



Larvik Svømmeklubb og Sandefjord Svømmeklubb har gleden av å

invitere til

VESTFOLDSVØM 2014

22.- 23. mars 2014

|

Bugården Svømmehall, Sandefjord

Bugårdsparken, Stadionveien 15

INFO:

Med NSFs godkjenning og bruk av regler ønsker vi alle svømmere, lagledere og publikum velkommen til årets Vestfoldsvøm i Bugården 22.- 23. mars 2014.

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 tidtakingsystem. Det er muligheter for utsømming i eget stubbasseng på 12,5x12,5m parallelt med konkurransebassenget.

KLASSEINDELING:

Stevnet er åpent for alle årsklasser, senior, masters og funksjonshemmede både med fysisk og psykisk funksjonshemming. Yngste klasse født 2004. Startlisens skal være løst før stevnestart. Deltagere født i 2004 rangeres og premieres etter særskilte regler. Deltagerpremie også til årsklasse 2002 og 2003. Påmeldingstid skal være oppnådd i perioden fra og med 13.03.2013-til og med 12.03.2014. Hvis tiden ikke er oppnådd i perioden, tillates stipulert tid.

PÅMELDING:

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

Tidsfrist for påmelding: 12. mars 2014

KONTAKTPERSONER:

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

SAS: oppmann@sandefjordsvommeklubb.no

STARTKONTIGENT:

Kr. 75,- pr. individuell start, kr. 150,- pr. lagstart.

Kr. 75,- i deltageravgift (uansett antall øvelser) for årsklasse 2004.

Betalingsfrist for startkontingent er samtidig med påmelding.

Etteranmeldelse mot dobbel startavgift som betales kontant på lagledermøtet.

Sendes til Larvik Svømmeklubb

v/ regnskap@larviksvommeklubb.no

kopi: oppmann@sandefjordsvommeklubb.no

Kontonummer: 2510.19.23560 merk: Vestfoldsvøm 2014 + klubbnavn

TIDER:

Fredag 21. mars Stevnekontor: kl. 20.00-21.00, Sandefjord Svømmehall

Lørdag 22. mars Innsvømming kl. 08.30-09.45

Lagledermøte: kl. 09.00

Stevnestart: kl. 10.00

Søndag 23. mars Innsvømming kl. 08.30-09.45

Stevnestart: kl. 10.00

PREMIERING:

Vanlig 1/3 premiering (Swimshop gavekort) til alle klasser unntatt 2004 hvor det blir utdelt deltakerpremie til alle. Bestemannspremie til beste gutt og jente (høyeste poengsum etter FINA-2013) uansett klasse kr 500 (Swimshop gavekort).

Alle øvelsene teller i klubb-konkurransen. Beregnes etter poengene 7-5-4-3-2-1 i hver klasse i hver øvelse. Stafetter teller dobbelt.

Klubbpremie: Vandrepokal til beste klubb. Vandrepokal vinnes til odell og eie ved tre napp.

Asker 2006 (1 napp), Moss 2007 (1 napp). Lambertseter 2008 (1 napp). KSA 2009 (1 napp). LSK 2010 (1 napp). Vågsbygd 2011 (1 napp). Poseidon 2012 (1 napp). Sandefjord 2013 (1 napp).

Ved slutten av stevnet vil det bli trukket ut 2 stk "lucky winner" av alle som har vunnet en øvelse, en til hvert kjønn uansett årsklasse. Premien er klokke til en verdi av kr. 3.000,-.

OVERNATTING OG BESPISNING:

Comfort Home Hotel Atlantic

Jernbanealleen 33, 3210 Sandefjord Tlf: 33 42 80 00 Fax: 33 42 81 00

Oppgi kode Vestfoldsvøm ved bestilling.

Vi er også behjelpelig med overnatting på Idrettens Hus og Sandefjord Videregående Skole, både fredag og lørdag.

Begrenset antall plasser, førstemann til mølla prinsippet.

Liggeunderlag og sovepose medbringes. Pris kr. 350,- fredag/lørdag, kr.300,- lørdag/søndag pr. natt, dette inkluderer frokost, varm lunsj på lørdag og smøring av matpakke til lunsj på søndag. Bestilling skannes og sendes sammen med påmelding, senest innen onsdag 12. mars 2014.

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

Hilsen

Sandefjord Svømmeklubb

Larvik Svømmeklubb

ØVELSESOPPSETT:

LØRDAG	SØNDAG
Øvelse 1: 800m fri herrer	Øvelse 18: 400m medley damer
Øvelse 2: 800m fri damer	Øvelse 19: 400m medley herrer
Øvelse 3: 50m butterfly herrer	Øvelse 20: 50m bryst damer
Øvelse 4: 50m butterfly damer	Øvelse 21: 50m bryst herrer
Øvelse 5: 100m rygg herrer	Øvelse 22: 200m butterfly damer
Øvelse 6: 100m rygg damer	Øvelse 23: 200m butterfly herrer
Øvelse 7: 50m fri herrer	Øvelse 24: 100m fri damer
Øvelse 8: 50m fri damer	Øvelse 25: 100m fri herrer
Øvelse 9: 200m medley herrer	Øvelse 26: 4 x 50m medley stafett damer
Øvelse 10: 200m medley damer	Øvelse 27: 4 x 50m medley stafett herrer
PAUSE	PAUSE
Øvelse 11: 200m rygg herrer	Øvelse 28: 200 bryst damer
Øvelse 12: 200m rygg damer	Øvelse 29: 200 bryst herrer
Øvelse 13: 100m bryst herrer	Øvelse 30: 50m rygg damer
Øvelse 14: 100m bryst damer	Øvelse 31: 50m rygg herrer
Øvelse 15: 100m butterfly herrer	Øvelse 32: 100m medley damer
Øvelse 16: 100m butterfly damer	Øvelse 33: 100m medley herrer
Øvelse 17: 6 x 50m fri mix (3 av hvert kjønn)	Øvelse 34: 200m fri damer
	Øvelse 35: 200m fri herrer

VESTFOLDSVØM 2014

PÅMELDING

Antall deltagere født 2004	a kr. 75,- x	=
Antall starter Vestfold-Svøm	a kr. 75,- x	=
Stafetter	a kr. 150,- x	= _____
Sum		= _____

OVERNATTING /BESPISNING

Overnatting fredag/lørdag inkl. frokost + varm lunsj lørdag
a kr. 350,- antall _____ = kr _____

Overnatting lørdag/søndag inkl. frokost + matpakke søndag
a kr. 300,- antall _____ = kr _____

Varm lunsj lørdag
a kr. 70,- antall _____ = kr _____

Sum kr _____

Total betaling kr _____

Klubb: _____
Kontaktperson: _____
Telefon/e-mail: _____

Skjemaet skannes og sendes til:

Larvik Svømmeklubb
ved: regnskap@larviksvommeklubb.no
kopi: oppmann@sandefjordsvommeklubb.no

Betaling:

Mrk: Vestfoldsvøm 2014
Bankgiro: 2510.19.23560