



1927-2007

Finnmark Open 2011

OPPLYSNINGER

Innbydelse:

Med NSF's godkjenning har **Hammerfest svømme- og livredningsklubb** gleden av å innby til **Finnmark Open 2011**. Stevnet arrangeres i Isbjørnhallen **lørdag 15. oktober og søndag 16. oktober**.

Bassenget:

Isbjørnhallen i Hammerfest har 25 m basseng med 6 baner, vanntemp. på 27 grader C. Det konkurreres etter NSF's lover og regler.

Det approberte stevne er åpent for utøvere i aldersklasse 2001 og eldre.

Stevnestart:

Lørdag 15.oktober **kl.1000**

Stevnet deles i to økter lørdag. Andre økt starter etter "Pausesvøm".
Pausesvøm(ikke approberte svømmere. Ev. påmelding til Pausesvøm sendes i lag med påmeldingen til stevnet)
Tidspunkt kommer vi tilbake til med bakgrunn i antall påmeldinger til stevnet.

Søndag 16 . oktober **kl. 0900**

Vi vil vurdere hengende start på søndag , utfra hvor mange påmeldinger som kommer. Vi avtaler dette på lagledermøtet lørdag.

Innsømming:

1 time før stevnestart begge dager.

Defilering :

Før stevnestart på lørdag.

Lagledermøte:

Lørdag 15. oktober **kl. 0830**

Ledermøte ønsker vi i hovedsak å bruke på rammen rundt stevnet, praktiske opplysninger m.m.
Derfor ber vi om at evt. etteranmeldinger og strykninger gjøres før lagledermøtet til sekretariatet. **Alle endringer fra påmeldingen leveres skriftlig i sekretariatet.**

Startavgift:

Individuell start: **kr 60,-**
Lagstart: **kr 120,-**
Innbetales på konto: **05396679207**

Etteranmeldelse aksepteres dersom ledig plass i heatet, mot dobbelstartkontingent.

Påmelding: Påmeldingsansvarlig: Reidar Kvalvik – påmeldinger sendes på mail – kobbenfil- til: reidarkv@gmail.com
Overnatting antall og servering (pizza) lørdag sendes også til : reidarkv@gmail.com

Påmeldingsfrist: **Torsdag 5.oktober 2011**

Øvelsesutvalg: Se vedlegg.

Tidtaking: Det blir elektronisk tidtaking.

Premiering:

Det gis 1/3 premiering, samt 2. og 3. pl. der det ikke gis ved 1/3 premiering.

En bestemannspremie for beste jente og gutt deles ut for de som er i årsklassen mellom 2001 og 1992. Her er det de tre beste øvelsene som teller.

Blant alle svømmerne blir det også trukket ut en gutt og ei jente som får en premie hver.

Premieutdeling med pizza servering felles for alle på lørdag i aulaen på videregående skole

Søndag etter hver 4 øvelse

Servering: Under stevnet vil det være kafe i svømmehallen med salg av bagetter, brus, saft, vann, kaffe, pølser, frukt m.m.
Pizza og juce blir servert under premieutdelingen lørdag.

Innkvartering: Det vil bli overnatting på Fuglenes skole. Overnatting tilbys på skolen for Kr 70,- pr. deltaker pr. natt. Voksen leder fra hver klubb må overnatte sammen med svømmerne og ha ansvar for disse. En ansvarshavende for hver klubb, gi beskjed om dette ved påmelding, samt mobilnr til vedkommende.

Kontaktpersoner: Jørunn Iversen mob. 980 60 988
E-post – post@hslk.no

Sosialt samvær: Det vil bli sosialt samvær og premieutdeling lørdags kveld på videregående skole lørdag

Det serveres pizza og juce på lørdag til en pris av **110,- pr. person**.
Bestilling av pizza sendes i lag med overnattingen - husk antall.

Dommere: Vi trenger dommere til stevnet og oppfordrer klubbene til å være behjelpelig med dommere under stevnet. Dommere kan ta direkte kontakt med Jørun.

Hammerfest Svømme- og Livredningsklubb ønsker svømmere og ledere velkommen til en trivelig svømmehelg i Hammerfest.

Med hilsen

Hammerfest svømme- og livredningsklubb
Jørunn Iversen
leder

ØVELSER FINNMARK OPEN 2011

Lørdag			Søndag		
1	400 m fri	Gutter	15	4 x100 m fri	Gutter
2	400 m fri	Jenter	16	4x 100 m fri	Jenter
3	100 m bryst	Gutter	17	200 m bryst	Gutter
4	100 m bryst	Jenter	18	200 m bryst	Jenter
5	50 m butterfly	Gutter	19	50 m rygg	Gutter
6	50 m butterfly	Jenter	20	50 m rygg	Jenter
7	200 m rygg	Gutter	21	100 m butterfly	Gutter
8	200 m rygg	Jenter	22	100 m butterfly	Jenter
Pause – m pausesvøm			23	50 m bryst	Gutter
9	200 m fri	Gutter	24	50 m bryst	Jenter
10	200 m fri	Jenter	25	100 m medley	Gutter
11	50 m fri	Gutter	26	100 m medley	Jenter
12	50 m fri	Jenter	27	100 m fri	Gutter
13	4 x 50 m LM	Gutter	28	100 m fri	Jenter
14	4 x 50 m LM	Jenter			
				Premieutdeling etter hver fjerde øvelse.	