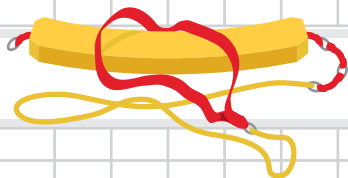


Videbæk Svømmeklub og SvømDanmark inviterer til

LIVREDNINGSSTÆVNE FOR BØRN

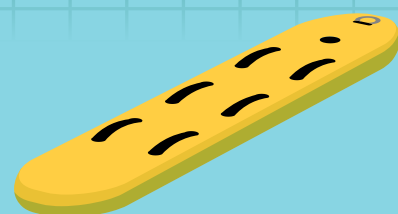


Kom og deltag i en dag fuld af vandglæde og sjove livredningsudfordringer - hvor børnene får lov at prøve forskelligt udstyr og teste sig selv i sjove udfordringer sammen med andre, og alle børn går hjem med en medalje.

Dato: 7. marts 2026

Sted: Videbæk Idræts- og Fritidscenter, Vestervang 28, 6920 Videbæk

Tidsrum: kl. 09.00-13.00



PROGRAM FOR DAGEN

09.00 Omklædning, velkomst, introduktion og mulighed for at prøve livredningsudstyr og discipliner

11.30 Stævnedel og dyst i livredningsdiscipliner

Individuelle discipliner

25 m forhindringssvømning

25 m redning af dukke (12,5m crawl og 12,5m svøm med dukke)

50 m redning m torpedo (25m med finner og torpedo og 25m med dukke i torpedo)

Holddiscipliner

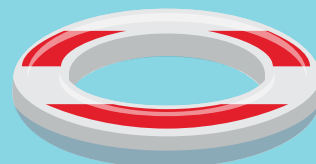
4x12,5 m redning af dukke (der byttes midt i bassinet)

4x25 m redningsmedley (crawl, dyk, torpedo og med makker i torpedo)

4x25 m race på board

12.30 Fælles afslutning med spisning og medaljeoverækkelse

En del af projektet
"Alle kan lære livredning"
i samarbejde med TrygFonden



FIND UD AF MERE

om at lege og lære
livredning på

WWW.LAERLIVREDNING.DK

TILMELDING OG KONTAKTPERSONER

Deltagelse er gratis, men tilmelding er nødvendig og foregår ved at sende en mail med navn, alder og klub til vsformand@gmail.com. Alle børn, der kan svømme 50 m uden hjælpemidler, er velkomne.

Under stævnet kan der blive taget billeder og videoer, som svømmeklubben og SvømDanmark kan bruge til at promovere livredningssporten.

Tilmeldingsfrist: 1. marts 2026



Mathilde Riis
SvømDanmark
mrsm@svoem.dk
2920 6150

Charlotte Zachø
Videbæk Svømmeklub
vsformand@gmail.com



**SVØM
DANMARK**