



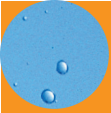


INNBYDELSE TIL HAUGESUNDS AVIS OPEN

Haugesund
05. - 06. april
2008



Haugesund Svømmeklubb har den store glede å invitere til **åpent stevne** i Haugesund. Stevnet arrangeres i **Haraldshallen** i Haugesund, hvor det er gode kommunikasjonsmuligheter med fly, båt, bil og buss.



Haugesunds Avis Open arrangeres i år for andre gang. Som det fremgår av navnet gjennomføres stevnet i nært samarbeid med Haugesunds Avis, som er en av klubbens hovedsponsorer. Vi har tatt mål av oss å etablere HA-Open som en tradisjon på denne tiden av året.

Stevnet arrangeres etter Norges Svømmeforbunds lover og regler. Bassenget inneholder saltvann, er 25meter langt, har 6 baner og holder en temperatur på ca. 27 grader. Bølgebrytende baneskiller. Elektronisk tidtaking. Påbudt med badehette.

Alle svømmere får T- skjorte som minne fra stevnet.

Stevnedato: 05. – 06. april 2008

Påmelding ønskes sendt som e-post, benytt fortrinnsvis Stevnebørsen/ Jechsoft Victoria.
[xml-fil for stevnet vil bli lagt ut på medley.no]



påmelding



Påmelding sendes til:

Haugesund Svømmeklubb
Postboks 155
5501 Haugesund

E-mail: post@haugesundsvkl.no

Påmelding må være Haugesund Svømmeklubb i hende innen 30.03.08 kl. 24:00. Påmeldingen sendes på mail.

Det er ingen etteranmelding.



startkontingent



Startkontingent

Kr. 75,- pr. individuell start

Kr. 150,- pr. lagøvelse

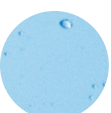
Startavgiften betales samtidig med påmeldingen.

Startkontingenten sendes til:

Haugesund Svømmeklubb

Bankkonto: 3240 42 61885 mrk. **Haugesunds Avis Open 2008**

Postboks 155, 5501 Haugesund



ØVELSESOPPSETT LØRDAG:

1.ØKT:

Øvelse 1:	400m	Fri	Herrer
Øvelse 2:	400m	Fri	Damer

Øvelse 3:	50m	Bryst	Herrer
Øvelse 4:	50m	Bryst	Damer

Øvelse 5:	200m	B. Fly	Herrer
Øvelse 6:	200m	B. Fly	Damer

Øvelse 7:	200m	Fri	Herrer
Øvelse 8:	200m	Fri	Damer

Øvelse 9:	4x50m	Rygg	Herrer
Øvelse 10:	4x50m	Rygg	Damer

PAUSE

2.ØKT:

Øvelse 11:	100m	Rygg	Herrer
Øvelse 12:	100m	Rygg	Damer

Øvelse 13:	200m	Rygg	Herrer
Øvelse 14:	200m	Rygg	Damer

Øvelse 15:	400m	I. Medley	Herrer
Øvelse 16:	400m	I. Medley	Damer

Øvelse 17:	50m	B. Fly	Herrer
Øvelse 18:	50m	B. Fly	Damer

Øvelse 19:	4x50m	Bryst	Herrer
Øvelse 20:	4x50m	Bryst	Damer

ØVELSESOPPSETT SØNDAG:

1.ØKT:

Øvelse 21:	200m	Bryst	Damer
Øvelse 22:	200m	Bryst	Herrer

Øvelse 23:	100m	Fri	Damer
Øvelse 24:	100m	Fri	Herrer

Øvelse 25:	50m	Rygg	Damer
Øvelse 26:	50m	Rygg	Herrer

Øvelse 27:	100m	B. Fly	Damer
Øvelse 28:	100m	B. Fly	Herrer

Øvelse 29:	4 x 50m	B. Fly	Damer
Øvelse 30:	4 x 50m	B. Fly	Herrer

PAUSE

2.ØKT:

Øvelse 31:	100	Bryst	Damer
Øvelse 32:	100	Bryst	Herrer

Øvelse 33:	800m	Fri	Damer
Øvelse 34:	800m	Fri	Herrer

Øvelse 35:	200m	I. Medley	Damer
Øvelse 36:	200m	I. Medley	Herrer

Øvelse 37:	50m	Fri	Damer
Øvelse 38:	50m	Fri	Herrer

Øvelse 39:	4x50m	Fri	Damer
Øvelse 40:	4x50m	Fri	Herrer

premiering

1. 1/3 premiering

Det blir vanlig 1/3 premiering i forhold til antall påmeldte i hver øvelse. Så her kan det bli premie også for 4. og 5. plass.

2. Beste svømmer i hver årsklasse – høyeste oppnådd poengsum

Beste svømmer i hver årsklasse får pokal

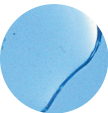
3. Beste klubb – høyeste oppnådd poengsum

Beste klubb, etter høyest antall poengsum uansett øvelser, får en gavesjekk på kr. 5.000,-

4. Deltagerpremie

Alle svømmere født i 1998 får deltagermedalje.
Alle svømmere, uansett årsklasse, får T-skjorte

Vi benytter internasjonal poengtabell for utregning av bestemannspremier.

**Lørdag:**

Stevnestart..... kl.12.00

Innsvømming kl.11.00

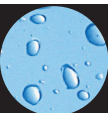
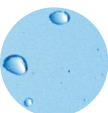
Lagledermøte..... kl.11.00

Søndag:

Stevnestart.....kl. 09.00

Innsvømming.....kl. 08.00

Lagledermøte.....kl. 08.00

Det vil bli kafé i forbindelse med stevnet**overnatting** må ordnes av klubbene selv, og vi kan anbefale:**Rica Maritim Hotel**

Åsbygaten 3

5528 Haugesund

Tlf.: (+47) 52 86 30 00

Faks: (+47) 52 86 30 01

E-post: rica.maritim.hotel@rica.no

AVTALTE PRISER:

På 3-mannsrom kr. 375,- pr person

På 2-mannsrom kr. 460,- pr person

På enkeltrom kr. 695,- pr person

Rica Maritim Hotel

-et Rica Partner Hotel i Caiano-gruppen

Rica Saga Hotel

Skippergaten 11, 5528 Haugesund

Tlf.: (+47) 52 86 30 00

Faks: (+47) 52 86 30 01

E-post: rica.maritim.hotel@rica.no**Rica Saga Hotel**

-et Rica Partner Hotel i Caiano-gruppen

**Da ønskes svømmere, ledere, dommere og alle andre interesserte
velkommen til Haugesunds Avis Open 2008**