

SK Speed inviterer til

OBOS Rekrutt

på Nordtvet Bad

søndag 17. mars 2013

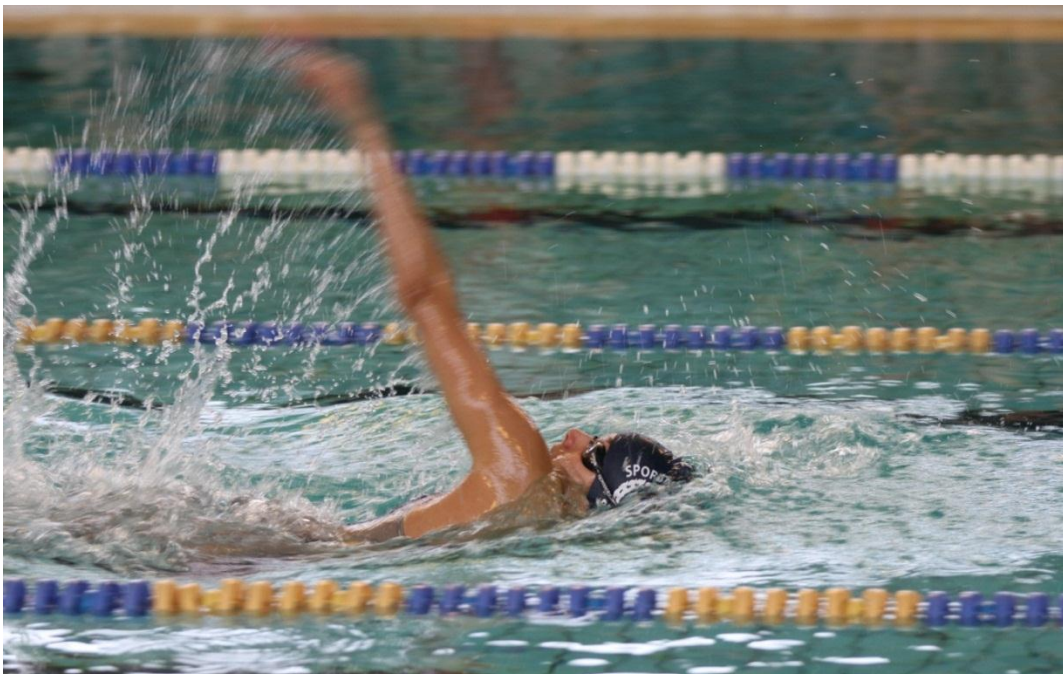


Foto: Thomas Liserud <http://www.tlfoto.net>

VELKOMMEN

I henhold til NSF's lover og regler har SK Speed Svømmegruppa gleden av å invitere svømmere født 2005 og tidligere til OBOS Rekrutt på Nordtvet Bad.

Det benyttes elektronisk tidtaking og resultatavle med angivelse av øvelse og heat.

BASSENGET

Nordtvet Bad har 25 m ferskvannsbasseng med 6 baner, og vann-temperatur på ca. 27 °C.

STARTTIDER

Innsvømming	8.30
Lagledermøte	8.30
Dommermøte	9.00
Stevnestart	9.30

Startlister og tidsskjema for øvelsene vil bli lagt ut på våre nettsider (www.sk-speed.no) før stevnet.

PÅMELDING

Påmelding må skje i stevnebørsformat (uni_p) via klubbene.

Påmelding **innen torsdag 7. mars 2013**.

Påmeldingen sendes helst som e-post til obos@sk-speed.no.

Etteranmelding godtas frem til og med lagledermøtet i ledige baner mot dobbel betaling.

STARTKONTINGENT

Kr. 75,- pr. deltaker uavhengig av antall starter og kr. 150,- pr stafettlag.

Startkontingenten betales samlet for klubben senest onsdag 13. mars til SK Speed, Postboks 5 Kalbakken, bankkonto 1645.16.66111. Merk innbetalingen med "OBOS rekrutt" og klubbnavn.

PREMIERING

Deltakerpremie til alle. Felles innmarsj og premieutdeling etter siste øvelse. Om noen må gå tidligere, så kan premie hentes i sekretariatet.

ADRESSEN

Adressen til Nordtvet Bad er Gårdsveien 4 (mellom Nordtvet Gård og Nordtvet skole og Grorud samfunnshus).

KAFETERIA

Kafeteria vil være åpen under stevnet med salg av kaker, vafler, pølser, kaffe, m.m.

ØVELSESOPPETT:

Jenter				Gutter			
Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse	Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse
1	25	Fri	05 o.e.	2	25	Fri	05 o.e.
3	50	Bryst	05 o.e.	4	50	Bryst	05 o.e.
5	25	Rygg	05 o.e.	6	25	Rygg	05 o.e.
7	50	Fri	05 o.e.	8	50	Fri	05 o.e.
9	25	Bryst	05 o.e.	10	25	Bryst	05 o.e.
11	50	Rygg	05 o.e.	12	50	Rygg	05 o.e.
13	4x50 Fri stafett mix (valgfri fordeling av jenter og gutter)						

Kontaktperson

Håkon Røed, mobil 97506338 eller stevne@sk-speed.no