



# **Rørvik-stevnet 2015**

**RØRVIK 7.- 8. november**

# Rørvik Svømme & Livrednings klubb

har gleden av å invitere til Rørvik-stevnet 2015 i

Rørvik svømmehall, 7. – 8. november 2015.

Stevnet arrangeres med NSF's godkjenning og går etter NSF's lover og regler.

## Bassenget:

25 meter med 4 baner med bølgedempende baneskiller.

Bassenget har ferskvann(klor)og har en temperatur på ca. 27 °C.

## Tidtaking:

Det benyttes manuell tidtaking.

## Klasseinndeling:

Senior.

Alle klasser fra 11 år til senior.

Rekrutter i eget stevne. 10-åringene kan delta i den approberte delen av stevnet

Stevne er åpent for funksjonshemmede.

Stafetter kun en klasse.

## Påmelding:

Påmelding må være oss i hende innen 1. november 2015.

Etteranmeldelse vil gi dobbel startkontingent. Påmelding fortrinnsvis elektronisk og med liste fra Kobben eller annet program med PRIMA format. Bruk ellers NSF skjema (maskinskrevet) eller maskinskrevet liste med de samme opplysninger. (excel) **Husk adskilte påmeldinger for approbert/rekrutter.**

**Påmelding sendes til:** kristen@mnh.no

## Stevneansvarlig:

Grete Johansen, mobil: 907 66 037

## Sekreteriat/påmeldinger:

Kristen Høyforslett, mobil: 952 86 800

## Startkontingent:

Kr 100,- pr. individuell start. Kr 200,- pr lagstart. Rekrutt: Kr 100,- pr dag.

Startkontingent og overnatting betales før stevnestart til konto **4482 05 53567**

**Øvelser åpent stevne:**

<b>LØRDAG</b>				<b>SØNDAG</b>			
	ØVELSE NR		DISTANSE		ØVELSE NR		DISTANSE
	D	H			D	H	
ØKT 1 START KL. 14.00	1	2	400 FRI	ØKT 3 START KL. 10.00	20	21	400 MEDLEY
	3	4	100 BRYST		22	23	100 RYGG
	5	6	50 RYGG		24	25	200 BRYST
	7	8	200 MEDLEY		26	27	100 FRI
		4x50LM mix (2x2)					
Pause approbert/start rekrutt stevne				Pause approbert/start rekrutt stevne			
ØKT 2 START KL.	10	11	200 RYGG	ØKT 4 START KL.	28	29	100 BUTTERFLY
	12	13	50 BUTTERFLY		30	31	200 FRI
	14	15	50 FRI		32	33	50 BRYST
	16	17	100 MEDLEY		34	35	4X100 FRI
	18	19	4X50 FRI				

**Øvelser Rekrutt stevne:**

<b>LØRDAG</b>		<b>SØNDAG</b>	
ØVELSE NR	DISTANSE	ØVELSE NR	DISTANSE
36	25 FRI J	45	50 FRI J
37	25 FRI G	46	50 FRI G
38	50 BRYST J	47	25 BRYST J
39	50 BRYST G	48	25 BRYST G
40	25 RYGG J	49	50 RYGG J
41	25 RYGG G	50	50 RYGG G
42	25 BUTTERFLY J	51	4 X 25 FRI MIX
43	25 BUTTERFLY G		
44	4X50 FRI MIX		

**Premiering:**

- Approbert stevne: 1/3 dels premiering
- Bestemannspremie
- 10-12 åringer i henhold til gjeldende regler.

**Tidspunkt:**

Innsvømming og lagledermøte: Lørdag fra kl. 13.00, Søndag fra kl. 09.00.

Stevnestart: Lørdag kl. 14:00, søndag kl. 10:00

**Stevnekontor:**

Åpent fra kl. 13.00 på lørdag og fra kl. 10.00 søndag

Ved stor deltakelse, kan tider bli justert.

Alle påmeldte klubber vil få beskjed om dette.

**Overnatting:**

Vi kan tilby overnatting på skole for kr 100,- pr. person pr.

natt. (Behov sendes sammen med påmelding). Ansvarlig for overnatting:

Christian Bruseth, tlf: 905 80 736

**Dommere:**

Vi har en stor utfordring med å skaffe nok dommere selv. Vi blir kjempeglade hvis dere kan stille med noen :)

Gi gjerne beskjed ved påmelding om dere kan stille med dommere.

Premier søndag hentes fortløpende ved oppsatt premiebord. Uavhentede premier ettersendes ikke.

**Vel møtt til årets Rørvik-stevne**