



Stiftet 1965



Innbydelse til VU-CUP 2015 Jubileumsversjonen 7. og 8. mars

Stevnet er approbert av Norges Svømmeforbund og arrangeres i henhold til NSF's lover og regler.

Velkommen til Narvik, Vinterfestuka, VU-CUP 2015 og 50-årsfeiring!



Vi trenger hjelp med dommere for å få gjennomført stevnet.
Tilreisende dommere får selvfølgelig gratis overnatting og bespisning. Ta kontakt.



Stiftet 1965



Innbydelse

Narvik Svømmeklubb inviterer til VU-cup i Idrettens Hus i Narvik, lørdag 7. og søndag 8. mars.
VU-cup er et åpent stevne som arrangeres etter NSF's lover og regler. Stevnet er åpent for svømmere fra 10 år og eldre samt funksjonshemmede svømmere.

Bassenget

Bassenget er kloreit ferskvann. Det er 25 meter langt og har 6 baner med bølgebrytende banetau. Vanntemperatur er ca. 27 grader celsius.

Narvik svømmehall har fått nye Omega-startpaller takket være sponsormidler fra



Stevnestart

Lørdag 7.mars kl.09.00 og ca. kl.15.15.
Søndag 8.mars kl. 09.00 og ca. kl. 14.00.
Lørdag 7.mars kl.14.30 pausesvøm for deltakere 10år og yngre (Ballangen SK, Bjerkvik SK og Narvik SK).

Innsømming

Lørdag kl.07.30-08.50 og 13.30-14.30,
Søndag kl. 07.30-08.50 og ca 12.00-12.50.

Lagledermøte

Lørdag kl.07.45 og eventuelt søndag kl. 08.00 (ved behov).

Dommermøte

Dommere møter på lagledermøtet. Det er ønskelig at deltakende lag stiller med dommere under svømmestevnet hvis mulig. Dommere bes kontakte Espen Angell Fagermo, 909 46 920, espen@fagermo.se. Eget dommermøte ca. 30 min før stevnestart.

Sekretariat

Sekretariatet i svømmehallen vil være bemannet fra innsømmingen starter, til stevneslutt begge dager.

Påmelding

NB! Påmelding innen torsdag 26. februar klokken 24.00
Påmelding sendes pr e-post til stevne@narviksvommeklubb.no

Vi ber om at påmelding merkes i emnefeltet med Påmelding VU-CUP2015 <klubb>. Vi ber videre om at påmeldingen skjer elektronisk via påmeldingsfilen (UNI_P).
NSF sitt påmeldingsskjema kan også brukes. Skjemaet må inneholde; svømmerens navn, fødselsår, øvelsesnummer og øvelse samt svømmerens tid på øvelsen.
Husk å oppgi kontaktperson med telefonnummer.



Stiftet 1965



- Startavgift** Årsklasse 2005 kr. 100,- uansett antall starter.
Årsklasse 2004 og eldre kr. 100,- pr start.
Lagstart kr. 200,-
Startavgiften faktureres etter avsluttet stevne.
- Etteranmeldinger** Etteranmeldinger godtas dersom det finnes ledige plasser. Er det flere etteranmeldinger enn ledige plasser, vil det bli foretatt loddtrekning.
- Vi ber om at etteranmeldinger og strykninger meldes på e-post til stevne@narviksvommeklubb.no senest torsdag 5. mars kl 20.
- Program** Program vil bli utlevert til laglederne og dommere ved lagledermøtet.
Program kan ellers kjøpes i kafeen under stevnet.
- Klasseinndeling** Herrer/gutter: Senior, 1996, 1997, 1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004 og 2005.
Damer/jenter: Senior, 1996, 1997, 1998, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004 og 2005.
Vi har egne klasser for funksjonshemmede etter NSF's lover. Disse settes opp i ordinære heat. Klassene må spesifiseres i påmeldingen for hver enkelt øvelse.
- Premiering** For årsklassene 2004 og eldre vil det være 1/3 premiering i hver årsklasse, samt senior.
Årsklassen 2005 rangeres ikke og premieres med deltakerpremie til alle.
Årsklassene 2003 og 2004 premieres med deltakerpremie i tillegg til 1/3 premiering.
Stafettene premieres med 1., 2. og 3.plass.
- Bestemannspremie** Det gis premier for beste dame- og herresvømmer i klassene senior (1995 og eldre), eldre junior (1996-1999), yngre junior (2000-2004) og funksjonshemmede. Vinner beregnes ut fra sammenlagt høyest poeng etter 4 øvelser, i henhold til FINAs tabell. I klassen for funksjonshemmede beregnes poengsum etter "australsk modell". Vinner premieres med kr 1000,- for alle klasser.
- Stafetter** I **4x50 fri** konkurreres det i en felles klasse for herrer/gutter og en felles klasse for damer/jenter.
Rallarstafetten, 8x50 m hvor de fire første etapper er lagmedley og fire siste er fri. Denne stafetten svømmes som mix-stafett med fire deltagere med minimum en svømmer av hvert kjønn.
4x50 Lagmedley svømmes som mix-stafett med 2 deltagere av hvert kjønn.
Mix-stafettene svømmes som en felles klasse



