

Asker Svømmeklubb

Trivsel, Trygghet og Fart i vann



Asker vårstevne 2018

25. - 27. mai

Holmen svømmehall

Med NSF's godkjenning, og i henhold til NSF's lover og regler, inviterer Asker Svømmeklubb til approbert stevne fredag 25. mai til søndag 27. mai 2018. Stevnet foregår i Holmen svømmehall, Devikveien 6, 1394 Nesbru. Bassenget er 25m med 8 baner og vanntemperatur på ca. 27 grader. Terapibassenget vil være åpent for inn- og utsvømming under hele stevne. Det er elektronisk tidtaking, og stevnets resultater, startlister, heatlister, tidsskjema og øvrig informasjon blir kontinuerlig oppdatert og kan følges på <http://livetiming.medley.no/stevnedetaljer.aspx?stevnenr=2502>

Stevnet er åpent for utøvere **født 2009 og tidligere.**

Tidsskjema

	Fredag	Lørdag	Søndag
Lagledermøte		09:00	
Innsvømming	16:30	09:00	09:00
Stevnestart	17:30	10:00	10:00
Foreløpig estimert slutt	20:00	16:00	15:00

Vi tar forbehold om endring av starttidspunkt lørdag og søndag. Dette vil bli medelt på livetiming etter påmeldingsfristens utløp.

Klasseinndeling:

Stevnet er åpent for utøvere født 2009 og eldre. Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Masterklasse fremgår ikke i den elektroniske påmeldingsfila, for svømmere som skal starte i masterklasse må dette derfor angis i e-posten med påmeldingen.

Påmelding og premiering:

Samlet påmelding fra klubbene sendes fortrinnsvis i Prima-format (Stevnebørsen, Victoria) til svomme@gmail.com innen **Søndag 20. mai 2018**. Alle påmeldinger kvitteres med e-post. Ønske om etterpåmeldinger sendes samme e-postadresse som påmelding. Etterpåmeldinger tas inn hvis plass.

Startkontingent faktureres klubbene etterskuddsvis. Spesifisert faktura blir sendt elektronisk til klubbene etter stevnet til den som har sendt påmeldingen, videresend om nødvendig til klubbens betalingsansvarlig.

Vi oppfordrer til at alle meldes på med tid. Hvis offisiell tid mangler, benyttes stipulert tid slik G22A6 gir anledning til. På 200, 400, 800 og 1500m er påmeldingstid obligatorisk, svømmere uten påmeldt tid på disse distansene kan bli strøket fra øvelsene.

Startkontingent kr. 100,- pr. individuell start og kr. 200,- pr. stafettlag. For 2009 og 2008 klassene betales kr. 100,- uavhengig av antall øvelser. Etterpåmeldinger godtas mot dobbel startkontingent.

For øvelser 200m eller lengere vil det om nødvendig bli innført heatbegrensninger for å avvikle stevnet innenfor oppsatte tidsrammer. Svømmere i årsklasse 2005 og eldre vil i så fall bli strøket etter påmeldt tid i hver årsklasse i forhold til antall påmeldte i klassen.

1/3 premiering til alle årsklasser, masterklasse og funksjonshemmede med unntak av klasse 2009 og 2008. For disse klassene gis en deltakerpremie for hele stevnet. For klasse 2007 og 2006 gis det en deltakerpremie for hele stevnet i tillegg til 1/3 premiering.

Stafetter premieres med 1. – 3. plass. Premier for individuelle øvelser deles ut fortløpende etter hvert som resultatlister henges opp, og til stevnets slutt. Premier for stafetter ved premieseremoni iht tidskjema.

Lagledermøte:

Lagledermøte holdes lørdag klokka 09:00 i konferanserommet i kjelleren på svømmehallen.

Lagledere eller andre som har spørsmål på fredag eller etter lagledermøte lørdag bes henvende seg til stevnekontoret som er åpent for spørsmål og henvendelser under hele stevnet. Strykninger og stafettlag registreres av klubbene selv på ltmobil.medley.no. Klubbene får tilsendt passord etter utløpt påmeldingsfrist.

Kontaktpersoner:

Påmelding: Torbjørn Sund, e-post: svomme@gmail.com mobil: 905 59 712

Stevneleder: Morten Tronstad, e-post: morten@ttm.no mobil: 957 07 465

Kafeteria:

Asker svømmeklubb vil ha kafeteria med salg av mat og drikke under hele stevnet.

Øvelsesoppsett:

Fredag 25. mai – langdistanse

Starter kl.17.30, innsvømming fra kl.16.30.

Øvelse 1	1500m fri jenter	Øvelse 2	1500m fri gutter
Øvelse 3	200m fly jenter	Øvelse 4	200m fly gutter
Øvelse 5	800m fri jenter	Øvelse 6	800m fri gutter

Lørdag 26. mai – sprint

Starter kl. 10.00, innsvømming fra kl. 09.00. Lagledermøte kl.09.00

Øvelse 7	100 bryst jenter	Øvelse 8	100 bryst gutter
Øvelse 9	50 rygg jenter	Øvelse 10	50 rygg gutter
Øvelse 11	100 medley jenter	Øvelse 12	100 medley gutter
Øvelse 13	50 fri jenter	Øvelse 14	50 fri gutter
Øvelse 15	4x50 medley jenter*	Øvelse 16	4x50 medley gutter*
Pause 60 min og premiering stafett			
Øvelse 17	50 fly jenter	Øvelse 18	50 fly gutter
Øvelse 19	100 fri jenter	Øvelse 20	100 fri gutter
Øvelse 21	50 bryst jenter	Øvelse 22	50 bryst gutter
Øvelse 23	100 rygg jenter	Øvelse 24	100 rygg gutter
Øvelse 25	4x50 fri jenter*	Øvelse 26	4x50 fri gutter*
Premiering stafett			

