

MjøS-Svøm 2008

10 baner

Nasjonalt stevne med internasjonal deltagelse

Ankerskogen svømmehall

fredag 13. til søndag 15. juni 2008



Med NSF's godkjennelse innbyr Hamar IL, Svømming til
Mjø̈s-Svøm 2008
i Ankerskogen Svømmehall, Hamar
Fredag 13.6 til søndag 15.6 - 2008

Mjø̈s-Svøm arrangeres for 26. gang i Ankerskogen svømmehall som er et av nordens største svømmeanlegg. Mjø̈s-Svøm er årets store massemonstring hvor både topp og bredde deltar i sommerens store svømmefest. Til årets stevne venter vi mer enn 800 svømmere til Hamar. Konkurransene vil bli avviklet på 50m langbane. Alle øvelser bortsett fra finaleøvelsene vil bli avholdt med 10 baner. Vanntemperatur 26 grader og saltinnhold 0,9%. Innsvømming 1 1/2 time før oppstart av hver konkurransedel. Det avholdes lagledermøte fredag kl 14.30, og dommermøte fredag kl 15.30

Øvelser:

Fredag 13.6 kl. 16.00

Øvelse	Kjø̈nn	Klasser
1. 200m IM	gutter	sr/89-96
2. 200m IM	jenter	sr/89-96
3. 50m fri	gutter	sr/89-96
4. 50m fri	jenter	sr/89-96
5. 100m butterfly	gutter	sr/89-96
6. 100m butterfly	jenter	sr/89-96
7. 50m bryst	gutter	sr/89-96
8. 50m bryst	jenter	sr/89-96
9. 6*50m fri	mixed	sr(Minst 2 av hvert kjø̈nn)

Lø̈rdag 14.6 kl. 08.30

Øvelse	Kjø̈nn	Klasser
10. 400m fri	gutter	sr/89-96
11. 200m rygg	jenter	sr/89-96
12. 50m butterfly	gutter	sr/89-96
13. 200m fri	jenter	sr/89-96
14. 200m bryst	gutter	sr/89-96
15. 100m bryst	jenter	sr/89-96
16. 100m fri	gutter	sr/89-96
17. 50m rygg	jenter	sr/89-96
18. 100m rygg	gutter	sr/89-96
19. 4*50m LM	jenter	sr/jr

Finalesekvens:

Finalesekvensen foregår lørdag 14.6 kl 18.00 på langbane – 8 baner. De 8 beste utøverne uansett årsklasse samles til ett heat i hver av følgende øvelser fra fredag og lørdag:

Lørdag 14.6 kl. 18.00

1. 200m rygg	jenter	7. 200m fri	jenter
2. 100m rygg	gutter	8. 100m fri	gutter
3. 200m IM	jenter	9. 100m bryst	jenter
4. 200m IM	gutter	10. 200m bryst	gutter
5. 100m butterfly	jenter	11. 6*50m fri	mixed
6. 100m butterfly	gutter	(Minst 2 av hvert kjønn)	

Søndag 15.6 kl. 08.30

Øvelse	Kjønn	Klasser
20. 400m fri	jenter	sr/89-96
21. 200m rygg	gutter	sr/89-96
22. 50m butterfly	jenter	sr/89-96
23. 200m fri	gutter	sr/89-96
24. 200m bryst	jenter	sr/89-96
25. 100m bryst	gutter	sr/89-96
26. 100m fri	jenter	sr/89-96
27. 50m rygg	gutter	sr/89-96
28. 100m rygg	jenter	sr/89-96
29. 4*50m LM	gutter	sr/jr

Premiering:

- Individuell 1/3 premiering i form av gavekort:
1. plass kr 150,- 2. plass kr 100,- 3. plass kr 75,- Øvrige kr 30,-
- Stafettene premieres for 1, 2, og 3 plassering.
- I finalene premieres 1, 2, og 3 plassering:
1. plass kr 500,- 2. plass kr 300,- 3. plass kr 200,-
- **MJØS-SVØMSTAFETT – Kr 10 000,- i premie.**
6*50m fri blir premiært med kr. 5000,- til vinner, kr 3000,- til 2. plass og kr 2000,- til 3. plass.
- Vandrepremie til beste klubb. Tilfaller beste klubb etter særskilt poengskala etter poeng oppnådd i alle øvelser i alle klasser.
NB! Må vinnes 3 ganger før vandrepremie tilfaller klubben til odell og eie.
- Det utdeles 1 bestemannspremie i en årsklasse gutter og jenter hver dag. Årsklassene for de ulike dagene trekkes på lagledermøtet fredag. Finalene er ikke med i konkurransen.

Påmelding/Startkontingent:

Påmelding til: mjos@medley.no

Startkontingent: kr 75,- pr individuelle start.
kr 150,- pr stafettlag.

Bankkonto: 1800.14.06503

Det er i år ikke kvalifiseringskrav til Mjøs-Svøm, men påmeldingstiden skal være bestetid satt i kvalifiseringsperioden som er fra 29. mai 2007 til 28. mai 2008. Har man ikke oppnådd tid på distansen iløpet av kvalifiseringsperioden godtas stipulert tid eller tid satt utenfor kvalperioden. Ved usikkerhet om bestetider og når disse er satt kan du sjekke dette på www.medley.no.

Det forbeholdes rett til heatbegrensning ved for stor deltagelse. Etteranmelding godtas hvis plass i heat mot dobbel startkontingent.

Påmeldingen må være sendt senest onsdag 28/5-2008.**Innkvartering/arrangement:**

Det er lagt til rette for skoleinnkvartering i gangavstand fra svømmehall for de som måtte ønske dette. Skoler som benyttes er Ankerskogen videregående skole og Børstad ungdomsskole (se kart på stevnets hjemmeside). Overnatting må bestilles i god tid før stevnet. Liggeunderlag må medbringes. Det er tilbud om frokost som serveres på Ankerskogen videregående skole. Den bestilles sammen med innkvarteringen. All bestilling av mat og overnatting gjøres på webadressen:

<http://hilsvomming.net/cms/index.php/mjossvom-2008/overnatt-mat>

På skolene tilbys det kylling på fredag og taco på lørdag.

Stevnet vil bli arrangert med Omega tidtakeranlegg, med scoreboard og Livetiming. Se også våre websider <http://hilsvomming.net/cms/index.php/mjossvom-2008/resultater>
Resultatlistene vil kun bli distribuert via internett.

LIVETIMING

De som ikke har mulighet til å være tilstede på stevnet har muligheten til å følge stevnet direkte på internett. Livetiming finnes på adressen: www.livetiming.no

Kontaktpersoner:

Generelt:	Håkon Iversøn	tlf 62530597	el 92833283
	Tor Aage Dæhli	tlf 62571948	el 95981859
Påmelding:	John Erlend Christiansen	tlf 90973709	
Overnatting:	Kjell Karlsen	tlf 97764260	

Priser:

Overnatting pr natt:	kr 85,-
Frokost pr stykk:	kr 50,-
Matpakke pr stykk:	kr 35,-
½ kylling m/ris, salat og brød (fredag)	kr 70,-
Taco (lørdag):	kr 110,-
Bestilling må gjøres på forhånd.	

Velkommen til Mjøs-Svøm 2008!