

## Overordnede proportioner for Danske Open Masters Langbane



<b>Kort navn (+ årstal)</b>	DOM-L
<b>Banelængde</b>	Langbane
<b>Antal baner</b>	6-8 baner
<b>Termin</b>	Maj eller juni
<b>Antal dage</b>	1 dag
<b>Målsætning</b>	Kåring af danske mastersmestre på langbane og socialt samlingspunkt for masterssvømmere fra hele landet.
<b>Stævnesetup</b>	Samtlige løb afvikles med direkte finale. Alle tilmeldte svømmere og hold seedes på baggrund af tilmeldingstid uden hensyntagen til aldersgruppe.
<b>Målgruppe</b>	Alle svømmere der i afviklingsåret fylder 20 år eller ældre.
<b>Kravtider</b>	Ingen.
<b>Præmiering</b>	1 sæt medaljer (guld, sølv og bronze) pr. disciplin i hver masters-aldersgruppe og pre-masters.
<b>Individuelt løbsprogram</b>	For begge køn - hvert år: 50, 100 fri 50, 100, 200 ryg 50, 100, 200 bryst 50, 100, 200 fly For begge køn - 2 ud af 3 år i et fast rul: 200, 1500 fri 200 IM For begge køn - 1 ud af 3 år i et fast rul: 400, 800 fri 400 IM

## Overordnede proportioner for Danske Open Masters Langbane

<b>Holdkapper</b>	For begge køn - 2 ud af 3 år i et fast rul: 4 x 100 holdmedley For begge køn - 1 ud af 3 år i et fast rul: 4 x 50 fri 4 x 100 fri 4 x 200 fri 4 x 50 holdmedley Mix - 1 ud af 3 år i et fast rul: 4 x 50 fri 4 x 100 fri 4 x 200 fri 4 x 50 holdmedley 4 x 100 holdmedley
-------------------	---