



## FJORDSVØM 2018

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, har Sandefjord svømmeklubb gleden av å invitere svømmere født 2009 og tidligere til Fjordsvøm 2018.

### DATO

Lørdag, 24. november 2018

### STED

Sandefjord svømmehall, Bugårdsparken, Stadionveien 15, 3214 Sandefjord.

### STEVNET

Innsvømming	08.30
Lagledermøte	08.30
Dommermøte	09.15
Stevnestart	10.00

### KLASSEINNDDELING

Stevnet er åpent for alle årsklasser, senior, masters og funksjonshemmede. Yngste klasse født 2009. Det presiseres at svømmere i de 2 yngste klasser skal være fra det som kan defineres som «egen krets». Startlisens fra NSF må være betalt.

### PREMIERING

1/3 premiering til alle klasser unntatt 2008 og 2009. Deltagere født i 2008 og 2009 rangeres alfabetisk og premieres etter særskilte regler.

Deltakerpremier til årsklasser 2006, 2007, 2008, 2009.

Stafettene premieres med lagpremier for 1. 2. og 3. plass. Det konkurreres i en klasse for damer og en klasse for herrer.

På lagledermøte vil det bli trukket ut en "lucky winner" av alle som har vunnet en øvelse (dame og herre respektive).

Premiene er klokker til en verdi av kr. 3500,-

### BASSENGET

Vi kan tilby et raskt ferskvannsbasseng med 8 baner og Omega Track-start paller noe som gjør at vi vil kunne gjennomføre et svært effektivt stevne. Det vil være mulighet for utsvømming i eget stupebasseng på 12,5 x 12,5 m.

Det vil bli benyttet helautomatisk tidtakningsystem.

### PÅMELDING

Sendes til: [oppmann@sandefjordsvommeklubb.no](mailto:oppmann@sandefjordsvommeklubb.no) v/Steinar Nygård mob. 952 44 688. Dersom en svømmer mangler godkjent tid for øvelsen oppfordres det til å angi stipulert påmeldingstid.



## PÅMELDINGSFRIST

13. november 2018

## HEATBEGRENSNING

Vi forbeholder oss retten til å begrense antall heat ved stor deltakelse.

## LAGLEDERMØTE, STRYKNINGER OG LAGOPPSETT

Lagledermøte avholdes 24. november kl. 09.00 i Sandefjord svømmehall.

Strykninger skal fortrinnsvis gjøres av klubbene selv på [www.livetiming.no](http://www.livetiming.no) (eller på sidene tilpasset for mobile enheter på [ltmobil.medley.no](http://ltmobil.medley.no)).

Klubbene får tildelt passord for tilgang til tjenesten etter utløpet av påmeldingsfristen. Etteranmelding meldes til [oppmann@sandefjordsvommeklubb.no](mailto:oppmann@sandefjordsvommeklubb.no), prioriteres i den rekkefølgen de mottas, og tas med hvis styveledelsen anser at det er plass.

Rangerte startlister og tidsskjema legges ut på [www.livetiming.no](http://www.livetiming.no) etter utløpet av påmeldingsfristen, og oppdateres ved behov.

For å effektivisere stevneavviklingen og unngå halvfulle heat oppfordrer vi klubbene og svømmerne til å melde inn strykninger så tidlig som mulig.

## KONTAKTPERSONER

Stevneleder: Ragnar Horntvedt 982 59 999

Arrangementsansvarlig: Gisle Baugerød 905 34 172

## STARTKONTIGENT

kr. 100,- pr. individuelle start, kr. 200,- pr. lagstart

Deltakere født i 2008 og 2009 betaler kr. 100,- uansett antall øvelser.

## BETALINGSFRIST FOR STARTKONTIGENT

20. november 2018

Etteranmelding godtas på lagledermøte mot dobbel startkontingent hvis styveledelsen anser at det er plass.

Husk å ta med kvittering på lagledermøte for betalt startkontingent. Utøvere fra klubber som ikke har betalt startkontingent blir nektet start.

## STARTKONTIGENT BETALES TIL

Sandefjord Svømmeklubb konto: 2480.06.58159

Merk "Fjordsvøm + klubbnavn"

## OVERNATTING

Ta kontakt med arrangementsansvarlig Gisle Baugerød (90534172, [giba@online.no](mailto:giba@online.no)) ved behov.

## ØVELSER

- |     |                     |     |                      |
|-----|---------------------|-----|----------------------|
| 1.  | 200m bryst damer    | 2.  | 200m bryst herrer    |
| 3.  | 50m fri damer       | 4.  | 50m fri herrer       |
| 5.  | 100m rygg damer     | 6.  | 100m rygg herrer     |
| 7.  | 50m butterfly damer | 8.  | 50m butterfly herrer |
| 9.  | 200m IM damer       | 10. | 200m IM herrer       |
| 11. | 100m fri damer      | 12. | 100m fri herrer      |
| 13. | 4x50m fri damer     | 14. | 4x50m fri herrer     |

### PAUSE

- |     |                     |     |                       |
|-----|---------------------|-----|-----------------------|
| 15. | 200 rygg damer      | 16. | 200m rygg herrer      |
| 17. | 100 bryst damer     | 18. | 100 bryst herrer      |
| 19. | 100 butterfly damer | 20. | 100m butterfly herrer |
| 21. | 50 rygg damer       | 22. | 50 rygg herrer        |
| 23. | 400 fri damer       | 24. | 400 fri herrer        |
| 25. | 50 bryst damer      | 26. | 50 bryst herrer       |

VELKOMMEN TIL SANDEFJORD !!!

