

*Larvik Svømmeklubb og Sandefjord Svømmeklubb har gleden av å
invitere til*

ADVENTSVØM 2013



Lørdag 30.november

I

Bugården Svømmehall, Sandefjord
Bugårdsparken, Stadionveien 15

INFO:

Med NSF's godkjenning og bruk av regler ønsker vi alle svømmere, lagledere og publikum velkommen til årets Adventsvøm i Bugården lørdag 30. november 2013, et stevne preget av advent- og julestemning!

BASSENGET:

Bassenget i Bugården er 25m à 8 baner, hvor av 6 baner benyttes, og holder en vanntemperatur på ca. 27 grader. Ved stor deltagelse brukes 8 baner. Det vil bli benyttet helautomatisk tidtakingssystem. Det er muligheter for utsvømming i eget stupbasseng på 12,5x12,5m parallelt med konkurransebasenget.

KLASSEINNDELING:

Stevnet er åpent for alle årsklasser, senior, masters og funksjonshemmede både med fysisk og psykisk funksjonshemming. Yngste klasse født 2003. Startlisens skal være løst før stevnestart. Deltagere født i 2003 rangeres og premieres etter særskilte regler.

PÅMELDING:

Sendes til jech@medley.no
v/ John Erlend Christiansen - 909 73 709

KONTAKTPERSONER:

LSK: Tor Gustav Berggren: tgb@fritzoe.no – 958 44 318

Påmeldingstid skal være oppnådd i perioden 21.11..2012 – 20.11.2013.
Dersom en svømmer mangler godkjent tid for øvelsen, tillates stipulert tid.

Tidsfrist for påmelding: senest onsdag 20.11.13

Vi benytter JechSoft Victoria.

STARTKONTINGENT:

Kr. 75,- pr. individuell start, kr. 150,- pr. lagstart.
Kr. 75,- i deltageravgift (uansett antall øvelser) for årsklasse 2003.
Betalingsfrist for startkontingent er samtidig med påmelding.
Etteranmeldelse mot dobbel startavgift som betales kontant på lagledermøtet.

STEVNESTART

Lagledermøte: kl. 09.00
Innsvømming: kl. 09.00
Stevnestart: kl. 10.00

Startkontingent sendes til:
Sandefjord Svømmeklubb
v/ **Eva Eikenes**

Kontonummer: 2480 06 58167
merk: Adventsvøm 2013 + klubbnavn

PREMIERING:

- 1/3 premiering i hver klasse fra 2002 til 1994 og senior.
- Deltagerpremier til årsklasse 2001, 2002 og 2003.
- Vandrepokal til beste klubb ut i fra øvelse 7 og 8, og 15 og 16 merket med (1)
Beste klubb 2010 LSK, 2011 SaS og 2012 SaS.

-Adventcupen: 1.plass: 500
 2.plass: 300
 3.plass: 200

ØVELSER :

Lørdag kl. 10.00

Øvelse 1: 400m fri herrer
Øvelse 2: 400m fri damer
Øvelse 3: 50m rygg herrer
Øvelse 4: 50m rygg damer
Øvelse 5: 200m bryst herrer
Øvelse 6: 200m bryst damer
Øvelse 7: 50m fri herrer(1)
Øvelse 8: 50m fri damer(1)
Øvelse 9: 200m IM herrer
Øvelse 10: 200m IM damer
Øvelse 11: 4x100m IM MIX

PAUSE ca 30 minutter

Øvelse 12: Adventcup herrer
Øvelse 13: Adventcup damer
Øvelse 14: 200m rygg herrer
Øvelse 15: 200m rygg damer
Øvelse 16: 50m bryst herrer(1)
Øvelse 17: 50m bryst damer(1)
Øvelse 18: 100m fri herrer
Øvelse 19: 100m fri damer
Øvelse 20: 50m butterfly herrer
Øvelse 21: 50m butterfly damer
Øvelse 22: 100 IM herrer
Øvelse 23: 100 IM damer

Adventcupen:

De 24 beste uansett årsklasse fra øvelse 7 og 8, svømmer 50m cup. Hvilken svømmeart det skal svømmes i trekkes før hver runde. En svømmeart kan ikke trekkes to ganger.

Eks: Innledende runde rygg, åttendelsfinale; butterfly, kvartfinale; crawl, finale; bryst.

***Øvelser merket (1) teller med i lagkonkurransen. (Se ”Premiering” ovenfor)**

Overnatting kan organiseres fra fredag til lørdag. Begrenset antall plasser.

Vi håper så mange som mulig får anledning til å delta på denne førjulsfesten sammen med oss.

Hilsen

Sandefjord Svømmeklubb

Larvik Svømmeklubb