

---

SK Speed inviterer til

# OBOS CUP 2012

lørdag 24. - søndag 25. mars

på Nordtvet Bad



Foto: Thomas Lislerud <http://www.tlfoto.net>

***Vi fortsetter suksessen fra i fjor med kåring av "Dagens heldigste"!***

***Premien er en Ipod Nano.***

Trekningen foregår slik: Vi trekker først øvelse, deretter heat og til slutt bane for å finne svømmeren som vinner. Alle individuelle øvelser lørdag teller.

## VELKOMMEN

I henhold til terminliste, NSF's lover og regler og med NSF's godkjenning, inviterer vi igjen svømmere født 2002 og tidligere til OBOS Cup på Nordtvet Bad. Stevnet arrangeres i samarbeid med OBOS. Elektronisk tidtaking.

## INNSVØMMING OG LAGLEDERMØTE

Tidspunkter		
	Lørdag	Søndag
Innsømming	09.00	09.00
Lagledermøte	09.00	09.00
Dommermøte	09.35	09.35
Stevnestart	10.00	10.00

Det vil være ny innsømming på 30 min. etter at øvelse 22. 1500 fri er ferdig.

## PÅMELDING

Påmelding fra klubbene må være sendt senest **onsdag 14. mars 2012 kl. 23.59**.

Påmeldingen sendes som e-post til [obos@sk-speed.no](mailto:obos@sk-speed.no). Påmeldingen sendes i Stevnebørs-kompatibelt format.

Etteranmeldinger godtas frem til og med lagledermøtet i ledige baner mot dobbel betaling.

**Vi ber om at strykninger og etteranmeldinger sendes på mail i forkant av stevnet.**

Dersom etteranmeldinger sendes i uni\_p format, så frafaller vi dobbel avgift frem til program går i trykken.

**Lagoppsett stafetter** skal sendes på mail eller leveres på lagledermøtet. Skjema for lagregistrering vil bli gjort tilgjengelig på livetiming.no.

## STARTKONTINGENT

Deltakelse koster kr. 75,- pr. individuell start og klubbene betaler kr. 150,- pr stafettlag.

Svømmere født 2002 betaler kr. 75,- uansett antall starter.

**Startkontingent faktureres klubben etterskuddsvis.** Vi ber om at e-post adressen til klubbens kasserer blir oppgitt sammen med påmeldingen. Spesifisert faktura blir sendt elektronisk til klubben etter stevnet.

## KLASSEINNDELING

- Individuelle øvelser: Senior og årsklasser født 1993-2002.
- Stafettøvelsene: Eldre junior (93-97), Yngre junior (98-02).
- Finaleøvelsene: Eldre junior (93-97), Yngre junior (98-99) og klasse 00/01.

## PREMIERING

Det er 1/3 premiering i alle årsklasser, unntatt 2002. Det er deltakerpremier i årsklasse 00-02.

Premier for individuelle øvelser deles ut fortløpende etter hvert som resultatlister henges opp og til stevnets slutt.

På stafettene deles det ut premie for 1, 2 og 3 plass.

**Finaleøvelsene:** Vinner i klassene eldre og yngre junior i finaleøvelsene (33/34) mottar kr. 1000,-, nr. 2 får kr. 600,- nr. 3 kr. 300,- og resterende 3 finalister mottar kr. 200,- hver. Utbetaling skjer til klubbene.

Klasse 00/01 får annen premiering.

**OBOS-mix-stafetten:** 2 jenter og 2 gutter fritt fordelt.

Premie til de 3 beste lagene for jenter og gutter i klasse Eldre junior. 1. premie kr 1000, 2. premie kr 600 og 3. premie kr 200. Premien betales til klubbene.

## BESTE KLUBB SAMMENLAGT

Vandrepokal til beste klubb. Må vinnes 3 ganger for varig besittelse!

Tidligere vinnere av pokalen	År
SK Speed	2006
Kolbotn	2007,2010
Elverum	2008
Skjetten	2009
Ullensakersvømmene	2011

### Øvelsesoppsett lørdag

Jenter				Gutter			
Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse	Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse
1	400	Fri	02 o.e.	2	400	Fri	02 o.e.
3	100	Rygg	02 o.e.	4	100	Rygg	02 o.e.
5	50	Fri	02 o.e.	6	50	Fri	02 o.e.
7	100	Medley	02 o.e.	8	100	Medley	02 o.e.
9	50	Fly	02 o.e.	10	50	Fly	02 o.e.
<b>Pause</b>							
12	OBOS-stafetten 4x50 medley mix 00 o.e.						
13	200	Bryst	02 o.e.	14	200	Bryst	02 o.e.
15	100	Fly	02 o.e.	16	100	Fly	02 o.e.
17	200	Rygg	02 o.e.	18	200	Rygg	02 o.e.
19	100	Fri	02 o.e.	20	100	Fri	02 o.e.

