



**SVØM**  
DANMARK



# Danske og Nordiske mesterskaber i Havlivredning 2023

Lørdag d. 2.9.23 til søndag d. 3.9.23

Livredningsudvalget i Svøm Danmark i samarbejde med Den Nordsjællandske Kystlivredningstjeneste

## Indhold

Om stævnet.....	2
Discipliner til DM og NM i Havlivredning .....	4
Program for DM og NM i Havlivredning.....	6
Tilhørende regler.....	7
Tilbud om træning.....	7
Tilmelding .....	7
Spørgsmål .....	8



## Om stævnet

Stævnet afvikles som et junior og senior stævne, hvor der i samtlige discipliner konkurreres om det Danske Mesterskab.

Der er flere børnediscipliner, hvor deltagerne inddeles i to grupper, AG12 og AG14. For AG14 er der en drenge- og en pige gruppe. For AG12 er det en sammensat gruppe af begge køn. Derudover afholdes der en masters-gruppe. Hvis der i en disciplin i børneårgangsgruppen er færre end 5 deltagere i aldersgruppen, vil denne blive slået sammen med den nærliggende aldersgruppe. Hvis der i en disciplin i mastergruppen er færre end 3 deltagere i aldersgruppen, vil denne blive slået sammen med Åben klasse.

Individuelle aldersklasser	Årgange
Aldersklasse 12 år og yngre (børn) = AG12	2011 og yngre (5 for at gruppen oprettes)
Aldersklasse 14 år og yngre (piger og drenge) = AG14	2009-2010
Junior = JR	2005-2008
Open Class (senior) = OC	2004 og ældre
Master	1988 og ældre (3 for at gruppen oprettes)
JR og OC dyster samtidig også om medaljer i det Nordiske mesterskab	
<b>Holdkapper</b>	
Holdkappen placeres i aldersklasse efter ældste deltager på holdet. Man kan godt fylde fx AG14 på en JR-holdkap. Eller junior på OC.	
Mix = Mindst én pige på holdet	
I JR og OC stiller mix-holdkapper op i drenge-kategorien	
For at vinde medaljer i det nordiske mesterskab i holdkapper, skal holdet stille op i JR eller OC	

Alle kan deltage, men for at vinde en DM-titel skal man være medlem af en klub under Svøm Danmark. Stævnet afvikles i havet. Deltagerne skal kunne svømme 200 m i åbent hav uden pause. For at læse mere omkring disciplinerne tryk [her](#).

Se også vores [FAQ om Livredningsstævner](#) inkl. videoer.

Børneårgang 2009-2010 kan stille op i surf ski race. Kravet for deltagelse er at vedkommende har trænet i surf ski inden DM samt benytter hjelm under racet, hvis det på dagen vurderes at det er nødvendigt – cykelhjelm er godkendt.

Sideløbende med det Danske mesterskab, afvikles det Nordiske mesterskab for open class og junior. Man stiller automatisk op i det Nordiske mesterskab ved deltagelse i det Danske mesterskab. For at kunne deltage i det Nordiske mesterskab, skal man have haft tilhørsforhold til en klub i minimum et halvt år i enten Danmark, Norge, Sverige, Finland, Færøerne, Island, eller Grønland, samt stille op i Junior eller open class.

Såfremt det ønskes, kan man godt stille op i både junior og open class eller masters og open class. Ved at stille op i både junior og open class, skal man deltage i begge heats for den pågældende disciplin. Ved at stille op i masters





**SVØM**  
**DANMARK**

og open class, stiller man blot op i open class heatet for den pågældende disciplin, samt melder det til sekretariatet på stævnedagen.

For JR og OC-grupperne og for begge køn, vil der samtidig blive kåret en samlet vinder på tværs af disciplinerne: beach flags, surrace, boardrace, surf ski race og ocneman/oceanwoman. For at deltage i konkurrencen skal man deltage i samtlige discipliner. Når man deltager, vil man få tildelt point tilsvarende sin placering i de individuelle løb. Kommer man på 1. pladsen i sin gruppe i et løb, får man 1 point, hvorimod man får 10 point ved at komme på 10. pladsen. Den som samlet har færrest point vil blive kåret som den samlede vinder. Konkurrencen løber på tværs af nationer.

Lørdag aften vil der arrangeres tilbud om fællesspisning og hygge. Mere information tilgår.

### **Lokation**

Stævnet afholdes på Hornbæk strand, vest for havnen. Den endelige lokation meldes ud i ugen op til eventet, når vejrsigtningen kendes. Ved hårdt vejr kan stævnearenaen blive rykket.

