



# DEN STORE SVØMMEDAG

HÅNDBOG



TrygFonden



DIF

Protector:  
Hendes Kongelige Højhed  
Kronprinsesse Mary





**SVØM**  
DANMARK



# Indhold

<b>Hvad er Den Store Svømmedag? .....</b>	<b>2</b>
<b>Det praktiske.....</b>	<b>2</b>
<b>Svømmedagens historie.....</b>	<b>2</b>
<b>Jeres Store Svømmedag.....</b>	<b>3</b>
<b>Besøg af SvømDanmark.....</b>	<b>3</b>
<b>Køreplan .....</b>	<b>3</b>
<b>Indberetning af resultater til SvømDanmark .....</b>	<b>4</b>
<b>Giv deltagerne en god oplevelse.....</b>	<b>6</b>
<b>Kontaktpersoner hos SvømDanmark .....</b>	<b>7</b>





**SVØM**  
DANMARK

## Hvad er Den Store Svømmedag?

Den Store Svømmedag er en dag, hvor svømmeklubber og svømmehaller samarbejder om at holde dørene åbne for alle i tidsrummet 10.00-16.00 (med gratis indgang), der har lyst til en dukkert - og til at svømme så langt de kan og vil.

For arrangementsstederne gælder det om at holde tungen lige i munden og få talt alle de meter, der bliver svømmet samt få talt sammen, hvor mange personer, der hopper en tur i vandet denne dag. Disse to tal skal løbende meldes ind til SvømDanmark én gang i timen hele dagen. På den måde kan vi hele dagen se, hvordan det går ude i de forskellige haller - og se, hvem vi kan kåre som vinder af følgende kategorier:

1. Hvilket arrangementssted svømmer flest meter i alt?
2. Hvilket arrangementssted får flest personer i vandet?
3. Hvilket arrangementssted får flest personer i vandet pr. indbygger?

Der er præmier fra SvømDanmark til de tre bedste i hver kategori.

### Det praktiske

Det er ganske gratis at afholde Den Store Svømmedag og som en del af "pakken", modtager man som arrangør følgende materialer:

- Plakater
- Postkort
- Diplomer
- Tælleblokke

Når man tilmelder sig Den Store Svømmedag på SvømDanmarks hjemmeside, noteres det i tilmeldingen, hvor mange postkort, plakater, diplomer og tælleblokke, man gerne vil have tilsendt.

REMA 1000 sponsorerer desuden frugt, kaffe og saft til alle deltagere på dagen. Ved tilmelding til dagen skal der derfor også noteres, i hvilken butik, man gerne vil afhente frugten. Ligeledes sponsorerer REMA 1000 et gavekort til hvert arrangementssted på 500,- kr.

### Svømmedagens historie

Den Store Svømmedag hed oprindeligt Danmark Svøm Langt, og der blev svømmet første gang i 1989.

På det tidspunkt blev det anset som besynderligt, at SvømDanmark (på det tidspunkt Dansk Svømme- og Livrednings-Forbund) arrangerede et breddearrangement. På trods af, at der var lidt modstand mod dagen, deltog 35 svømmeklubber i arrangementet det første år. Gennem årene har mange forskellige svømmeklubber og svømmehaller deltaget - de sidste år endda svømmehallen i Nuuk på Grønland.

Den Store Svømmedag er en oplagt mulighed for at få mange mennesker i svømmehallen – både dem, der bruger hallen til dagligt og dem, der ikke er så vant til at færdes der. Dagen kan også bruges som en sponsordag - eller til at få andre aktiviteter med i programmet.





**SVØM**  
DANMARK

## Jeres Store Svømmedag

Husk, at halinspektøren skal være indforstået med, at det er gratis at komme ind denne dag. I den forbindelse er der udfærdiget et brev til halinspektøren, der forklarer, hvad dagen går ud på, og hvad de som hal kan få ud af det.

