupa III. fordulóját. A hagyományosan színvonalas úszóverseny 10 órakor kezdődik a fiatalok versenyszámaival.

A verseny előtt 9⁴⁵ - 9⁵⁵ között a debreceni szenior úszók és a meghívásunkat elfogadó hazai szenior versenyzők lehetőséget kapnak a bemutatkozásra egy 4x50 m-es váltóúszás futam erejéig.

Kérem, hogy a debreceni klubtagok közül minél többen jelenjünk meg az eseményen, hiszen pontosan ezen a napon lesz 21 éve, hogy Klubunk megalakult, valamint 10 évvel ezelőtt ezen a napon kezdődött a Debreceni Sportuszodában a lakossági próbaüzem, és a 2006. október 14-ei ünnepélyes megnyitó versenyen a szenior úszók is bemutatkozhattak.

Emlékeztetőül néhány fotót mellékelek:







A lebonyolítás rendje: 2016. október 8-án, szombaton 8³⁰ -tól gyülekezünk a Debreceni Sportuszoda előterében. Szenior- és/vagy Bátor Táboros pólóját mindenki hozza magával! 9⁰⁰ – 9¹⁵ között a 25 m-es medencében 15 perces melegítési lehetőség, aki késik, az csak szárazföldi melegítést tud végezni (9¹⁵ –től a verseny több száz fiatal résztvevője melegít).

9³⁰ -tól szenior pólóban (egy vagy két váltó Bátor Táboros pólóban) a parton gyülekezik, a váltók beosztását véglegesítjük.

Lehetséges váltók: 4x50 m mix vegyes váltó és gyorsváltó

4x50 m férfi mix vegyes és gyorsváltó

(Amennyiben más egyesületből is elfogadják meghívásunkat, a debreceni váltók természetesen lehetőséget biztosítanak részükre az indulásra. A korai kezdés és a mindössze egy úszási lehetőség miatt valószínűleg kevés külsős meghívott vesz részt az úszáson, tehát mi úgy készüljünk, hogy saját erőből kell legalább négy-öt, de akár nyolc váltót kiállítanunk!)

200 m egyéni úszás a váltókkal egy futamban

(ha van rá olyan jelentkező, aki 2:20–2:40 között ússza a 200 m-t, pl. Szokol Diana Nyíregyházáról vagy Kómár Lajos pillangón Szegedről)

Nagy érdeklődés esetén és előzetes egyeztetéssel két futamot is rendezhetünk, de mindenképpen bele kell férnünk 10 percbe bemutatással együtt!

Kérem együttműködésüket! Szeretném, ha szurkolóként is maradnánk legalább a verseny első órájában a lelátón, és szeretném, ha fotók és videók készülnének az úszásunkról és jelenlétünkről! Nézőnek családtagokat is hozzatok!

Várom a jelentkezéseket és a visszajelzéseket!

Debrecen, 2016. szeptember 27.

Tisztelettel

**Rentka László
a Debreceni Szenior Úszó Klub
elnöke**

**e-mail: rentkaszenior1@gmail.com
mobil: 06 30 742 52 44**