



LÅMØ kvalik

**Slåtthaughallen
21. og 22. januar 2017**

Arna SLK innbyr til LÅMØ-kvalifiseringsstevne i svømmebassenget på Slåtthaug.

Stevnet blir avviklet etter NSF lover og regler. ÅM kvalifiseringen er for gutter 11-16 år (2006-2001) og jenter 11-16 år (2006-2001).

Det blir elektronisk tidtaking med Livetiming.

Startkontingent kr 75,- pr individuell start. 1/3 premiering samt deltakerpremie til alle født 2006 og 2005.

Ved stor deltakelse kan det bli aktuelt å legge inn en pause i lørdagens økt. Pga. sen start og kortere tid til rådighet søndag, blir det flest øvelser lørdag. Det kan også bli aktuelt med heatbegrensninger om deltakelsen er stor.

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

Velkommen til alle!

Øvelser lørdag 21. januar

1. 400m fri, gutter
2. 400m fri, jenter
3. 100m rygg, gutter 06
4. 100m rygg, jenter 06
5. 200m rygg, gutter 01-05
6. 200m rygg, jenter 01-05
7. 50m butterfly, gutter 06
8. 50m butterfly, jenter 06
9. 100m butterfly, gutter 01-05
10. 100m butterfly, jenter 01-05

Øvelser søndag 22. januar

11. 200 IM, jenter
12. 200 IM, gutter
13. 100 bryst, jenter 06
14. 100 bryst, gutter 06
15. 200 bryst, jenter 01-05
16. 200 bryst, gutter 01-05

Program lørdag

Innsvømming kl. 08.30
Stevnestart kl. 09.30
Lagledermøte kl. 08.40

Program søndag

Innsvømming kl. 15.30
Stevnestart kl. 16.30
Lagledermøte kl. 15.40

Påmelding

Sendes til stevne@arnask.no innen mandag 16. januar. Etteranmelding mot dobbel startkontingent. Elektronisk påmelding ved bruk av UNI_P (Prima format) fra Victoria.

Kontaktperson er Kristian Blom
telefon 916 42 072.

Startkontingent faktureres i etterkant av stevnet. Oppgi e-post for faktura ved påmelding.