



BODØ SVØMMEKLUBB INVITERER TIL SALTENTREFFET 2011

22. - 23. oktober i svømmehallen Bodin videregående skole.

Bassenget

25 m. 6 baner, bølgedempende baneskillere og temperatur på ca. 27 grader.

Stevnestart

Lørdag 22. oktober kl.10.00 og kl 15.00

Søndag 23. oktober kl. 09.00

Innsømming og ledermøte

1 time før stevnestart begge dager.

Påmelding innen tirsdag 11. oktober kl. 1900.

De som benytter 'KOBHEN' medlems-system for PC, bes om å sende påmeldingen elektronisk. Disse vil få resultatene levert elektronisk for oppdatering av eget medlemsregister. Påmeldingsfilen fra KOBHEN sendes på **epost** til følgende adresse:

t-ryvoll@online.no

Etteranmelding

Godtas i ledige baner mot dobbel startkontingent.

Startkontingent:

Individuell start: kr. 75,-

Lagstart: kr. 100,-

Premiering: Individuelt: 1/3 premiering hver klasse og øvelse.

Lagstart: 1., 2. og 3. plass premieres på stafettene.

Salten-Cupen:

Øvelsen 50 fri-Salten-Cupen går som cup under stevnet, med forsøk og mellomheat på lørdag og semifinale og finale på søndag.

Det svømmes i en klasse pr. kjønn. Pengepremie til 1, 2 og 3. plass.

Kvalifiseringsheatene settes opp på vanlig måte som forsøksheat. De 24 beste tidene går videre til mellomheat. Ved lik 24.plass foretas loddtrekking.

De 12 beste fra mellomheat går videre til semifinalene. Fra semifinalene er det de 6 beste som går til finalen. Vi oppfordrer så mange som mulig til å melde seg på Salten-Cupen.

Bestemannspremie: Høyeste poengsum sammenlagt av 5 øvelser, beste svømmer av begge kjønn. Tider oppnådd i forsøk teller med, men ikke i mellomheat, semifinaler og finaler.

Klasseinndeling

Gutter: Senior, 1990,1991 ,1992,1993,1994,1995,1996,1997,1998, 1999, 2000 og 2001

Jenter: Senior, 1990,1991 ,1992, 1993,1994,1995,1996 ,1997,1998, 1999,2000 og 2001

Psykisk utviklingshemmede deltar i øvelser som passer, og settes opp i ordinære heat, men i egne klasser etter NSF's lover. Disse må spesifiseres i påmeldingen for hver enkelt øvelse.

Tidtaking

Elektronisk

Overnatting

Tilbys i klasserom ved Universitetet i Nordland 500 m fra bassenget. Pris kr.120.- pr. pers pr. natt inkludert frokost. Voksen person må overnatte sammen med svømmerne. Ved overnatting på Universitetet i Nordland må lokalene rengjøres etter bruk. Depositum for utlevering av nøkkelkort kr 500. Tilbakebetales før avreise mot forevist rengjøring og innlevert nøkkelkort.

Thon hotell Nordlys har også reservert en del rom til stevnet. Se informasjon under.

Det blir arrangert felles middag lørdag kveld i gangavstand til svømmehallen og Universitetet
Påmelding til middag på vedlagt skjema.

Kafeteria

Åpen kafe under hele stevnet begge dager. Det selges lunsj begge dager.

Spørsmål

Vedrørende påmelding: Tove Ryvoll Åsheim (t-ryvoll@online.no)

Vedrørende stevnet: Grete Lysfjord (Grete.Lysfjord@uin.no)

Litt praktisk informasjon:

For informasjon om Bodø, se www.bodo.no. Stevnet foregår på [Bodin videregående skole](#), og overnatting med frokost skjer på [Universitetet i Nordland](#). I tillegg har vi fått tilbud fra Thon hotell Nordlys, som ligger i Bodø sentrum, ca 10 km fra svømmehallen (se nærmere informasjon under). Stevnet foregår på Mørkved, som ligger ca 10 km utenfor Bodø sentrum. Se link til kart [her](#). Fra sentrum er det buss nr. (18-5)22, (18-5)12 og (18-5)13 som passerer Bodin og Høgskolen. For informasjon om rutetider se www.177nordland.no. Ved søk der må alle hele rute-nummeret bruket (også det i parantes). Bodø lufthavn trafikkeres av Norwegian, SAS og Wideroe. NSB har togstopp på Mørkved, bare 5 minutt spassertur til Bodin vgs (svømmehall) og Universitet i Nordland (overnatting).



Hotel Nordlys Tilbud fra Thon Hotell Nordlys:

Enkeltrom m/frokostbuffet: 600,-

Dobbeltrom m/frokostbuffet: 800,-

Trippelrom m/frokostbuffet: 1000,-

4- mannsrom m/frokostbuffet: 1200,-

Tilbudet gjelder til 3. oktober. Bruk referansenummer 2508170 ved bestilling, som gjøres direkte til hotellet. (<http://www.thonhotels.no/nordlys>)

Bodø svømmeklubb ønsker svømmere og ledere velkommen til et fartsfylt og spennende Saltentreff.

Øvelsesoppsett Saltentreffet 2011

Øvelser lørdag 22. Oktober kl 10:00	Øvelser søndag 23. Oktober kl 09:00
<p>1 400 Fri G 2 400 Fri J 3 50 Fri G Salten-Cup Forsøk 4 50 Fri J Salten-Cup Forsøk</p> <p>5 100 Bryst G 6 100 Bryst J 7 200 Butterfly G 8 200 Butterfly J 9 4x100 Lagmedley G/H 10 4x100 Lagmedley J/D</p> <p><u>Lørdag kl 15:00</u></p> <p>11 50 Rygg G</p> <p>12 50 Rygg J</p> <p>13 100 Butterfly G 14 100 Butterfly J 15 200 Medley (IM) G 16 200 Medley (IM) J 17 100 Fri G 18 100 Fri J 19 50 Fri G Mellomheat 20 50 Fri J Mellomheat</p>	<p>21 50 Fri G SemiFinale 22 50 Fri J SemiFinale 23 200 Rygg G 24 200 Rygg J 25 50 Bryst G 26 50 Bryst J 27 100 Medley (IM) G 28 100 Medley (IM) J</p> <p>29 100 Rygg G 30 100 Rygg J 31 200 Bryst G 32 200 Bryst J</p> <p>33 400 IM G 34 400 IM J</p> <p>35 50 Butterfly G 36 50 Butterfly J</p> <p>37 50 Fri G, finale Salten-Cup 38 50 Fri J, finale Salten-Cup</p> <p>Premiering Salten-Cup og bestemannspremier.</p>

Bindende bestilling av overnatting (på klasserom, Universitetet i Nordland):

Klubb: _____

Adresse: _____

Kontaktperson: _____ Tlf: _____

Ankomst dato: _____ Kl: _____

Overnatting kr.120,- pr. pers pr. natt inkludert frokost. Voksen person må overnatte sammen med svømmerne. Ved overnatting på Universitetet i Nordland må lokalene rengjøres etter bruk. Depositum for utlevering av nøkkelkort kr 500. Tilbakebetales før avreise mot forevist rengjøring og innlevert nøkkelkort.

Antall personer: _____ antall netter: _____

Underskrift: _____

Bestilling av middag:

Klubb: _____

Kontaktperson: _____ Tlf: _____

Antall personer middag med drikke: _____ Kr. 100,- pr. stk.