



# Asker Svømmeklubb

*Trivsel, Trygghet og Prestasjon i vann*

Asker, november 2018

Til svømmeklubbene,  
Norges svømmeforbund,  
Akershus svømmekrets.

## Asker Svømmeklubb inviterer til



Holmen svømmehall – Asker, fredag 8. til søndag 10. februar 2019

Med NSF's godkjenning, og i henhold til NSF's lover og regler, har Asker Svømmeklubb gleden av å invitere svømmere **født 2010 og tidligere** til Asker Open 2019. Stevnet foregår i Holmen Svømmehall, Devikveien 6, 1394 Nesbru. Bassenget har 8 baner med bredde 2,5m, er 25 m langt, vanntemp. 27°C. Opplæringsbassenget vil være åpent for ut og innsvømming under stevnet. Det er elektronisk tidtaking.

fredag avvikles 400 fri, opplæringsbassenget er da reservert innsvømming, slik at de som svømmer sent ikke behøver å møte til innsvømming 16:30. Merk at årsklassen 2010 ikke har mulighet til og delta på fredagens øvelser

Lørdag og søndag er delt i to avdelinger, første avdeling for de yngste (2006-2010), deretter de eldste (2005 og eldre), masters og funksjonshemmede.

### Tidsskjema:

	Fredag	Lørdag	Søndag
Lagledermøte	16:15	-	-
Innsvømming	16:30	09:00	09:00
Stevnestart årskull 2006-2010	17:30	10:00	10:00
Innsvømming	16:30	13:00	13:00
Stevnestart 2005 o.e., masters, funksjonshemmede	17:30	14:00	14:00
Foreløpig estimert slutt	21:30	18:00	18:00

Vi tar forbehold om endring av starttidspunkt lørdag og søndag ved stor deltagelse. Oppgitt sluttid er foreløpig, tidsskjema for stevnet inkludert estimert start for hver øvelse vil være tilgjengelig etter påmeldingsfristens utløp. All informasjon om stevnet blir lagt på <http://livetiming.medley.no>, alternativt <http://ltmobil.medley.no> for håndholdte enheter.

Det er begrensede parkeringsmuligheter ved Holmen svømmehall, men Holmensenteret tilbyr parkering 4h, og det er også muligheter for parkering ved Plantasjen eller ved Skeidar.



# Asker Svømmeklubb

*Trivsel, Trygghet og Prestasjon i vann*

## KLASSEINNDELING:

Stevnet er åpent for master, pre-master, funksjonshemmede (fysisk eller psykisk funksjonshemming), senior og junior f. 2009 og tidligere. Svømmere som ønsker å delta i mastersklasse må skrive dette i påmeldingen.

## PREMIERING:

1/3 premiering i alle årsklasser, unntatt 2009–2010. Det er deltakerpremier i årsklasse 07-10.

Gavekort på kr. 1.000,- fra Fastswim til beste jente/dame og beste gutt/herre i hver av klassene 2002 o.e., 2003-2004, 2005-2006, basert på FINA-2017 poeng på en individuell øvelse.

Gavekort til de 3 beste klubbene blir gitt av Olka sportsreiser

## PÅMELDING:

Påmelding sendes fortrinnsvis i Prima-format (Stevnebørsen, Victoria) på e-post til adresse [stevne@askersvom.no](mailto:stevne@askersvom.no) innen onsdag 30. januar 2019 kl 23:59. Påmeldinger (også etterpåmeldinger) skal sendes fra klubbens påmeldingsansvarlige, individuelle påmeldinger fra svømmere eller foreldre bør unngås. Alle påmeldinger kvitteres med e-post. Får man ikke svar er sannsynligvis påmeldingen ikke mottatt

## STARTAVGIFT:

Individuell start kr. 100,-, etterpåmelding mot dobbel avgift.

Vi ønsker ikke forskuddsbetaling, faktura blir sendt elektronisk til klubbene etter stevnet til avsenderen av påmeldingen. Vi ber om at fakturaen videresendes til klubbens betalingsansvarlige.

## PÅMELDINGSTIDER og HEATBEGRENSNING:

Vi oppfordrer til at alle meldes på med tid. Hvis offisiell tid fra approbert stevne i perioden 01.02.2018 – 31.01.2019 finnes skal denne oppgis, hvis ikke benyttes stipulert tid slik G22A6 gir anledning til. På 200- og 400-meterne er påmeldingstid obligatorisk. Påmelding uten tid på disse øvelsene kan bli avvist.

Av hensyn til forsvarlig stevneavvikling forbeholder vi oss rett til å begrense antall heat på 200-meterne for eldste gruppe. 400 meter fri vil bli begrenset til 36 heat tilsammen for yngste og eldste gruppe. Eventuell strykning på 200-meterne vil skje etter påmeldt tid fra hver aldersgruppe i forhold til antall påmeldte i gruppen. På 400 fri vil strykning først bli foretatt i gruppen 2002 o.e. (ikke-ÅM-svømmere), om nødvendig deretter i gruppene 2003 – 2005. Masters og funksjonshemmede vil ikke strykes. De som strykes settes som reserve, sist strøke først. For yngste gruppe forbeholder vi oss rett til å stryke øvelser. I så fall vil vi fortrinnsvis ta bort øvelser som ikke er på ÅM-programmet.

Eventuell heatbegrensning, strykning av øvelse og/eller forskyvning av starttidspunkt for hver avdeling blir avgjort etter utløpet av påmeldingsfristen. Informasjon om dette blir lagt ut på livetiming.no, og berørte klubber/svømmere vil bli kontaktet. Strykninger fra hele stevnet innen 03.02 og som grunngis med heatbegrensning eller bortfall av øvelser vil ikke bli belastet startavgift.