### **Tidsplan**

Stævnet afholdes efter følgende overordnede tidsplan, se længere nede for program og tilmelding.

#### **Tid**

Fredag: Mulighed for overnatning\*.

#### Lørdag

Kl. 9.00	Briefing
Kl. 9.30	Stævnestart afsnit 1
Kl. 12.00	Pause
Kl. 12.30	Stævnestart afsnit 2
Kl. 17:30	Medaljeoverrækkelse
Kl. 18:00	Forventet sluttidspunkt
Fra Kl. 18:00	Fællesspisning og hygge*

Mulighed for overnatning\*.

#### Søndag

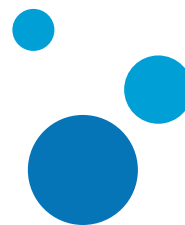
Kl. 9.00	Briefing
Kl. 9.30	Stævnestart afsnit 3
Kl. 13:30	Medaljeoverrækkelse
Kl. 14:00	Forventet sluttidspunkt

*\*info og tilmelding under "Overnatning og forplejning".*





**SVØM**  
DANMARK



## Discipliner til DM og NM i Havlivredning

Overblik over løbstyper indenfor forskellige discipliner, samt for hvilke klasser, der indgår i DM og NM i havlivredning 2023.

DM og NM i havlivredning - Løbsliste		Klasser					Mesterskab	
		Master	OC	JR	AK14	AK12*	DM	NM**
<b>Nr.</b>	<b>Disciplin: løb</b>							
1	2 km. Løb i sand, herrer	x	x	x		x	x	
2	2 km. Løb i sand, damer	x	x	x		x	x	
3	1 km. Løb i sand, drenge				x	x		
4	1 km. Løb i sand, piger				x	x		
5	1 km. Løb i sand, børn					x		
6	Beach sprint, herrer	x	x	x	x	x	x	
7	Beach sprint, damer	x	x	x	x	x	x	
8	Beach sprint, børn					x		
9	Beach flags, herrer	x	x	x	x	x	x	
10	Beach flags, damer	x	x	x	x	x	x	
11	Beach flags, børn					x		
12	4x90m sprint, herrer	x	x	x	x	x	x	
13	4x90m sprint, damer	x	x	x	x	x	x	
14	4x90m sprint, børn					x		
<b>Nr.</b>	<b>Disciplin: svøm</b>							
15	Surface, herrer	x	x	x	x	x	x	
16	Surface, damer	x	x	x	x	x	x	
17	Surface, børn					x		
18	Rescue tube race, herrer	x	x	x	x	x	x	
19	Rescue tube race, damer	x	x	x	x	x	x	
20	Rescue tube race, børn					x		





**SVØM**  
DANMARK

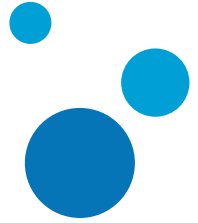
21	Rescue tube relay, herrer	x	x	x	x		x	x
22	Rescue tube relay, damer	x	x	x	x		x	x
23	Rescue tube relay, børn					x	x	
<b>Nr.</b>	<b>Disciplin: board</b>							
24	Board race, herrer	x	x	x	x		x	x
25	Board race, damer	x	x	x	x		x	x
26	Board race, børn					x	x	
27	Board race technical, herrer	x	x	x			x	x
28	Board race technical, damer	x	x	x			x	x
29	Board rescue, herrer	x	x	x	x		x	x
30	Board rescue, damer	x	x	x	x		x	x
31	Board rescue, børn					x	x	
32	Board relay, herrer	x	x	x	x		x	x
33	Board relay, damer	x	x	x	x		x	x
34	Board relay, børn					x	x	
<b>Nr.</b>	<b>Disciplin: ski</b>							
35	Surf ski race, herrer	x	x	x	x		x	x
36	Surf ski race, damer	x	x	x	x		x	x
37	Surf ski technical race, herrer	x	x	x			x	x
38	Surf ski technical race, damer	x	x	x			x	x
39	Surf ski relay (3 pers.), herrer	x	x	x			x	x
40	Surf ski relay (3 pers.), damer	x	x	x			x	x
<b>Nr.</b>	<b>Discipliner: Løb, svøm, board, ski</b>							
41	Oceanman	x	x	x			x	x
42	Oceanwoman	x	x	x			x	x
43	Oceanman relay	x	x	x			x	x
44	Oceanwoman relay	x	x	x			x	x

\*AK12 dyster på tværs af køn

\*\* Nordiske mesterskaber afvikles for OC og JR



**SVØM**  
DANMARK



# Program for DM og NM i Havlivredning

Nedenfor er foreløbige program til DM i havlivredning 2023.

