



ØVRE EIKER SVØMMEKLUBB
POSTBOKS 241, 3301 HOKKSUND

INVITASJON TIL ØVRE EIKER CUP 2010

LØRDAG 6. OG SØNDAG 7. MARS
Hokksund Svømmehall

Øvre Eiker Svømmeklubb har med NSF's godkjenning, gleden av å invitere til Øvre Eiker Cup i Hokksund Svømmehall, lørdag 6. og søndag 7. mars 2010. Bassenget er 25 m, har 5 baner, ferskvann og vanntemperatur på ca. 27 grader C. Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Stevnet er åpent for svømmere født i 2000 og eldre. **Det benyttes elektronisk tidtaking under stevnet.**

<u>Stevnestart</u>	<u>Innsvømming</u>	<u>Lagledermøte</u>
Lørdag kl. 10 00	fra kl. 09 00	kl. 09 00
Søndag kl. 10 00	fra kl. 09 00	kl. 09 00

Påmelding

Vi vil benytte oss av NSF's tjenester i forbindelse med påmeldinger og bekreftelse av disse, elektronisk tidtaking og utsendelse av resultatlister til de enkelte klubbene.

Påmelding i stevnebørsen format (foretrukket uni_p eller Victoria) sendes **innen 19. februar 2010 kl. 24.00** til:

jech@medley.no

John Erlend Christiansen
Varderingen 10,
2054 MOGREINA

Tlf. 90973709

Startkontingent

Startkontingenten er kr. 75,- for individuelle øvelser og kr. 150,- for lagstarter. Klasse 2000 betaler deltakeravgift på kr. 75,- pr. dag uavhengig av antall starter.

Startkontingenten bes innbetalt samlet fra hver klubb til Øvre Eiker Svømmeklubb, Postboks 241, 3301 HOKKSUND, Kontonr. 1638 03 72537 innen 18. februar 2009.

Etteranmelding i ledig bane godtas mot dobbelt startkontingent, som må betales kontant, på lagledermøte.

Premiering

- Det er 1/3 premiering i klassene **senior, 1991, 1992, 1993, 1994, 1995, 1996, 1997, 1998 og 1999.** (premiakuponger).
- For stafettene er det to premieklasser: Utøvere født 1994 og eldre, og utøvere født 1995 og yngre. (Yngre deltagere kan delta i eldste klasse, men kan bare svømme for et lag.)
- I årsklasse **1998, 1999 og 2000** vil det bli utdelt en **deltakerpremie til alle.**
- Alle vinner av øvelser/årsklasser/kjønn er med i trekningen av en flott bestemannspremie hver av dagene, utenom klasse 2000
- Pokal til beste klubb, basert på plasseringspoeng (minus klasse 2000).

Kafeteria

Øvre Eiker svømmeklubb vil ha kafeteria med salg av mat og drikke under stevnet. Vi kan blant annet tilby varm lunsj både lørdag og søndag. Vi vil ha livetiming på skjerm i kafeteriaen.

Overnatting og servering

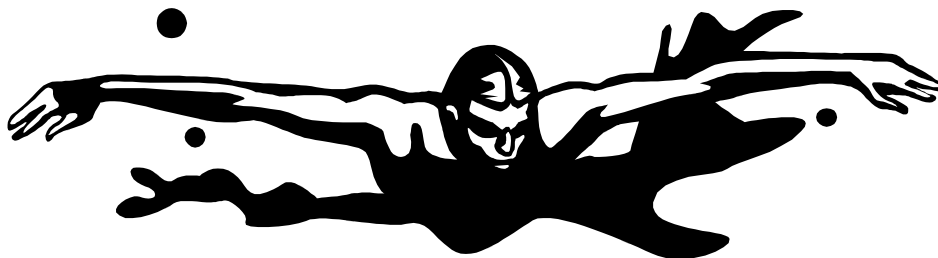
Det tilbys overnatting på skole i nærheten av svømmehallen fra fredag til søndag. Frokost og lunsj kan bestilles lørdag og søndag. Lørdag kveld er det lagt opp til servering av pizza. Klubber som ønsker overnatting og/eller servering, bes om å fylle ut vedlagte skjema og sende det sammen med påmeldingen. Øvre Eiker svømmeklubb har et samarbeid med Hokksund Båt og Camping AS. De har komfortable hytter til leie. Dersom dette er av interesse må klubbene selv ta kontakt med campingen for booking, tlf. 32754242

