

TAREMARESVØM



B R A T T V Å G

Brattvåg svømmehall

2.- 3. februar 2019



BRATTVÅG
SVØMMEKLUBB

TILSLUTTET NORGES SVØMMEFORBUND

Taremaresvøm

Åpent og rekruttstevne - Brattvåg 2. –3. februar 2019

Med NSF's godkjenning, i følge terminliste og etter NSF's lover og regler innbyr Brattvåg Svømmeklubb til åpent og rekrutt-stevne i Brattvåg Svømmehall 2. – 3. februar 2019.

Bassenget: 25 m ferskvann, ca 27 grader celsius, 6 baner med bølgebrytende baneskillere.
Bruk av badehette er påbudt i bassenget.

Tidtaking: Elektronisk

Stevnestart: Lørdag 2. februar kl 12.00 innsvømming kl 10.30 – 11.45
Søndag 3. februar kl 10.00 innsvømming kl 09.00 – 09.55

Lagledermøte: Lørdag kl. 10:45

Åpent stevne: Inndeling: Årsklasser og senior
Stafett: Senior / junior.
Årsklasse f.2009 og 2010 kan delta på øvelsene i åpen klasse etter gjeldende regler

Premiering: Deltager t-sjorte til alle! 1/3 premiering individuelt, med premier fra Swimshop og lag får medaljer. Bestemannspremier, gavekort 500 kroner, til beste jente og gutt i årsklasse 2007 for høyeste poengsum på en enkeltøvelse etter **FINA 2018** poengtabell.
Deltagerpremie for klasse 2007, 2008, 2009 og 2010.

Startkontingent: Kr.100,- pr. individuell start. Stafett: kr 200,- pr. lag.
Kr 100,- pr. rekrutt uansett antall starter (gjelder også for de som er f.2009/10 i åpent).
Faktura blir sendt ut i etterkant, med ev. etterpåmeldinger og overnatting på skole.
Ved påmelding skal det sendes med telefonnummer og epost til kasserer/økonomiansvarlig i klubben.

Påmelding: Påmelding sendes fortrinnsvis på e-post til: olehb@nogva.no
Vi bruker Jechsoft Victoria. Stevneoppsett kan lastes ned fra medley.no.

Påmeldingsfrist: Påmeldingen må være oss i hende **senest fredag 25. januar**.
Etteranmeldelse godtas på lagledermøte, dersom det er plass i heatene.

Kontaktperson: Christian Koppen, tlf. 932 88 622. e-post: christian_koppen@hotmail.com

Skoleovernatting kan ordnes på: Brattvåg Ungdomsskule – Henvendelse til Christian Koppen – tlf. 932 88 622 eller e-post christian_koppen@hotmail.com – Overnatting kr. 100,- pr. person (overnatting lørdag til søndag).

Serveringssteder: vi anbefaler klubbene om å støtte disse resturangene for middag lørdag kveld.
– Brattvåg Hotell, 70210555.
– Brattvåg Bowling, 71396108.
– Brattvåg Resturant, 70219757.
– Pad Thai AS, 992 36 988.

Kretsmesterskapsøvelser:

Møre og Romsdal svømmekrets vil videreføre i 2019 ordninga med å fordele alle 18 individuelle øvelsene ut på 5 todagers svømmestevner i kretsen. Taremaresvøm er først ute med dette i 2019. Alle som deltar i de tre øvelsene, 400 fri, 200 rygg og 50 bryst, og representerer en klubb fra Møre og Romsdal, er automatisk med i Kretsmesterskapet. De er i år to Junior klasser ei Yngre Junior 11-14 år (2008 til 2005) og ei Eldre Junior 15 – 19 år (2004 til 2000). Senior er ikke med i KM i 2019, og en svømmer er kun med i sin klasse. De er ikke ekstra startkontigent for å bli med i kretsmesterskapet. De er tre premier pr øvelse i KM, pr klasse. De er selvsagt også normal premiering i de øvelsene. Premieutdeling i pausen på søndagen.

Øvelsesoppsett Lørdag 2. februar:

Stevnestart kl. 12.00 (Innsvømming kl. 10.30)		
Øv. nr.	Øvelse	
01	400 m fri	Jenter, KM Øvelse
02	400 m fri	Gutter, KM Øvelse
03	50 m rygg	Jenter
04	50 m rygg	Gutter
05	200 m butterfly	Jenter
06	200 m butterfly	Gutter
07	50 m bryst	Jenter, KM Øvelse
08	50 m bryst	Gutter, KM Øvelse
Pause 30 min, oppvarming rekrutter mulig.		
101	50 m fri	Miks REKRUTT
102	25 m rygg	Miks REKRUTT
103	25 m butterfly	Miks REKRUTT
104	50 m bryst	Miks REKRUTT
105	100 m fri	Miks REKRUTT
106	4 x 25 m fri	Miks REKRUTT
Premieutdeling, rekrutter.		
09	200 m rygg	Jenter, KM Øvelse
10	200 m rygg	Gutter, KM Øvelse
11	100 m fri	Jenter
12	100 m fri	Gutter
13	100 m bryst	Jenter
14	100 m bryst	Gutter
Pause 5 min		
15	4 x 50 m LM	Jenter
16	4 x 50 m LM	Gutter

2019 fordelingen av KM-øvelser:

Rosesvøm: 800 fri, 100 IM, 100 bryst, 200 bf

Jugendsvøm: 100 fri, 1500 fri, 200 IM, 50 ry

Kristiansund Open: 50 fri, 400 IM, 100 ry, 100 bf

Julelauget: 200 fri, 200 bryst, 50 bf

Øvelsesoppsett Søndag 3. februar :

Stevnestart kl. 10.00 (Innsvømming kl. 09.00)

Øv. Nr.	Øvelse	
17	800 m fri	Jenter
18	800 m fri	Gutter
19	200 m IM	Jenter
20	200 m IM	Gutter
21	50 m fri	Jenter
22	50 m fri	Gutter
23	100 m butterfly	Jenter
24	100 m butterfly	Gutter
25	4 x 50 m LM MIX	Blandet 2+2
Pause 30 min, premier KM øvelser		
26	100 m rygg	Jenter
27	100 m rygg	Gutter
28	200 m bryst	Jenter
29	200 m bryst	Gutter
30	50 m butterfly	Jenter
31	50 m butterfly	Gutter
32	100 m IM	Jenter
33	100 m IM	Gutter
Pause 5 min		
34	4 x 50 m fri	Jenter
35	4 x 50 m fri	Gutter

Velkommen til Brattvågen!

No med Omega paller 😊

