



# Svøm i Københavns kanaler med os og dine kollegaer

Sæt kryds i kalenderen fredag den 25. august! Her inviterer SvømDanmark nemlig medlemmer af Firmaidræt Storkøbenhavn til at deltage i Krüger Stafetten til TrygFonden Christiansborg Rundt. Kom og oplev en helt særlig svømmefest, hvor motion, sundhed, samvær og hygge går hånd i hånd.

**20%**  
RABAT TIL  
FIRMAIDRÆT  
STORKØBENHAVN  
MEDLEMMER

## Hvert år svømmer vi rundt om Borgen

TrygFonden Christiansborg Rundt startede i 2006 med i alt 260 deltagere, hvilket på daværende tidspunkt var et højt antal ved et åbent vand-arrangement. I 2019 slog vi deltagerrekord med mere end 4400 svømmere, og i 2022 udvidede vi eventet med en ekstra dag og flere distancer.

Eventet henvender sig til alle, der kan svømme! Vi har deltagere fra 7-82 år, krigsveteraner og handicappede, som selv svømmer 1 km eller 2 km rundt om Borgen. Nogle af dem deltager i Krüger Stafetten og svømmer 500 m som en del af et hold på fire personer.

I 2023 finder TrygFonden Christiansborg Rundt sted den 25.-26. august for 18. gang.

## Hvorfor lige vælge Krüger Stafetten?

Over 3000 svømmere deltager hvert år i Krüger Stafetten og svømmer den smukke rute rundt om Christiansborg med start og slut ved Den Sorte Diamant. Konceptet er, at hold på fire personer sammen når rundt om Borgen ved at svømme en fjerdedel hver.

Den første svømmer bærer et gummiarmbånd om håndledet, og giver det videre til den næste på holdet ved skiftestedet. 500m er en overskuelig distance for de fleste, så her kan alle vandhunde være med.

[Læs mere om Krüger Stafetten HER.](#)

## Det er en unik oplevelse for dig og dine kollegaer

Krüger Stafetten er en oplagt social aktivitet for dig og dine kollegaer, hvis I kan lide at bevæge jer i vand. I får en uforglemmelig oplevelse sammen, der kan bruges til at styrke jeres arbejdsplads - både internt og eksternt.

Hvis ikke alle dine kollegaer er glade for vand, er der også plads til heppekor - det kræver ikke billet. Heppekoret kan enten står klar ved målstregen eller følge de svømmende kollegaer hele vejen rundt langs kanalen.

### Det kan styrke fællesskabet på din arbejdsplads

I SvømDanmark vil vi gerne bidrage til at øge fællesskabet mellem alle som er del af Firmaidræt Storkøbenhavn. Når Krüger Stafetten er forbi, forvandler eventpladsen sig fredag aften til de perfekte rammer for den en hyggelig firmafest. Her kan vi nyde en sommeraften i København med god mad, livemusik og synet af hundredvis af nattesvømmere, der svømmer gennem kanalen med selvlysende havtasker i alle regnbuens farver.

### Det er også markedsføring

Når I deltager i Krüger Stafetten, kan I også bruge det eksternt og rent brandingmæssigt. Jeres arbejdsplads får chancen for at synliggøre jer overfor de mange tusinde aktive og motionsglade svømmere, der deltager i eventet. Samtidig kan I også netværke med de andre deltagende virksomheder.

[HER kan I finde en værktøjskasse fra Krüger med materiale, som I frit kan bruge på jeres kanaler til at invitere kollegaerne.](#)

Så tag dine kollegaer under armen, og få en dag med masser af grin, motion og hygge.

## Program fredag d. 25. august

- 14.00-16.30 Registrering er åben
- 16.00-17.30 Se med fra kanten af kanalen, når starten går til heats med de individuelle svømmere. Nyd den gode stemningen på pladsen med en kop god kaffe eller koldt drikkevand fra vandbaren.
- 18.10-18.45 Krüger Stafetten for virksomheder**
- 19.00-22.00 Fællesspisning, live musik og hygge i det store telt.
- 19.30 Præmieoverrækkelse til de hurtigste individuelle svømmere og hold i Krüger Stafetten
- 20.30 Nattesvømning starter. Oplev det smukke syn af farvede lys i kanalerne, når hundredvis af svømmere begiver sig gennem kanalerne med selvlysende havtasker. I kan også selv være med!
- 22.00 Tak for i dag!

## Rabat og tilmelding

### Krüger Stafetten (for virksomheder):

Tid: fredag den 25. august 2023

Sted: Den Sorte Diamant

Rute: [Se ruten her](#)

Standardpris: 1.000 DKK for et hold (efter den 31. juli er prisen 1.100 DKK)

**Rabatkode:** Kontakt [copenhagenswim@svoem.dk](mailto:copenhagenswim@svoem.dk)

**Gyldighed:** SvømDanmark giver 20% rabat til Firmaidræt Storkøbenhavns medlemmer – gælder tilmelding både Krüger Stafetten og alle andre svømmedistancer i TrygFonden Christiansborg Rundt frem til den 1. august 2023!

**Firmaer med 10+ deltagere:** Kontakt [copenhagenswim@svoem.dk](mailto:copenhagenswim@svoem.dk) for samlet reservation af slots

[Læs alt om Krüger Stafetten og start tilmelding HER](#)