

Samlet aktivitetskalender for konkurrenceafdelingen i Horsens Svømmeklub sæson 2022/2023

Mdr/Dato	Aktivitet		HS Elite	HS1	Årgang A	Årgang B	Årgang C	HS Sprint	Masters
01.-05.08.22	Swim Camp 2022	Horsens			X	X	X		
06.08.22	Fælles opstartstræning på stranden	Horsens	X	X	X	X	X	X	
08.08.22	Normal træning begynder igen	Horsens	X	X	X	X	X	X	X
15.08.22	Oplæg om team og miljø (Sportspsyk.)	Horsens	X	X					
19.-21.08.22	Opstartstur for hele konkurrenceafdelingen	Løgballe	X	X	X	X	X	X	
23.08.22	Workshop om morgenmåltider (Ernæring)	Horsens	X	X					
25.08.22	Opstartsmøde for konkurrenceafdelingen	Horsens	X	X	X	X	X	X	
27.08.22	Tekniktræning (Brystsvømning)	Horsens			X	X	X		
31.08.22	Oplæg for trænerne om trænerrollen	Horsens							
03.09.22	Midt Øst Cup 1	Horsens	X	X	X	X	X	X	
09.09.22	Sponsorstævne	Horsens	X	X	X	X	X	X	
16.-18.09.22	Rema 1000 Cup	Horsens	X	X	X	X	X	X	
20.09.22	Workshop om lette måltider (Ernæring)	Horsens			X				
24.09.22	Begynderstævne 1	Aarhus					X		
27.09.22	Oplæg om sund kost og vaner (Ernæring)	Horsens				X			
01.10.22	Tekniktræning (Butterfly)	Horsens			X	X	X		
07.-09.10.22	Vestdanske Kortbane Mesterskaber	Hjørring	Kvalificerede	Kvalificerede					
10.10.22	Oplæg om mestring og målsætning (Sportspsyk.)	Horsens			X				
10.10.22	Oplæg om forælderrollen	Horsens	Forældre	Forældre					
15.-17.10.22	Træningslejr Årgang C	Rødding					X		
15.-18.10.22	Træningslejr Årgang B	Rødding				X			
15.-20.10.22	Træningslejr Årgang A	Rødding			X				
17.-20.10.22	Træningslejr HS Sprint	Rødding						X	
16.-23.10.22	Træningslejr HS Elite og HS1	Polen	X	X					
28.-30.10.22	Regionsmesterskaberne	Holstebro			X	X			
26.10.22	Oplæg om snacks til stævner (Ernæring)	Horsens					X		
03.-06.11.22	DM Junior kortbane	Esbjerg		Kvalificerede					
05.11.22	Midt Øst Cup 2	Odder	(X)		X	X	(X)		
05.11.22	Begynderstævne 2	Brædstrup					X		
11.-13.11.22	Syd Cup	Haderslev		(X)	X	X			
18.-20.11.22	DMH	Odense	Udtagede	Udtagede					
21.-27.11.22	Klubmesterskabsugen	Horsens	X	X	X	X	X	X	
29.11.22	Workshop om snacks	Horsens	X	X					
02.-04.12.22	Nordiske Junior- og seniormesterskaber	?	Kvalificerede	Kvalificerede					
	Regionstur for regionsmestre				Kvalificerede				
15.-18.12.22	DM Åben klasse	Vejle	Kvalificerede	(Kvalificerede)					
23.12.22	Fælles juletræning	Horsens	X	X	X	X	X	X	
30.12.22	Nytårssprint	Horsens	X	X	X				