

**SK Speed inviterer til**

# **Speed Open**

**3. - 4. november 2012**

**på Nordtvet Bad**



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

***100 fri finaler søndag for klassene yngre og eldre junior.***

***Kvalifisering lørdag.***

## VELKOMMEN

I henhold til terminliste, NSF's lover og regler og med NSF's godkjenning, inviterer vi svømmere født 2002 og tidligere til Speed Open på Nordtvet Bad. Funksjonshemmede, med eller uten klassifisering, oppfordres særskilt til å delta.

## PÅMELDING

Påmelding via klubbene på e-post til [open@sk-speed.no](mailto:open@sk-speed.no) med uni\_p.txt fil.

Siste frist er **fredag 26. oktober 2012**.

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.

Funksjonshemmede i alle klasser (inkl. S14 CA) oppfordres til å delta. Klubbene må passe på å melde inn utøverens klasse og eventuelt underklasser og kategoriseringer i egen e-post (siden disse ikke registreres i ordinær påmeldingsfil).

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.

## BETALING

Deltakelse koster kr. 75,- pr. individuell start og kr. 150,- pr stafettlag. Svømmere født 2002 betaler kr. 75,- uansett antall starter.

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

**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: En klasse.
- Finaleøvelsene: Eldre junior (93-97) og yngre junior (98-01).

## 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.

Premier for finaleøvelsene er ikke fastsatt enda.

# ØVELSESOPPSETT

## LØRDAG 3. NOVEMBER

INNSVØMMING KL. 08.45 – 09.55. STEVNESTART KL. 10.00

Jenter				Gutter			
Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse	Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse
1	200	Medley	02 o.e.	2	200	Medley	02 o.e.
3	100	Fly	02 o.e.	4	100	Fly	02 o.e.
5	50	Rygg	02 o.e.	6	50	Rygg	02 o.e.
7	50	Bryst	02 o.e.	8	50	Bryst	02 o.e.

### Pause

9	100	Fri forsøk	02 o.e.	10	100	Fri forsøk	02 o.e.
11	200	Rygg	02 o.e.	12	200	Rygg	02 o.e.
13	100	Bryst	02 o.e.	14	100	Bryst	02 o.e.
15	4x50	Fri	02 o.e.	16	4x50	Fri	02 o.e.
17	800	Fri	02 o.e.	18	800	Fri	02 o.e.

- Det er max 2 heat i hver av øvelse 17 og 18

## SØNDAG 4. NOVEMBER

INNSVØMMING KL. 08.45 – 09.55. STEVNESTART KL. 10.00

Jenter				Gutter			
Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse	Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse
19	400	Fri	02 o.e.	20	400	Fri	02 o.e.
21	50	Fly	02 o.e.	22	50	Fly	02 o.e.
23	50	Fri	02 o.e.	24	50	Fri	02 o.e.
25	100	Medley	02 o.e.	26	100	Medley	02 o.e.

### Pause

27	100	<i>Fri finale</i>	<i>93-01</i>	28	100	<i>Fri finale</i>	<i>93-01</i>
29	4x50	Medley	02 o.e.	30	4x50	Medley	02 o.e.
31	200	Bryst	02 o.e.	32	200	Bryst	02 o.e.
33	100	Rygg	02 o.e.	34	100	Rygg	02 o.e.
35	200	Fri	02 o.e.	36	200	Fri	02 o.e.

- Finalene: De 6 beste i hver klasse fra øvelse 9 og 10 - 100 fri på lørdag

## INNSVØMMING OG LAGLEDERMØTE

	Lørdag	Søndag
Innsømming	08.45	08.45
Lagledermøte	09.00	09.00
Dommermøte	09.40	09.40
Stevnestart	10.00	10.00

## ANNEN INFORMASJON

Elektronisk tidtaking.

Startlister, tidsskjema og resultater vil bli lagt ut på stevnets hjemmeside på livetiming.

Adressen er: <http://livetiming.medley.no/stevnedetaljer.aspx?stevnenr=1431>.

Kafeteria med godt utvalg i frukt, mat og drikke slik vi er vant med på slike stevner.

Stevnet er åpent også for funksjonshemmede.

## NORDTVET BAD

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

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 å gå til badet.

## SPØRSMÅL

- om påmelding rettes til Håkon Røed på mobil 97 50 63 38 eller [open@sk-speed.no](mailto:open@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 Speed Open 2012

