

SK Speed inviterer til
OBOS CUP 2013

lørdag 16. - søndag 17. mars

på Nordtvet Bad



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

VELKOMMEN

I henhold til terminliste, NSF's lover og regler og med NSF's godkjenning, inviterer vi svømmere født 2003 og tidligere til OBOS Cup på Nordtvet Bad. Stevnet arrangeres i samarbeid med OBOS. Elektronisk tidtaking.

INNSVØMMING OG LAGLEDERMØTE

Tidspunkter		
	Lørdag	Søndag
Innsømming	08.45	12.30
Lagledermøte	09.00	12.30*
Dommermøte	09.30	13.00
Stevnestart	10.00	13.30

*Ved behov.

Ved stor deltagelse forbeholder vi oss retten til å endre på ovennevnte tidspunkt!

PÅMELDING

Påmelding fra klubbene må være sendt senest **torsdag 7. mars 2013**.

Påmeldingen sendes som e-post til obos@sk-speed.no og i stevnebørs-kompatibelt format.

Vennligst kontroller at stafettlag meldes på i riktig klasse!

Arrangøren oppfordrer alle som ikke har oppnådd tid siste 12 mnd. til å melde på med stipulert tid slik G22A6 gir anledning til. **På 1500 fri er påmeldingstid obligatorisk.**

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).

Strykninger, etteranmeldinger og lagoppsett

Strykninger kan registreres av klubbene selv på ltmobil.medley.no. Dersom dette ikke er mulig, så må strykninger sendes på mail så snart som mulig. Lagoppsett leveres på stevnekontoret eller via ltmobil.medley.no senest 2 timer før øvelsen starter.

Etteranmelding meldes til obos@sk-speed.no. Strykninger og ønske om etteranmeldinger til søndag kan også leveres skriftlig på stevnekontoret.

STARTKONTINGENT

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

Svømmere født 2003 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 1994-2003.
- OBOS-mix-stafetten: Eldre junior (94-98), Yngre junior (99-03).
- OBOS Cup 50 fri: En klasse for hvert kjønn.

PREMIERING

Det er 1/3 premiering i alle årsklasser unntatt 2003. Det er deltakerpremier i årsklasse 01-03.

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.

OBOS Cup 50 fri: 1 pr. gavekort kr. 1000,-, 2 pr. gavekort kr. 600,-, 3 pr. gavekort kr. 300,-.

Øvelsesoppsett lørdag

INNSVØMMING KL. 08.45 – 09.55. STEVNESTART KL. 10.00

Jenter				Gutter			
Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse	Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse
1	400	Fri	03 o.e.	2	400	Fri	03 o.e.
3	200	Rygg	03 o.e.	4	200	Rygg	03 o.e.
5	50	Fri	03 o.e.	6	50	Fri	03 o.e.
7	100	Bryst	03 o.e.	8	100	Bryst	03 o.e.
9	50	Fly	03 o.e.	10	50	Fly	03 o.e.
OBOS Cup - 50 fri jenter og gutter							
11	50	Fri	Kvartfinale	12	50	Fri	Kvartfinale
13	50	Fri	Semifinale	14	50	Fri	Semifinale
15	50	Fri	Finale	16	50	Fri	Finale
Pause							
17	OBOS-stafetten 4x50 medley mix 03 o.e.						
19	100	Medley	03 o.e.	20	100	Medley	03 o.e.
21	100	Fly	03 o.e.	22	100	Fly	03 o.e.
23	50	Rygg	03 o.e.	24	50	Rygg	03 o.e.
25	100	Fri	03 o.e.	26	100	Fri	03 o.e.
27	200	Bryst	03 o.e.	28	200	Bryst	03 o.e.

- Øvelse 11 og 12: OBOS Cup kvartfinale: De 24 beste fra øvelse 5 og 6.
- Øvelse 13 og 14: OBOS Cup semifinale: De 3 beste fra hver av kvartfinalene.
- Øvelse 15 og 16: OBOS Cup finale: De 3 beste fra hver av de to semifinalene.

Øvelsesoppsett søndag

INNSVØMMING KL. 12.30 – 13.25. STEVNESTART KL. 13.30

Jenter				Gutter			
Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse	Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse
29	200	Fri	03 o.e.	30	200	Fri	03 o.e.
31	200	Fly	03 o.e.	32	200	Fly	03 o.e.
33	50	Bryst	03 o.e.	34	50	Bryst	03 o.e.
35	200	Medley	03 o.e.	36	200	Medley	03 o.e.
37	100	Rygg	03 o.e.	38	100	Rygg	03 o.e.
39	1500	Fri	01 o.e.	40	1500	Fri	01 o.e.

- Det er max 2 heat i hver av øvelse 39 og 40

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>.

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.

Av sportslige hensyn vil arrangøren kunne sette begrensninger for antall heat i enkeltøvelser eller stryke øvelser hvis stevnet ikke lar seg gjennomføre innenfor fornuftig tidsramme.

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
- om annet rettes til Ola Viken på mobil 92 04 92 75 eller stevne@sk-speed.no .

Ola Viken og Håkon Røed
Stevneutvalget SK Speed

E-post: stevne@sk-speed.no

Velkommen til OBOS CUP 2013

