



SANDNESSPRINTEN

9.-10. MAI 2015

Med NSF'S godkjenning og i henhold til NSF's regler og lover har Sandnes Svømme- og Livredningsklubb gleden av å invitere til åpent stevne – SANDNESSPRINTEN 2015.

Stevnet finner sted i Giskehallen i Sandnes lørdag 9. mai og søndag 10. mai 2015.

Basseng: 25 meter, 5 baner med bølgebrytende baneskillere

Tidtaking: Elektronisk tidtaking med manuell back-up.

Lagledermøte: Kun lørdag kl 09:00.

Lørdag: Innsvømming klokken 09:00, stevnestart kl 10.00

Søndag: Innsvømming kl 09:00, stevnestart kl 10.00

Premiering: 1/3 dels premiering i hver klasse for årsklasse 04 o. e. Deltakerpremie for årsklasse 03-05. Stafett premieres i hhv klasse 02-04 og 01 o.e.

Ekstra premie sammenlagt på alle 50 meter øvelsene. Høyeste poengsum for hhv damer og herrer premieres med gavekort.

1.premie kr 750,- 2.premie kl 500,- 3.premie kr 350,-

Klasser: HC klassen svømmer sammen med funksjonsfriske, men premieres i egne klasser.

Sandnessprinten er også åpen for Mastersvømmere i alle øvelser.



Startkontingent: Kr 75,- pr individuelle øvelse og kr 150,- pr lag.

Kr 100,- pr deltaker for årsklasse 2005.

Startkontingent innbetales samlet for hver klubb til konto 3201.20.22130 innen 29. april og merkes "Sandnessprinten 2015 + klubb."

Påmelding: Elektronisk påmelding sendes til arnfinn.sola@lyse.net "PRIMA" format innen onsdag 29. april, kl 24:00.

Etteranmelding i ledige baner mot dobbel startkontingent.

Spørsmål i forbindelse med stevnet kan sendes som e-mail til ingrid.meling@gmail.com

eller ring tlf. 92404286.

Velkommen!



Øvelser

Lørdag, 9. mai:

1. 100 meter fri, herrer
2. 100 meter fri, damer
3. 50 meter butterfly, herrer
4. 50 meter butterfly, damer
5. 100 meter medley, herrer
6. 100 meter medley, damer
7. 4x50 meter rygg, herrer
8. 4x50 meter rygg, damer

PAUSE

9. 100 meter bryst, herrer
10. 100 meter bryst, damer
11. 50 meter rygg, herrer
12. 50 meter rygg, damer
13. 4x50 meter butterfly, herrer
14. 4x50 meter butterfly, damer

Søndag, 10. mai:

15. 100 meter butterfly, damer
16. 100 meter butterfly, herrer
17. 50 meter fri, damer
18. 50 meter fri, herrer
19. 4x50 meter bryst, damer
20. 4x50 meter bryst, herrer

PAUSE

21. 50 meter bryst, damer
22. 50 meter bryst, herrer
23. 100 meter rygg, damer
24. 100 meter rygg, herrer
25. 4x50 meter fri, damer
26. 4x50 meter fri, herrer

Utdeling av sammenlagtpremier vil bli foretatt umiddelbart etter øvelse 26.

Premier i hver øvelse vil bli utdelt så fort resultatene er tilgjengelige på eget premiebord i hallen.

Sportslig hilsen

Sandnes Svømme- og Livredningsklubb

Sandnes svømme- og livredningsklubb
c/o Giskehallen, Jønningsheiveien 47, 4316 Sandnes