# Asker Svømmeklubb

*Trivsel, Trygghet og Prestasjon i vann*

## KONTAKTPERSONER:

Påmelding:	Torbjørn Sund	e-post <a href="mailto:stevne@askersvom.no">stevne@askersvom.no</a>	mob. 905 59 712
S-klassene:	Ulf Riise	e-post <a href="mailto:ulfriise@broadpark.no">ulfriise@broadpark.no</a>	mob. 901 88 255
Stevneleder:	Morten Tronstad	e-post <a href="mailto:morten@ttm.no">morten@ttm.no</a>	mob. 957 07 465

## LAGLEDERMØTE, STRYKNINGER og ETTERPÅMELDINGER:

Lagleder møte avholdes fredag kl. 16.15 i konferanserommet i kjelleren på Holmen svømmehall. Det er ikke lagleder møte lørdag/søndag, men stevnekontoret er åpent for spørsmål og henvendelser under hele stevnet. Strykninger skal fortrinnsvis gjøres av klubbene selv på [livetiming.medley.no](http://livetiming.medley.no) eller [ltmobil.medley.no](http://ltmobil.medley.no), klubbene får tilsendt passord for tilgang til tjenesten etter utløpet av påmeldingsfristen. Etterpåmelding meldes til [stevne@askersvom.no](mailto:stevne@askersvom.no), prioriteres i den rekkefølgen de mottas, og tas med hvis stevneledelsen anser at det er plass. Merk at strykninger og etterpåmeldinger ikke tas på lagleder møtet. Strykninger og ønske om etterpåmeldinger kan leveres skriftlig på stevnekontoret senest 90 minutter før start på avdelingen. 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 snart man vet om dem.

## KAFETERIA:

Det vil finnes kafeteria med salg av mat og drikke under stevnet.

## OVERNATTING:

Asker Svømmeklubb har avtale med Scandic Asker om overnatting til følgende priser per rom og natt:

Enkeltrom	655,-
Dobbelrom	853,-
Trippelrom	1077,-

Alle prisene inkluderer frokostbuffet, gym og trådløst internett

Bestilling skjer direkte til hotellet senest 20. desember på telefon 23155416 eller på e-post [Booking.aker@scandichotels.com](mailto:Booking.aker@scandichotels.com). Benytt referanse [46799498](https://www.scandichotels.com/46799498) ved bestilling av rom.

Det er ca. 5 minutters gangavstand fra hotellet til Asker stasjon, der det går buss hver halvtime til og fra svømmehallen.



# Asker Svømmeklubb

*Trivsel, Trygghet og Prestasjon i vann*

## Øvelsesoppsett Asker Open 8 – 10. februar 2019

### Fredag 08.02 kl. 17.30: 2009 og eldre

1	400 fri	jenter	2009 og eldre
2	400 fri	gutter	2009 og eldre

### Lørdag 09.02 kl. 10.00: Yngre f. 2006 - 2010

3	50 bryst	jenter	2006 og yngre
4	50 bryst	gutter	2006 og yngre
5	200 rygg	jenter	2006 og yngre
6	200 rygg	gutter	2006 og yngre
7	50 fri	jenter	2006 og yngre
8	50 fri	gutter	2006 og yngre
9	50 rygg	jenter	2006 og yngre
10	50 rygg	gutter	2006 og yngre
11	200 Bryst	Jenter	2006 og yngre
12	200 Bryst	gutter	2006 og yngre
13	50 butterfly	jenter	2006 og yngre
14	50 butterfly	gutter	2006 og yngre

### Lørdag 09.02 kl. 14.00: 2005 og Eldre, senior, masters funksjonshemmede

15	50 bryst	jenter	2005 og eldre
16	50 bryst	gutter	2005 og eldre
17	200 rygg	jenter	2005 og eldre
18	200 rygg	gutter	2005 og eldre
19	50 fri	jenter	2005 og eldre
20	50 fri	gutter	2005 og eldre
21	50 rygg	Jenter	2005 og eldre
22	50 rygg	gutter	2005 og eldre
23	200 bryst	jenter	2005 og eldre
24	200 bryst	gutter	2005 og eldre
25	50 butterfly	jenter	2005 og eldre
26	50 butterfly	gutter	2005 og eldre



# Asker Svømmeklubb

*Trivsel, Trygghet og Prestasjon i vann*

## **Søndag 10.02 kl. 10.00: Yngre f. 2006 – 2010**

27	200 medley	jenter	2006 og yngre
28	200 medley	gutter	2006 og yngre
29	100 bryst	jenter	2006 og yngre
30	100 bryst	gutter	2006 og yngre
31	200 fri	jenter	2006 og yngre
32	200 fri	gutter	2006 og yngre
33	100 butterfly	jenter	2006 og yngre
34	100 butterfly	gutter	2006 og yngre
35	100 rygg	jenter	2006 og yngre
36	100 rygg	gutter	2006 og yngre

## **Søndag 10.02 kl. 14.00: 2005 og eldre, senior, masters, funksjonshemmede**

37	200 medley	jenter	2005 og eldre
38	200 medley	gutter	2005 og eldre
39	100 bryst	jenter	2005 og eldre
40	100 bryst	gutter	2005 og eldre
41	200 fri	jenter	2005 og eldre
42	200 fri	gutter	2005 og eldre
43	100 butterfly	jenter	2005 og eldre
44	100 butterfly	gutter	2005 og eldre
45	100 rygg	jenter	2005 og eldre
46	100 rygg	gutter	2005 og eldre



**Vi ønsker svømmere, trenere, ledere og øvrige svømmeinteresserte velkommen til en hyggelig svømmehelg i Holmen svømmehall.**