[Brevet finder I her](#)

Det er en god ide at reklamere for dagen så mange steder som muligt, så lokalområdet ikke er i tvivl om, at der afholdes Den Store Svømmedag i jeres svømmeklub/svømmehal. I kan også prøve, om I kan lokke en lokal politiker eller lignende til at svømme denne dag. Det kunne måske også gøre de lokale medier mere interesserede i at dække dagen.

### Besøg af SvømDanmark

SvømDanmarks konsulenter og regionsudvalg vil, så vidt det er muligt, forsøge at aflægge et besøg hos klubber og svømmehaller i løbet af dagen. Der er en konsulent i hver region af Danmark, og der vil blive lagt en plan for, hvilke arrangementssteder, de besøger i løbet af dagen. I skal nok få besked på forhånd om et eventuelt besøg.

### Køreplan

Nedenstående er SvømDanmarks anbefalinger ved afholdelse af Den Store Svømmedag.

Materialer (plakater, postkort, tælleblokke, diplomer) modtages fra SvømDanmark i medio september. Er man tilmeldt senere, vil det blive sendt af sted hurtigst muligt.

#### I god tid før Den Store Svømmedag

- Husk at reservere svømmehallen. Aftal eventuelt med halinspektøren eller en anden klub om at afholde arrangementet i fællesskab.
- Datoen for Den Store Svømmedag offentliggøres på klubbens hjemmeside, Facebook, i klubbens kalender og sæsonplan, så snart det er besluttet, at klubben skal deltage.
- Tilmeld jer Den Store Svømmedag på SvømDanmarks hjemmeside [www.svoem.org/svoemmedag](http://www.svoem.org/svoemmedag)
- Informér instruktører og ledere om datoen.
- Der kan eventuelt nedsættes en arrangement-gruppe, der kan tage sig af planlægningen af arrangementet.
- Ønsker I at invitere de lokale medier eller personer, som for eksempel borgmester eller lokale politikere, skal de kontaktes.
- Ønsker I at give deltagere mulighed for at købe et distancemærke, der viser, hvor langt de har svømmet, skal disse bestilles i god tid. Dette kan gøres i webshoppen på SvømDanmarks [hjemmeside](#).
- Indberetningen på selve dagen sker elektronisk via SvømDanmarks hjemmeside, så sørg for, at der er mulighed for netværk i svømmehallen eller, at der er personer, der har en smartphone eller tablet, der kan logge ind på hjemmesiden og indberette.

#### Cirka tre uger før Den Store Svømmedag

- Plakater sættes op i svømmehallen, supermarkeder, skoler, biblioteket og andre offentlige steder, hvor det vil være relevant.
- Postkort deles ud til klubbens medlemmer, morgensvømmere og andre brugergrupper, som for eksempel skolebørn, fritidsordninger eller børnehaver, der benytter svømmehallen.





**SVØM**  
DANMARK

- Der skal findes hjælpere til arrangementet. Herunder er der eksempler på de funktioner, som hjælperne kan have:
  - Banetællere – en vagtplan anbefales.
  - Sekretariat, med resultatformidling og ledelse af arrangementet.
  - Speaker, der kan være med til at give arrangementet liv og overblik over, hvordan det ser ud med resultaterne undervejs.
  - Arrangementsleder med det overordnede overblik over hele dagen.
  - Livredder(e), hvis dette ikke arrangeres af svømmehallen.
- SvømDanmark sender en mail med information om afhentning af frugt, saft og kaffe i REMA 1000 samt skabeloner til pressemeddelelser.

### **Cirka en uge før arrangementet**

- Pressemeddelelse (+ eventuel annonce) udsendes til lokalpressen.
- Opslag på jeres sociale medier om, at I afholder Den Store Svømmedag.

