



Arnasprinten

Åstveithallen, 21. og 22. mai 2016

Arna Svømme- og Livredningsklubb innbyr til approbert stevne i Åstveithallen, 21.-22. mai 2016.

Stevnet blir avviklet etter NSF lover og regler, og er åpent for alle svømmere født fra 2006 til og med senior.

Bassenget har 6 baner og holder ca. 27 grader.

Det blir elektronisk tidtaking med Livetiming.

Startkontingent kr 75,- pr individuell start. For 2006 modeller koster det kr 80,- for hele stevnet. Etteranmelding medfører dobbel startkontigent. Stafett koster kr 150,- pr. lag.

1/3 premiering til alle årsklasser. I tillegg til én deltagerpremie for hele stevnet til årsklassene 2004, 2005 og 2006.

Det vil være mulig å kjøpe mat, kaffe og annen drikke under stevnet. Vi tar i mot betaling med kort.

Velkommen!



Arna Treningssenter

Øvelser lørdag 21. mai

1. 50m butterfly, jenter
2. 50m butterfly, gutter
3. 100m rygg, jenter
4. 100m rygg, gutter
5. 50m bryst, jenter
6. 50m bryst, gutter
7. 100m IM, jenter
8. 100m IM, gutter
9. 100m fri, jenter
10. 100m fri, gutter
11. 4x50m medley, jenter
12. 4x50m medley, gutter

Øvelser søndag 22. mai

13. 50m fri, gutter
14. 50m fri, jenter
15. 100m bryst, gutter
16. 100m bryst, jenter
17. 50m rygg, gutter
18. 50m rygg, jenter
19. 100m butterfly, gutter
20. 100m butterfly, jenter
21. 25m kick, gutter
22. 25m kick, jenter
23. 4x50m fri, gutter
24. 4x50m fri, jenter

Program lørdag og søndag

Innsvømming kl 09.00

Stevnestart kl 10.00

Lagledermøte kl 09.10

Påmelding

Sendes til stevne@arnaslk.no innen mandag 16. mai. Etteranmelding bare ved plass i heat. Klubber med strykninger prioriteres.

Elektronisk påmelding ved bruk av UNI_P (Prima format) fra Victoria.

Kontaktperson er Kristian Blom, telefon 916 42 072.