



REGIONSØNSTRING 2007

Kolbotn Idrettslag Svømmegruppe har gleden av å invitere til krets/regionsmønstring for Akershus, Oslo og Østfold svømmekretser i Sofiemyrhallen 13. og 14.januar 2007.

Bassenget i Sofiemyrhallen er 25 m langt, har 6 baner og holder en temperatur på ca. 26 grader. Det er et klorfritt anlegg, og badehetter er påbudt. Det er installert nye startpaller.

Stevnestart kl. 11.00, med innsvømming fra kl. 10.00 begge dager. Lagledermøte starter kl. 10.00 begge dager.

Det vil bli elektronisk tidtaking ved John Erlend Christiansen (NSF).

Årsklasser

Klasseinndelingen for begge kjønn er:

Fra og med 11 år – til og med 15 år

I 2007 vil dette si de som er født i årene 1992 – 1993 – 1994 – 1995 – 1996.

NB! Alle deltakere i Krets/regionsmønstringen må svømme 5 øvelser (fri, rygg, bryst, butterfly, medley).

Premiering

For å øke standarden på krets/regionsmønstring blir det i år slått sammen resultatene av de tre kretsene til regionspremiering.

Den med høyest poengsum i 4 av 5 øvelser blir kåret til regionens mest allsidige jente/gutt.

Enkeltøvelser i hver årsklasse: pins – 1/3 premiering

Sammenlagt i hver årsklasse: medaljer – 1-3.plass

Staffetter: pins – 1-3.plass

Beste øvelse i hver årsklasse.

Stevneprogram:

Lørdag

Jenter

1. 400 m fri 1992-1996
3. 100 m rygg 1996
5. 200 m bryst 1992-1995
7. 100 m bryst 1996
9. 4x100 m fri 1992-1995
11. 4x50 m fri 1996

Gutter

2. 400 m fri 1992-1996
4. 100 m rygg 1996
6. 200 m bryst 1992-1995
8. 100 m bryst 1996
10. 4x100 m fri 1992-1995
12. 4x50m fri 1996

Søndag

Jenter

13. 200 m rygg 1992-1995
15. 50 m b.fly 1996
17. 200 m medley 1992-1996
19. 4x50 m medley 1996
21. 100 m b.fly 1992-1995
23. 4x100 medley 1992-1995

Gutter

14. 200 m rygg 1992-1995
16. 50 m b.fly 1996
18. 200 m medley 1992-1996
20. 4x50 m medley 1996
22. 100 m b.fly 1992-1995
24. 4x100 m medley 1992-1995

Påmelding:

Påmelding skjer til John Erlend Christiansen på km@medley.no innen kl. 24.00 4.januar 2007.

John Erlend Christiansen

Tlf. 90973709

Startkontingent:

Startkontingenten er kr 300,- pr. svømmer uansett antall starter og kr 150,- pr. lag.

Startkontingenten innbetales til Kolbotn Idrettslag Svømmegruppe kto.

6011.06.30541

Etteranmeldinger:

Etteranmeldinger aksepteres ikke til dette stevnet.