



*Øvre Eiker Svømmeklubb  
har gleden av å invitere til*

# *Øvre Eiker Cup 2013*

*I Hokksund*

*lørdag 16. og søndag 17. mars 2013*



*Premie til beste klubb*

## VELKOMMEN

Med NSF godkjenning og i.h.t NSF lover og regler, har Øvre Eiker Svømmeklubb gleden av å invitere til Øvre Eiker Cup i Hokksund lørdag 16. mars og søndag 17. mars 2013.

Stevnestart begge dager er kl. 10.00

## BASSENGET OG TIDTAKNING

Bassenget har **ferskvann**, er 25 meter, har fem baner og temperaturen ligger på ca 28. grader.

Det benyttes helautomatisk tidtaking med resultatavle på vegg, samt livetiming



## ÅRSKLASSER

Stevnet er åpent for alle svømmere født i 2003 og eldre, herunder master klasser.

**Eldste juniorklasse er 1994.**

Det **må** fremgå av påmeldingen om man skal delta som masters.

Stafetten svømmes i to klasser:

a) 1997 og eldre og b) 1998 og yngre

## PÅMELDING

Påmelding må være oss i hende senest

**onsdag 6. mars.**

Klubben bruker dataprogrammet Jechsoft Victoria. Påmelding sendes på e-post til: svein.atle.pettersen@gmail.com

Vi oppfordrer alle som IKKE har oppnådd tid de siste tolv måneder, til å melde på med stipulert tid, slik §G22A6 i de generelle regler for idretten gir anledning til

## STARTKONTINGENTER

Kr 75.- pr. individuell start og kr. 150.- pr. lagstart. Svømmere i årsklasse 2002 betaler kun 75.- uavhengig av antall starter. Etteranmeldinger godtas i ledig bane mot dobbel startkontingent. *Startkontingent, betaling for bestilt mat og eventuelle andre utgifter faktureres klubben etterskuddsvis.* All betaling **MÅ** gå gjennom deltagerklubben og IKKE direkte fra utøvere. Vi håper dette vil forenkle arbeidet med betaling, både for de deltagende klubbene og for oss, Vi ber om at e-post adresse til klubbens kasserer blir oppgitt sammen med påmeldingen.

## PREMIERING.

Det er 1/3-dels premiering i alle årsklasser, unntatt årsklasse 2003 som kun får en deltagerpremie for stevne. Årsklassene 2002 og 2001 får i tillegg til 1/3-premiering, også deltagerpremie for stevne. Mastersvømmere premieres med medaljer i sine respektive klasser.

## BESTEMANNSPREMIER:

Vi øker i år fokuset på gode prestasjoner.

- 1) Flott glasspokal fra ærverdige Nøstetangen Glass til beste klubb.
- 2) Det blir trukket en I-pod til en gutt og en jente, blant alle de som har vunnet en øvelse under stevnet.
- 3) Høyeste poengsum junior jente: 750.-
- 4) Høyeste poengsum junior gutter: 750.-
- 5) Høyeste poengsum uansett kjønn og årsklasse: 1.000.-

(Poengsum for siste tre bestemanspremier etter FINA-2011 poengtabell)



### INNSVØMMING OG LAGLEDERMØTE

Innsvømming begge dager fra kl. 08.30  
Lagledermøte i kommunens kantine (vegg i vegg med svømmehall) lørdag kl. 09.00.

### OVERNATTING OG SERVERING

Det tilbys overnatting på skole i nærhet av svømmehall. Liggeunderlag samt sovepose må medbringes.

For de som ankommer fredag kveld, vil det være mulighet for å få kjøpt kveldsmat. 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 vedlagt skjema og sende det sammen med påmelding.

### KAFETERIA

Et rikt utvalg av frukt, mat og drikke vil være å få kjøpt i kafeteria tilknyttet svømmehallen.

### HVILEROM

I tilknytning til svømmehallen ligger kommunes kantine. Alle måltider vil bli servert i kommunens her, og lokaler vil også bli brukt som "hvilerom" for de som ønsker det.

### ANNEN INFORMASJON

Startlister m.m. vil være tilgjengelig på våre nettsider [www.oesk.com](http://www.oesk.com) i uken før stevnet. Spørsmål om stevnet kan stilles til Jon Peter Wium på tlf. 91843250 (post@globalbeverage.no), eller til Stevneleder Kevin Perry på tlf. 41429062 (k.perry@online.no)

Det er **gratis parkering** rett utenfor svømmehallen, som for øvrig ligger midt i Hokksund sentrum (Rådhuset)

Kjøretid til Hokksund fra:

*Drammen*: 25 minutter

*Asker*: 35 minutter

*Moss*: ca 1 time og 25 minutter  
(Gjennom Oslofjordtunellen)

*Larvik*: ca 1 time og 20 minutter

*Jessheim*: ca 1 time 30 minutter

*Gjøvik og Elverum*: ca 2 timer.

*Trollhattan*: ca 4 timer

*Tromsø ☺*: ca 4 timer. (med fly + tog)



# VELKOMMEN SKAL DERE VÆRE

## ØVELSESOPPSETT LØRDAG 16. MARS, 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 1997 og eldre, klasse 1998 og yngre
- Øvelse 10: 4 x 50 m medley gutter, klasse 1997 og eldre, klasse 1998 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 17. MARS, 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 1997 og eldre, klasse 1998 og yngre
- Øvelse 27: 4 x 50 m fri jenter, klasse 1997 og eldre, klasse 1998 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

# Overnatting og mat i.f.m. Øvre Eiker Cup 2013

Vi har følgende tilbud om overnatting og matservering:

Overnatting på skole pr. natt	: 70 kr
Kveldsmat fredag	: 55 kr
Frokost	: 55 kr
Varm lunsj	: 80 kr
Servering av pizza lørdag kveld	: 100 kr (pizza og mineralvann)

*Dersom man velger overnatting fra fredag til søndag inkludert alle måltider, kan vi tilby dette til en totalpris på kr. 460.- 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. 335.- pr. pers.*

Svømmerne må selv ha med seg liggeunderlag og sovepose.

Klubb:.....E-post.....

Vi bestiller følgende:

Overnatting på skole fredag til lørdag, .....	stk a kr 70.- = .....
Overnatting på skole lørdag til søndag, .....	stk a kr 70.- = .....
Kveldsmat fredag.....	stk a kr 55.- =.....
Frokost lørdag, .....	stk a kr 55.- = .....
Varm lunsj lørdag, .....	stk a kr 80.- = .....
Frokost søndag .....	stk a kr 55.- = .....
Varm lunsj søndag, .....	\$\$\$stk a kr 80.- = .....
Pizza lørdag kveld .....	stk a kr 100.- = .....
Totalpris fredag (kvelsmat) til søndag .....	stk a kr 460.- = .....
Totalpris lørdag (lunsj) til søndag .....	stk a kr 335.- = .....

Sum kr \_\_\_\_\_

Vennligst oppgi om dere har deltagere med matallergier, og i så fall hva slags type allergi.:

**NB: Bestillingen sendes sammen med påmeldingen.**