*NB: Vær opmærksom på at der kan ske ændringer i løbsrækkefølgen, grundet vejret. Det endelige program meldes ud ugen op til eventet. I tillæg kan der forekomme ændringer under stævnet. Afhængigt af deltagerantal kan der være heatbegrænsning.*

*Stævnet kan afvikles på 2 arenaer; én for børn og én for junior/senior/master. Dette afhænger også af vejr og endelig lokation. Endelig tidsplan og løbsrækkefølge vil blive meldt ud i ugen op til stævnet.*

## Lørdag

Følgende løb forventes afviklet lørdag. Rækkefølge for afvikling afhænger af vejr og banesetup, hvorfor tidsplan og endelig rækkefølge for afvikling vil blive meldt ud ugen op til stævnedato:

- Surftrace
- Rescue tube race
- Surf ski race
- Board race
- 2 km løb i sand og 1 km løb i sand
- Oceanman og oceanwoman
- Board relay
- Board rescue
- Surfski relay

## Søndag

Følgende løb forventes afviklet søndag. Rækkefølge for afvikling afhænger af vejr og banesetup, hvorfor tidsplan og endelig rækkefølge for afvikling vil blive meldt ud ugen op til stævnedato:

- Beach sprint
- Beach flags
- 4x90 sprint
- Rescue tube relay
- Board race technical
- Surf ski technical race
- Oceanman og oceanwoman relay





**SVØM**  
DANMARK

## Tilhørende regler

ILS stævne manual udgave 2023 er regelsættet for eventet ([ILS manual](#)).

Mix-holdkapper vil konkurrere som herreholdkapper.

## Tilbud om træning

Ønsker deltagere til DM at træne livredning i ved Nordkysten inden, tilbyder Den Nordsjællandske Kystlivredningstjeneste følgende:

Træning hver onsdag fra d. 31. maj ved Hornbæk strand kl. 17.00-19.00. Fra d. 26. juni og frem, bliver træningen rykket til 18.30-20.00

Kontakt: Tor Busch-Nielsen ([tbn24@outlook.dk](mailto:tbn24@outlook.dk))

## Tilmelding

### ***Tilmeldingsgebyr***

Tilmeldingsgebyret er 300kr pr. person for ubegrænset antal starter. Eftertilmeldingsgebyret er 300 kr. pr. start. Tilmeldingsgebyret bliver ikke refunderet, hvis svømmeren/holdet ikke stiller til start. Gebyret vil blive opkrævet af klubben via Svøm Danmark.

Alle klubber der tilmelder 5 deltagere eller flere stille minimum én official til rådighed som kan hjælpe under arrangementet (uddannelse er ikke nødvendigt). Tilmelding af officials skal gå til [lisk@svoem.dk](mailto:lisk@svoem.dk) senest den 21. august 2023.

**Tilmelding af individuelle discipliner og holdkapper foregår via nedenstående link:**

**Tilmeld dig [her](#) (OBS! Ved tilmelding melder systemet fejl om at kvittering ikke kan sendes via mail. Dette er en tilbagevendende fejl og ikke noget man skal tage sig af. Tilmeldingen vil være registreret.)**

***Tilmeldingsfristen er mandag den 21. august 2023, herefter vil eftertilmelding være muligt frem til 24 timer før stævnestart ved direkte kontakt til LISK, samt eftertilmeldingsgebyr. ! OBS – holdkort for holdkapper skal være sendt senest 8 dage før stævnet.***

### **Overnatning**

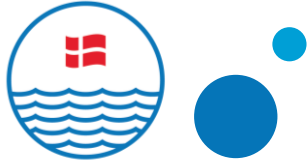
Overnatning foregår på Hornbæk skole, Søren Kannes vej 6, 3100 Hornbæk, 1 km fra strand.

Overnatning i klasseværelser. Medbring selv madras + sengetøj.

Overnatning fre-søn: 80 kr. pr. person

Overnatning lør-søn: 50 kr. pr. person

Spørgsmål og tilmelding omkring overnatning rettes til: John Mogensen, [jhmog@gribskov.dk](mailto:jhmog@gribskov.dk)



**SVØM**  
DANMARK



## Spørgsmål

Spørgsmål rettes til Livredningsudvalget via [LISK@svoem.dk](mailto:LISK@svoem.dk)

Vi ser frem til et godt stævne og en god dag!

### De bedste hilsner

Livredningssektionen, Svøm Danmark og Den Nordsjællandske Kystlivredningstjeneste.