### Øvelsesoppsett søndag

Jenter				Gutter			
Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse	Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse
21	1500	Fri	01 o.e.	22	1500	Fri	01 o.e.
<b>Innsømming 30 min</b>							
23	200	Medley forsøk	02 o.e.	24	200	Medley forsøk	02 o.e.
25	100	Bryst	02 o.e.	26	100	Bryst	02 o.e.
27	50	Rygg	02 o.e.	28	50	Rygg	02 o.e.
29	200	Butterfly	02 o.e.	30	200	Butterfly	02 o.e.
<b>Pause</b>							
31	4x100	Fri	02 o.e.	32	4x100	Fri	02 o.e.
33	200	Medley finale	93-01	34	200	Medley finale	93-01
35	50	Bryst	02 o.e.	36	50	Bryst	02 o.e.
37	200	Fri	02 o.e.	38	200	Fri	02 o.e.

- Finalene: De 6 beste i øvelse 200 medley i hver av de 3 klassene.
- Det er max 2 heat i hver av øvelse 21 og 22

## **BASSENGET**

Nordtvet Bad har 25 m ferskvannsbasseng med 6 baner, bølgedempende baneskiller og vann-temperatur på ca. 27°C.

## **STARTLISTER**

Startlister, tidsskjema og resultater vil bli lagt ut på stevnets hjemmeside på livetiming. Adressen er: <http://livetiming.medley.no/stevnedetaljer.aspx?stevnenr=1430>.

## **ANNEN INFORMASJON**

Kafeteria med godt utvalg i frukt, mat og drikke slik vi er vant med på slike stevner. Stevnet er åpent også for funksjonshemmede.

Arrangøren vil kunne sette begrensninger for antall deltakere i enkeltøvelser eller i totalt antall øvelser pr. svømmer (også for enkeltårsklasser) hvis stevnet ellers viser seg å bli for langvarig.

## **ADRESSEN**

Adressen til Nordtvet Bad er Gårdsveien 4 (mellom Nordtvet Gård og Nordtvet skole og Grorud samfunnshus).

Det er stor parkeringsplass ved Grorud samfunnshus.

Det er også mulig å ta t-bane linje 5 og gå av på Kalbakken stasjon. Det er ca 10 min og gå til badet.

## **SPØRSMÅL**

- om påmelding rettes til Håkon Røed på mobil 97 50 63 38 eller [obos@sk-speed.no](mailto:obos@sk-speed.no)
- om annet rettes til Ola Viken på mobil 92 04 92 75 eller [stevne@sk-speed.no](mailto:stevne@sk-speed.no) .

Ola Viken og Håkon Røed  
Stevneutvalget SK Speed

E-post: [stevne@sk-speed.no](mailto:stevne@sk-speed.no)

# Velkommen til OBOS CUP 2012



---

## Statutter for vandrepokal, OBOS CUP

Statuttene er i tråd med FINA's generelle regler for idretten og er godkjent av kretsstyret i Norges Svømmeforbund.

- Disse statutter gjelder for **OBOS CUP Vandrepokal**, premie ved SK Speeds årlige OBOS CUP. Konkurransen avholdes i regi av SK Speed med støtte fra Boligselskapet OBOS på Nordtvet Bad, Oslo.
- Statuttstyret er det til en hver tid sittende stevneutvalg i SK Speed.
- Pokalen er satt opp som premie for beste klubb sammenlagt under stevnet basert på antall personlige rekorder i forhold til påmeldingstid for den enkelte klubbs individuelle utøvere. Beregningen skjer basert på samtlige individuelle øvelser, og øvelsenes antall og art kan variere fra år til år.
- Alle norske klubber som deltar i stevnet har rette til å konkurrere om premien.
- Resultatet beregnes slik: 1) Resultatlisten utarbeides etter prosentvis antall forbedringer i forhold til påmeldingstid medregnet samtlige av hver klubbs deltakere i samtlige individuelle øvelser. 2) Følgende teller ikke med i beregningen: a) Starter uten påmeldingstid, b) stafetter, c) finaleøvelser og d) 10-åringer. 3) For klubber med færre enn 50 starter er beregningsgrunnlaget 50 tellende starter. 4) Påmeldingstiden må være svømmerens beste oppnådde tid siste 12 måneder eller bedre.
- Den beste klubb får napp i pokalen, og har da rett til fysisk å beholde pokalen i perioden fram til neste OBOS CUP.
- Pokalen overleveres vinner umiddelbart etter stevnet. Plakett med inngravert navn på vinner oversendes vinnerklubb som tar ansvar for å feste denne på pokalen.
- Det blir fra SK Speed sin side foretatt en innkalling av pokalen i god tid før det påkommende OBOS CUP. Pokalen skal være Speed i hende innen stevnestart.
- Den klubb som først har tre napp i pokalen, vinner pokalen til odel og eie.