Informasjon

Spørsmål om Øvre Eiker Cup 2010 kan rettes til:

- * Vegard Knutsen, vegard.knutsen@ovre-eiker.kommune.no, Tlf. 91387810
- * Mari Rasmussen, marira2@online.no eller tlf 97011110

Vi legger startlister og resultatlister ut på Øvre Eiker svømmeklubb sin hjemmeside, [http:// www.oesk.com/](http://www.oesk.com/) og på <http://www.livetiming.no/>



Øvre Eiker Svømmeklubb ønsker svømmere, trenere, ledere og publikum velkommen til Øvre Eiker Cup 2010.

ØVELSESOPPSETT LØRDAG 6.3, KL. 10 00

Øvelse 1:	400 m fri	Jenter
Øvelse 2:	800 m fri	Gutter (maks 3 heat)
Øvelse 3:	100 m medley	Jenter
Øvelse 4:	200 m medley	Gutter
Øvelse 5:	50 m rygg	Jenter
Øvelse 6:	50 m rygg	Gutter
Øvelse 7:	100 m bryst	Jenter
Øvelse 8:	100 m bryst	Gutter

Pause

Øvelse 9:	4 x 50 m medley	Jenter, klasse 1994 og eldre, klasse 1995 og yngre
Øvelse 10:	4 x 50 m medley	Gutter, klasse 1994 og eldre, klasse 1995 og yngre
Øvelse 11:	200 m rygg	Jenter
Øvelse 12:	200 m rygg	Gutter
Øvelse 13:	100 m fri	Jenter
Øvelse 14:	100 m fri	Gutter
Øvelse 15:	100 butterfly	Jenter
Øvelse 16:	100 butterfly	Gutter
Øvelse 17:	200 m fri	Jenter

ØVELSESOPPSETT SØNDAG 7.3, KL 10 00

Øvelse 18:	400 fri	Gutter
Øvelse 19:	800 fri	Jenter (maks 3 heat)
Øvelse 20:	100 medley	Gutter
Øvelse 21:	200 medley	Jenter
Øvelse 22:	50 m fri	Gutter
Øvelse 23:	50 m fri	Jenter
Øvelse 24:	100 m rygg	Gutter
Øvelse 25:	100 m rygg	Jenter

Pause

Øvelse 26:	4 x 50 m fri	Gutter, klasse 1994 og eldre, klasse 1995 og yngre
Øvelse 27:	4 x 50 m fri	Jenter, klasse 1994 og eldre, klasse 1995 og yngre
Øvelse 28:	200 m bryst	Gutter
Øvelse 29:	200 m bryst	Jenter
Øvelse 30:	50 m bryst	Gutter
Øvelse 31:	50 m bryst	Jenter
Øvelse 32:	50 m butterfly	Gutter
Øvelse 33:	50 m butterfly	Jenter
Øvelse 34:	200 m fri	Gutter

ØVRE EIKER CUP 2010

Vi har følgende tilbud om overnatting og matservering:

Overnatting på skole	:	60 kr
Frokost	:	40 kr
Varm lunsj	:	60 kr
Servering av pizza lørdag kveld	:	90 kr (pizza og mineralvann)

Dersom man velger overnatting fra fredag til søndag inkludert alle måltidene kan vi tilby dette til en totalpris på kr. 350 pr. pers.

Ved overnatting fra lørdag til søndag inkludert lunsj lørdag og søndag, frokost søndag og pizza på lørdag kveld kan vi tilby dette til en totalpris på kr. 300 pr. pers.

Svømmerne må selv ha med seg liggeunderlag og sovepose.

Bestilling av overnatting og/eller matservering:

Klubb:.....

Vi bestiller følgende:

Overnatting på skole fra fredag til lørdag, stk a kr 60	kr.....
Overnatting på skole fra lørdag til søndag, stk a kr 60	kr.....
Frokost lørdag, stk a kr 40	kr.....
Lunsj lørdag, stk a kr 60	kr.....
Frokost søndag stk a kr 40	kr.....
Lunsj søndag, stk a kr 60	kr.....
Pizza lørdag kveld stk a kr 90	kr.....
Totalpris fredag til søndagstk a kr 350	kr.....
Totalpris lørdag til søndagstk a kr 300	kr.....
Sum		kr_____

Bestillingen sendes sammen med påmeldingen.