FRISINN SPORTSKLUBB SVØMMEGRUPPEN

Postboks 4342, 4082 Stavanger

Stavanger 7. november 2016

Til: Svømmeklubbene
Rogaland Svømmekrets
Stavanger Svømmehall

Frisinn har i år igjen gleden av å invitere til rekruttstevne i Stavanger svømmehall

"JULEREKRUTTEN"

LØRDAG 10 DESEMBER 2016 KL. 11.00

Øvelser:
1/2: 50 m bryst jenter/gutter
3/4: 25 m rygg jenter/gutter
5/6: 50 m fri jenter / gutter
7/8: 25 m bryst jenter /gutter
9/10: 100 m medley jenter / gutter
Pause 30 min
11/12: 100m fri jenter/gutter
13/14: 25 m butterfly jenter /gutter
15/16: 50 m rygg jenter / gutter
17/18: 25 m fri jenter / gutter
19: 4 x 50 m fri mix
(Max 5 øvelser pr. utøver)

Årsklasser: Stevne er åpent for svømmere 8 år (2008) og eldre.
Innsvømming: **Kl. 10.00**
Stevnestart: **Kl. 11.00**
Lagledermøte: **Kl. 10.15**

Kiosk: Frisinn har nå tatt i bruk Mcash. Utvalget i kiosken finner du ved å scanne QR koden.:

Premiering: Deltaker premie til alle.

Påmeldingsfrist: Påmelding sendes til: pamelding@rogsk.no innen onsdag, 30.november 2016.
Kontaktperson påmeldinger:
Øyvind Sigvaldsen tlf: 992 16085
Stevneoppsett for «Jechsoft Victoria» kan lastes ned fra medley.no
Etteranmelding i ledige baner mot dobbeltstartkontingent

Startkontingent: Kr. 100,- pr. deltaker.

Innbetaling: Samtidig med påmelding betales startkontingenten til:
Frisinn Svømmegruppe
v/kasserer
Konto nr: 3201 13 35461

Bassenget: Bassenget er 25 meter, ferskvann, har 6 baner og holder en vanntemperatur på 26 grader. Det er elektronisk tidtaking og bølgebrytende baneskiller.

HJERTELIG VELKOMMEN TIL JULEREKRUTTEN 2016