Stiftet 1965



- Tidtaking** Narvik svømmeklubb bruker elektronisk tidtaking og Victoria resultatservice. Etter stevnet vil Narvik Svømmeklubb oversende resultatene til www.medley.no.
- Kvalifiseringskrav** Det er ingen kvalifiseringskrav til VU-cup. Arrangøren kan i tilfelle mange påmeldinger begrense antall heat på enkelte øvelser. Dette gjelder spesielt økt 2 på lørdagen som må være ferdig senest kl 18:30.
- Innmarsj** Det blir defilering før andre økt på lørdagen samt innmarsj før siste heat i alle øvelser.
- Overnatting** Vi tilbyr overnatting på skole. Pris 90,- pr. person pr. natt. Overnatting bestilles ved hjelp av skjema på Narvik Svømmeklubbs nettsider, www.narviksvommeklubb.no og på VU-cups facebookside. Påmeldingen må inneholde antall personer det bestilles overnatting for pr. døgn. Det skal være minimum 1 voksen ansvarlig person fra hver klubb som overnatter sammen med svømmerne, samt kontaktinformasjon for denne personen (navn, epost og mobilnummer). Oppgi ankomsttidspunkt. Etter overnatting må lokalene rengjøres.
- Betaling for overnatting faktureres klubbene etter stevnet. Spørsmål angående overnatting, kontakt Anne Judith Akselsen på mobil 473 48 247. Vi ber om at klubbene melder om tidspunkt for ankomst, slik at dette blir registrert.
- Kafé** Enkel og sunn mat og drikke kan kjøpes i kafeen som er i svømmehallen begge dager.
- Middag** Narvik Svømmeklubb blir 50-år i 2015 og det ønsker vi å feire sammen med våre svømmevenner. Vi inviterer alle svømmere og ledere til 50-års bankett lørdag 7/3 kl 19.
- Banketten koster 200,- pr. person og bestilles sammen med overnatting på Narvik svømmeklubbs nettsider, www.narviksvommeklubb.no.
- Pausesvøm** Det vil bli arrangert pausesvøm for de yngste fra Ballangen, Bjerkvik og Narvik Svømmeklubb, etter innsvømmingen til andre økt på lørdagen. Der er ingen kostnad for å delta, men vi håper vi kan få låne noen tidtakere til pausesvømmen fra dere.
- Spørsmål** Spørsmål kan rettes til Espen Angell Fagermo på mobil 909 46 920 eller e-post espen@fagermo.se.



Stiftet 1965



Lørdag 7/3, kl.09:00				
1	200m bryst	D/J		
2	200m bryst	H/G		
3	100m butterfly	D/J		
4	100m butterfly	H/G		
	Pause 30min.			
5	50m fri	D/J		
6	50m fri	H/G		
7	200m rygg	D/J		
8	200m rygg	H/G		
	Pause 10min.			
9	4x50 fri	D/J		En klasse
10	4x50 fri	H/G		En klasse
Lørdag 7/3, ca kl.15:15				
11	200m fri	H/G		
12	200m fri	D/J		
13	100m IM	H/G		
14	100m IM	D/J		
15	50m rygg	H/G		
16	50m rygg	D/J		
	Pause 15min.			
17	8x50m RALLARSTAFETTEN*	Mix		En klasse
Søndag 8/3, kl. 09:00				
18	200m IM	D/J		
19	200m IM	H/G		
20	100m fri	D/J		
21	100m fri	H/G		
	Pause 15min.			
22	50m butterfly	D/J		
23	50m butterfly	H/G		
24	100m bryst	D/J		
25	100m bryst	H/G		
	Pause 10min.			
26	4x50 Lagmedley**	Mix		En klasse
Søndag 8/3, ca kl.13:00, oppstart annonseres etter første økt				
27	100m rygg	D/J		
28	100m rygg	H/G		
29	50m bryst	D/J		
30	50m bryst	H/G		
31	200m butterfly	D/J		
32	200m butterfly	H/G		
(*) Fire svømmere svømmer to etapper hver i rekkefølgen; rygg-bryst-butterfly-fri-fri-fri-fri-fri. Minst en svømmer av hvert kjønn.				
(**) Det skal være to svømmere av hvert kjønn				