



Oslo Idrettslag ønsker velkommen til

OI Open, Rekruttstevne

på Norges Idrettshøgskole, Sognsvann lørdag 21. mars 2009

Øvelser

jenter			gutter		
Øv	Dist	Art	Øv	Dist	Art
1	25	rygg	2	25	rygg
3	25	bryst	4	25	bryst
5	25	b.fly	6	25	b.fly
7	50	fri	8	50	fri
9	100	medley	10	100	medley
11	4x50	Fri	12	4x50	fri

Basseng

25 meters ferskvannsbasseng med 6 baner og romslig tribune.

Premiering

Deltakerpremie til alle.

Starttider

Innsvømming kl. 9:00
Stevnestart kl. 9:45
Lagledermøte kl. 9:00

Stevneansvarlig

Trond Nymoen, 93248317

leder@oi-svømming.no

Påmelding

innen søndag 15. mars kl. 24:00 på e-mail til:

oi@medley.no

Startkontingent

Individuelt: kr 75 per deltaker

Stafetter: kr 150 per lag

Betaling

sendes på forhånd til kto. 8200.01.45757

Oslo Idrettslag, svømmeavd.

V/Bente Kaland

Nordbergbakken 2

0875 Oslo

Etteranmelding

mot dobbel kontingent i ledige baner på lagledermøte.

Kafeteria

Det vil bli mulig å få kjøpt pølser, kaker, vafler, kaffe, etc. i vår kafeteria under hele stevnet.

Adkomst

T-bane linje 3 til Sognsvann (15 min fra Nationaltheateret).

Gratis parkering ved Sognsvann utfartsparkering, evt. mot betaling ved NIH.

Øvrig informasjon/spørsmål

www.oi-svømming.no

leder@oi-svømming.no