

## Overordnede proportioner for DM Årgang Langbane

<b>Kort navn (+ årstal)</b>	DMÅ-L
<b>Banelængde</b>	Langbane
<b>Antal baner</b>	8-10 baner
<b>Termin</b>	1. uge i skolernes sommerferie.
<b>Antal dage</b>	4 dage
<b>Målsætning</b>	Årgangssvømmernes første møde med konceptet med indledende og finaler og første konkurrence hvor der konkurreres individuelt i hver enkelt disciplin. Indlæring omkring at præstere i disse rammer skal være i centrum. Stævnet skal desuden fungere som udtagelsesstævne til NM junior langbane for 2. års årgang.
<b>Stævnesetup</b>	Indledende heat og A- og B-finaler i 2 årgangsfinaler på 50, 100 og 200, A-finale på 400 i 2 årgangsfinaler og direkte finaler med bedste heat i finalen på 800 og 1500. Holdkapper afvikles i finaleafsnittene på tværs af de to årgange. Pointkonkurrence for klubber/startfællesskaber - point til top 16 i begge årgangsgrupper (28, 26, 24, 22, 20, 18, 16, 15, 14, 13, 12, 11, 10, 9, 8, 7). Dobbelt op til top 16 i holdkapper.
<b>Målgruppe</b>	Årgangssvømmere der opfylder kravtider.
<b>Kravtider</b>	Kravtider jævnfør kravtidsmodellen svarende til national årgang (aldersdifferentieret i 2 årgange). OBS: Der kan ekstraordinært indføres heatbegrænsning (Fast antal heat) i 400, 800 og 1500 meter løb. Internationalt klassificerede svømmere med handicap (landsholdsniveau) kan deltage i maksimalt 4 løb uden at have opnået kravtid.
<b>Præmiering</b>	2 sæt medaljer (guld, sølv og bronze) pr. individuel disciplin - dvs. et sæt til hver af de 2 årgange. Holdkapper afvikles som en samlet konkurrence på tværs af de 2 årgange med et sæt medaljer. Præmiebanner til 3 bedste klubber i pointkonkurrence for hold på tværs af de 2 årgange.

## Overordnede proportioner for DM Årgang Langbane

<b>Individuelt løbsprogram</b>	1. års årgang - for begge køn: 100, 200 og 400 fri 100, 200 ryg 100, 200 bryst 50, 100 fly 200, 400 IM 2. års årgang: Piger: 50, 100, 200, 400, 800 fri Drenge: 50, 100, 200, 400, 1500 fri For begge køn: 100, 200 ryg 100, 200 bryst 100, 200 fly 200, 400 IM
<b>Holdkapper</b>	For begge køn: 4 x 100 fri 4 x 200 fri 4 x 100 holdmedley 4 x 200 IM