### **På selve Den Store Svømmedag**

- Start dagen med et møde med alle hjælperne (og eventuel morgenmad).
- Forklar regler og hvordan, I har organiseret afviklingen.
- Hvem skal kontaktes ved problemer i løbet af dagen?
- Sæt skilte op, som forklarer, hvordan I ønsker afviklingen i bassinet (for eksempel: børn, øvede, motionister, konkurrence-svømmere).
- Byd deltagerne velkommen, når de kommer ind i hallen.
- Sørg for, at alle deltagere får deres diplomer med hjem. I kan for eksempel opstille en bod i forhallen, hvor deltagerne kan hente deres diplom - og måske samtidig købe et mærke - der viser, hvor langt de har svømmet. Især børn synes, at det er sjovt at få et mærke med hjem sammen med diplommet.
- HUSK at indberette antallet af tilbagelagte meter samt antal deltagere i vandet. Se hvordan dette foregår på side 4.
- Offentliggør for eksempel også landsresultatet løbende for deltagerne, så I kan se, hvor I ligger med jeres resultater. Her kan det være speakeren, der holder hallen ajour med resultatet.
- Vær aktive med billeder og videoer på de sociale medier, hvis klubben er på Facebook, Instagram eller lignende. Vær dog opmærksom på, at der regler for hvilke billeder, der må lægges op. Se side 6 for en nærmere beskrivelse af dette.
- Husk at have en fantastisk hyggelig dag!

### **I ugen efter Den Store Svømmedag**

- Send pressemeddelelse ud til lokalavisen om jeres dag og resultater.
- Gem hjælpemidlerne, så de kan findes igen til næste år.
- Husk at takke dem, der hjalp til i forbindelse med arrangementet.

## **Indberetning af resultater til SvømDanmark**

Indberetning af svømmede meter og antal deltagere i vandet sker via SvømDanmarks hjemmeside. [Log ind her.](#)

Inden Den Store Svømmedag er det en god ide at teste, om linket virker på den computer, tablet eller Smartphone, I har valgt skal bruges til at indberette på. Er det svært at få forbindelse i svømmehallen, kan I måske have en person i jeres bagland, som sidder hjemme og kan indberette derfra.





**SVØM**  
DANMARK

HUSK at indberette antallet af tilbagelagte meter og antal deltagere – opsummeret – hver time. Herunder ses et eksempel på indberetning af antal meter og antal deltagere:

Antal meter:

- Efter 1. time kan der være svømmet 1.200 m samlet af alle deltagere. De 1.200 m indberettes.
- Efter 2. time er der yderligere svømmet 2.000 m. De 2.000 m PLUS de 1.200 m indberettes.
- Efter 3. time er der svømmet yderligere 1.500 m. De 3.200 m PLUS de 1.500 m indberettes

Antal deltagere:

- Efter 1. time er der 34 deltagere i vandet. De 34 personer indberettes.
- Efter 2. time er der yderligere 19 deltagere i vandet. De 19 deltagere PLUS de 34 deltagere indberettes = 53 deltagere.
- Efter 3. time er der yderligere 40 deltagere i vandet. De 53 deltagere PLUS de 40 deltagere indberettes = 93 deltagere.

Og sådan fortsætter det hele dagen.

For at logge ind til indberetningen, skal kontaktpersonens mailadresse indtastes. Koden til indberetningen er for alle: **1234**. Herefter vælges det rigtige klokkeslæt, og der indtastes antal deltagere i vandet i alt samt antal svømmede meter i alt.

Offentliggør gerne landsresultatet løbende for deltagerne, så I kan se, hvor I ligger med jeres resultater. Her kan det for eksempel være speakeren, der holder hallen ajour med resultatet, eller I kan skrive det på en tavle eller lignende i hallen.

**VIGTIGT!** Dagens sidste indberetning skal være foretaget senest kl. 18.00. Når I ikke dette, eller er der indberettet forkert, når vi når til kl. 18.00, vil der ikke blive fulgt op på det, da der skal sendes information ud om de endelige resultater hurtigst muligt. Eneste arrangementssted, der først indberetter ca. kl.18.30 er Nuuk (grundet tidsforskellen til Grønland).

