

Rogaland Spring Swim Tour 2026.



SANDNES SVØMME- OG LIVREDNINGSKLUBB



STAVANGER
SVØMMEKLUBB

Rogaland Spring Swim Tour 2026.

Sandnes SLK og Stavanger SK har gleden av å invitere til Rogaland Spring Swim Tour 2026. Dette svømmekonseptet er en ny standard for konkurranseopplevelsen og premiering i Rogaland, og vil gi svømmere en unik mulighet til å konkurrere på høyt nivå over to spennende stevnehelger. Årets stevner, Sandnessprinten og SSK Grand Prix, vil igjen by på spektakulære finaler lørdag kveld. Øvelsene er koordinert slik at noen finaler arrangeres i Stavanger og andre i Sandnes, noe som gir en dynamisk og spennende konkurransefordeling.

Finalene deles inn i tre kategorier: Senior(3), eldre junior(2) og yngre junior(1), noe som sikrer at alle får sjansen til å oppleve den intense finalespenningsfølelsen.

I disse finalene vil klubbene sette en spiss på premiering ved å fordele kr. 15.000 til de vinnende finalister i de respektive disipliner – 50 meter og 100 meter rygg | høyeste sammenlagte poengsum på begge øvelser gir: Klasse 1 kr 250, Klasse 2 kr. 500 , Klasse 3 kr 750
50 meter og 100 meter bryst | høyeste sammenlagte poengsum på begge øvelser gir: Klasse 1 kr 250, Klasse 2 kr. 500 , Klasse 3 kr 750
50 meter og 100 meter fly | høyeste sammenlagte poengsum på begge øvelser gir: Klasse 1 kr 250, Klasse 2 kr. 500 , Klasse 3 kr 750
50 meter og 100 meter crawl | høyeste sammenlagte poengsum på begge øvelser gir: Klasse 1 kr 250, Klasse 2 kr. 500, Klasse 3 kr 750
200 IM og 200 Fri | høyeste sammenlagte poengsum på begge øvelser gir: Klasse 1 kr 250, Klasse 2 kr. 500 , Klasse 3 kr 750

Klasse 1: Jenter 2013-2015; Gutter 2012-2015

Klasse 2: Jenter 2010-2012; Gutter 2009-2011

Klasse 3: Jenter 2009 og eldre; Gutter 2008 og eldre (inkl Masters)

Krav | Regler:

Kun finaletid er tellende. Svømmere må delta på begge stevnene i finalene i overstående øvelser for å vinne pengepremier.

Svømmerne trenger ikke vinne begge øvelser, men må ha høyst poengsum i de to øvelser. Høyeste poengsum lagt sammen utløser pengepremie.

Overstående markerer en unik satsing på å belønne og anerkjenne utøvernes dedikasjon, talent og harde arbeid. Med en slik premiepott på spill er det ingen tvil om at konkurransen vil være intens og at svømmere vil bli inspirert til å yte sitt aller beste. Dette nye konseptet vil skape en spennende og minneverdig opplevelse for alle deltakere, tilskuere og svømmefans. (Rogaland Spring Swim Tour 2026(RSST) støttes av Rogaland Svømmekrets.)

Rogaland Spring Swim Tour 2026.

Sandnessprinten den 25.– 26. April 2026		SSK Grand Prix den 8. – 10. Mai 2026		
<p>Lørdag FORSØK</p> <ol style="list-style-type: none"> 800 Fri Damer 800 Fri Herrer 50 Rygg Damer 50 Rygg Herrer 100 Fly Damer 100 Fly Herrer 50 Fri Damer 50 Fri Herrer 100 Bryst Damer 100 Bryst Herrer 200 IM Damer 200 IM Herrer 4x50 Fri Damer 4x50 Fri Herrer 	<p>Søndag Forsøk</p> <ol style="list-style-type: none"> 400 Fri Damer 400 Fri Herrer 50 Bryst Damer 50 Bryst Herrer 100 Fri Damer 100 Fri Herrer 50 Fly Damer 50 Fly Herrer 100 Rygg Damer 100 Rygg Herrer 200 Bryst Damer 200 Bryst Herrer 100 IM Damer 100 IM Herrer 	<p>Fredag FORSØK</p> <ol style="list-style-type: none"> 100 Rygg Herrer 100 Rygg Damer 100 Fri Herrer 100 Fri Damer 1500 Fri Herrer 1500 Fri Damer 	<p>Lørdag FORSØK</p> <ol style="list-style-type: none"> 200 Fri Herrer 200 Fri Damer 50 Bryst Herrer 50 Bryst Damer 4x50 Medley Herrer 4x50 Medley Damer 200 Rygg Herrer 200 Rygg Damer 50 Fly Herrer 50 Fly Damer 100 IM Herrer 100 IM Damer 	<p>Søndag FORSØK</p> <ol style="list-style-type: none"> 400 IM Herrer 400 IM Damer 100 Fly Herrer 100 Fly Damer 50 Rygg Herrer 50 Rygg Damer 100 Bryst Herrer 100 Bryst Damer 200 Bryst Herrer 200 Bryst Damer 50 Fri Herrer 50 Fri Damer
<p>Lørdag FINALER</p> <ol style="list-style-type: none"> 50 Rygg Damer 50 Rygg Herrer 100 Fly Damer 100 Fly Herrer 50 Fri Damer 50 Fri Herrer 100 Bryst Damer 100 Bryst Herrer 200 IM Damer 200 IM Herrer 	<p>Lørdag FINALER</p> <ol style="list-style-type: none"> 100 Rygg Herrer 100 Rygg Damer 50 Fly Herrer 50 Fly Damer 100 Fri Herrer 100 Fri Damer 50 Bryst Herrer 50 Bryst Damer 200 Fri Herrer 200 Fri Damer 	 		