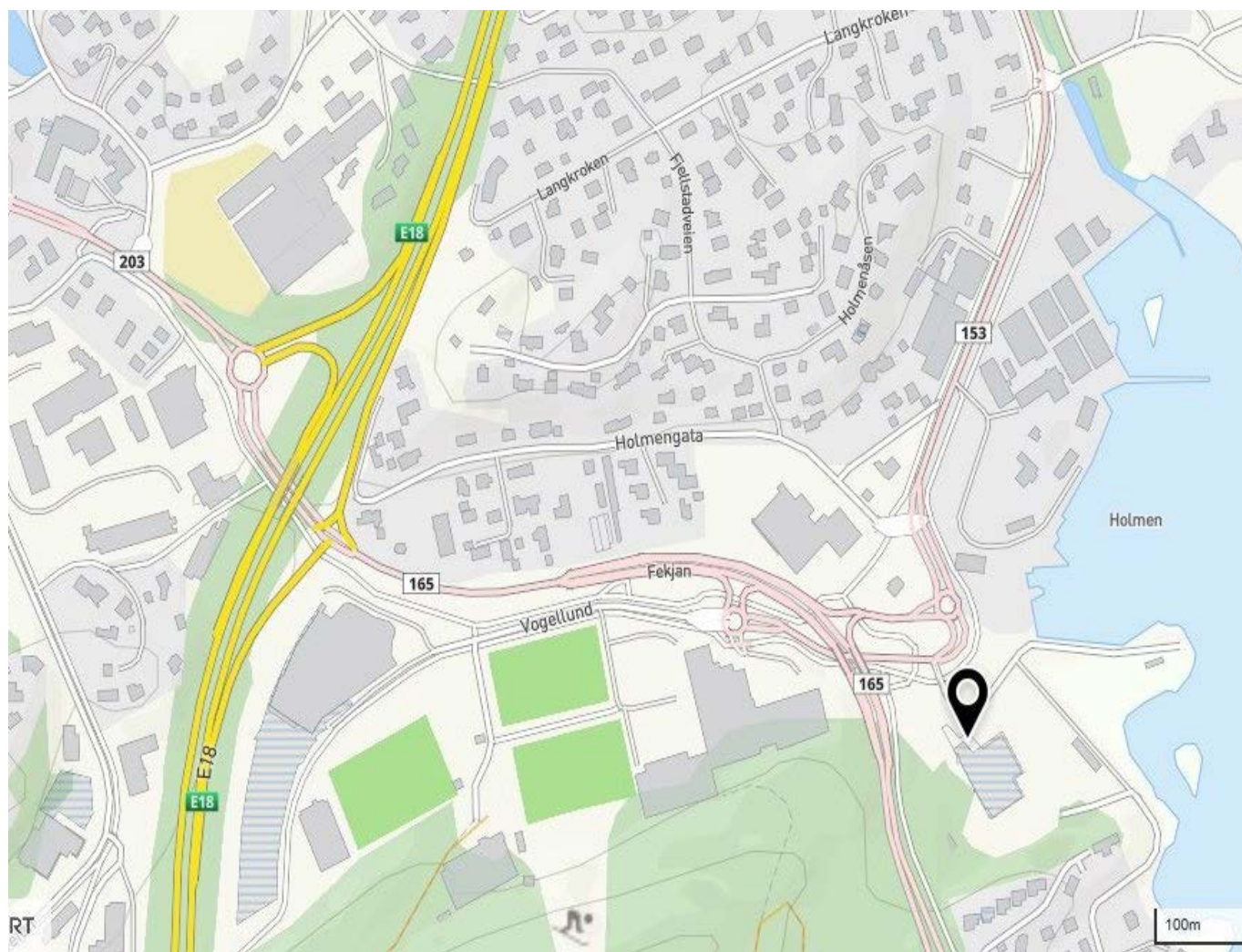
* Stafettene premieres i klassene 2009 - 2005 og 2004 og eldre. Klubber kan stille med blandede lag på tvers av årsklasser men blir da klassifisert i klassen for eldste svømmer på laget.

Søndag 27. mai – mellomdistanse

Starter kl. 10.00, innsvømming fra kl. 09.00

Øvelse 27	200 fri jenter	Øvelse 28	200 fri gutter
Øvelse 29	200 medley	Øvelse 30	200 medley
Øvelse 31	200 bryst jenter	Øvelse 32	200 bryst gutter
Øvelse 33	100 fly jenter	Øvelse 34	100 fly gutter
Pause 60 minutt			
Øvelse 35	400 fri jenter	Øvelse 36	400 fri gutter
Øvelse 37	200 rygg jenter	Øvelse 38	200 rygg gutter
Øvelse 39	400 medley jenter	Øvelse 40	400 medley gutter

Kart til Holmen Svømmehall. Devikveien 6. 1394 NESBRU. (merket med pil i kartet)



Parkering Holmensvømmehall.

Det er svært begrenset med parkering ved Holmenhallen så vi oppfordrer alle til å parkere i de nederste etasjene i parkeringshuset på Holmensenteret, innkjøring merkes. Parkering ved Hallen vil i første rekke forbeholdes betjening og de med spesielle behov.

- P1 –Holmensenteret parkeringsgarasje, parker etter anvisning. (300 m å gå)
- P2 – Reserve ca 25 parkeringsplasser på grus. (200 m å gå)
- D1 – Kiss and Ride – Her kan du sette av svømmere på bussholdeplassen
- H1- Askerbadenes flotte svømmehall – Holmen

Vi håper alle hjelper oss med dette så vi slipper parkeringskaos det er maks 300 meters å gå.