### **Fairplay**

Den Store Svømmedag afholdes i svømmehaller landet over, og det er ikke muligt for SvømDanmark at "tjekke op på", hvordan det går ude i alle hallerne i løbet af dagen. Derfor kan vi kun stole på, at det indberettede resultat er det rigtige. Vi stoler på, at der ikke er nogen, der synes, at det giver mening at snyde med tallene.

Derfor appellerer vi til, at alle arrangementssteder sørger for at indberette hver hele time, som det er foreskrevet, så alle resultater kommer på hjemmesiden på samme tid. Vi regner selvfølgelig ikke med, at der er nogen ude i hallerne, der snyder sig til bedre resultater ud fra, hvad andre har indberettet - men det har gennem tiden resulteret i spekulationer fra nogle arrangementssteder.

For at komme de spekulationer til livs, håber vi, at I vil hjælpe os på dagen og være klar til at indberette på de rigtige tidspunkter.

Derfor - vær forberedte i forhold til hvem, der gør tallene op og indberetter, så I er klar til det pågældende tidspunkt hver hele time. Er der et tal, der ikke lige kommer med på det pågældende tidspunkt, kommer det bare med i næste time.





**SVØM**  
DANMARK

## Giv deltagerne en god oplevelse

### Byd velkommen

Byd deltagerne velkommen, når de møder op. Vis tydeligt, hvor de skal gå hen for at registrere sig - og forklar hvad de skal gøre, når de er færdige med at svømme. Giv dem en god peptalk, så de svømmer så langt som overhovedet muligt. Forklar dem, hvad deres deltagelse betyder for jer.

### Tydelighed

Vis tydeligt, hvem der er en del af klubben/svømmehallen, ved for eksempel at have ens t-shirts på. På den måde ved deltagerne, hvem de skal henvende sig til ved eventuelle spørgsmål.

### Sikkerhed

Sikkerheden skal være i højsædet på en dag som denne. Stiller svømmehallen ikke med livreddere, er det vigtigt, at klubben har livreddere i hallen hele dagen - skulle uheldet ske.

### Foto og video

Hvis I tager billeder eller video til sociale medier og hjemmeside, så vær opmærksom på, hvad I lægger op. I kan læne jer op ad nedenstående beskrivelse, der er taget fra folderen, "Vejledning til idrætsforeninger om behandling af personoplysninger", som er udgivet af DIF og DGI - og som siger følgende om offentliggørelse af billeder på en hjemmeside:

"Nogle billeder må offentliggøres på foreningens hjemmeside, andre må ikke. Almindelige situationsbilleder fra idrætsaktiviteterne og fra foreningens sociale liv kan som udgangspunkt frit lægges på hjemmesiden. Også selv om de enkelte personer kan genkendes. Men hvis et situationsbillede kan udstille eller krænke en person, kræver offentliggørelsen samtykke. Det kan f.eks. være tilfældet med billeder fra en klubfest, hvor to personer kysser hinanden. I nogle idrætsgrene skal I være tilbageholdende med og måske helt undgå at offentliggøre billeder af børn."





**SVØM**  
DANMARK

## Kontaktpersoner hos SvømDanmark

SvømDanmark ønsker jer alle en rigtig god dag på Den Store Svømmedag.

Har I gode ideer til tiltag, som fungerer godt hos jer - og som kunne deles med andre - må I meget gerne sende ideerne til os. Har I spørgsmål til dagen, er I naturligvis altid velkommen til at kontakte SvømDanmark.



### Lars Bo Larsen

Klubkonsulent

+45 2916 0901

[lbl@svoem.dk](mailto:lbl@svoem.dk)



### Carsten Jokumsen

Klubkonsulent

+45 2479 8464

[cjo@svoem.dk](mailto:cjo@svoem.dk)



### Maja Lorentzen

Kommunikationskonsulent

+45 2056 7281

[mkl@svoem.dk](mailto:mkl@svoem.dk)