



Trygghet • Trivsel • Takhøyde

INVITERER TIL



SPAREBANKEN MØRE

ROSESVØM 2019

Moldebadet

Lørdag 16. februar – søndag 17. februar

Med NSF's godkjenning, ifølge terminliste og etter NSF's lover og regler, innbyr MOLDE SLK til åpent stevne. Det benyttes elektronisk tidtaking.

DELTAGELSE:	Master, senior og årsklassene. Utøvere født 2009 og 2010 kan delta etter gjeldende regler.
BASSENGET:	25m ferskvann, ca. 26 grader, 6 baner med bølgebrytende baneskiller.
STARTAVGIFT:	Individuell start: Kr. 100,- / Lag: Kr. 200,- Utøvere født 2009 og 2010: Kr 100,- for hele stevnet. Faktura blir utsendt etter stevne. Etteranmelding kun tillatt ved ledig plass i heat.
PREMIERING:	Individuelt 1/3 premiering for alle klasser tom 2008. Deltagerpremie til alle. Egen deltagerpremie for klassene 2007-2010. Bestemannspremie for gutt og jente. Vandrepokal for Rosemedleyen. Beste klubb fra 1-6.
PÅMELDING:	Sendes på fil til: stevne@mslk.no Vi bruker Victoria og ønsker registreringene som uni_p-fil.
RESULTATER:	Vi benytter Livetiming. Følg stevnet på http://ltmobil.medley.no/stevne.aspx?stevnenr=3075

Påmeldingen må være oss i hende senest lørdag 9. februar kl. 18.00.
Husk bestilling av lunsj samtidig – se side seks for mer informasjon.

Viktige tidspunkt

Lørdag

Innsvømming: kl. 10.15
Lagledermøte: kl. 10.45
Stevnestart: kl. 12.00
Forventet slutt: kl. 18.00

Søndag

Innsvømming: kl. 10.00
Stevnestart: kl. 11.00
Forventet slutt: kl. 17.00

Øvelsesoppsett lørdag

Øvelse 1	100	bryst	damer (KM)
Øvelse 2	100	bryst	menn (KM)
Øvelse 3	400	fri	damer
Øvelse 4	400	fri	menn
10 min pause			
Øvelse 5	200	butterfly	damer (KM)
Øvelse 6	200	butterfly	menn (KM)
Øvelse 7	100	rygg	damer
Øvelse 8	100	rygg	menn
60 min hovedpause			
Øvelse 9	100	medley	damer (KM)
Øvelse 10	100	medley	menn (KM)
Øvelse 11	200	bryst	damer
Øvelse 12	200	bryst	menn
Øvelse 13	50	butterfly	damer
Øvelse 14	50	butterfly	menn
Øvelse 15	4x50	fri	damer
Øvelse 16	4x50	fri	menn

Øvelsene markert med «(KM)» er del av kretsmesterskapet i Møre og Romsdal, se nederst neste side, men selvfølgelig åpne for alle.

Øvelsesoppsett søndag

Øvelse 17	800	fri	damer (KM)
Øvelse 18	800	fri	menn (KM)
Øvelse 19	50	fri	damer
Øvelse 20	50	fri	menn
Øvelse 21	100	butterfly	damer
Øvelse 22	100	butterfly	menn
10 min pause			
Øvelse 23	100	fri	damer
Øvelse 24	100	fri	menn
Øvelse 25	200	rygg	damer
Øvelse 26	200	rygg	menn
60 min hovedpause			
Øvelse 27	50	bryst	damer
Øvelse 28	50	bryst	menn
Øvelse 29	50	rygg	damer
Øvelse 30	50	rygg	menn
Øvelse 31	200	medley	damer
Øvelse 32	200	medley	menn
10 min pause			
Øvelse 33	6x100	medley	mixed

Øvelse 33 - Rosemedley:

Vår tradisjonsrike stafett - mix, 3+3 senior, 6 x 100 medley

Øvelsene markert med «(KM)» er del av kretsmesterskapet i Møre og Romsdal, se rett nedenfor, men selvfølgelig åpne for alle.

Kretsmesterskap i Møre og Romsdal

Følgende distanser i Rosesvøm er med i KM:

- 100 m bryst, 200 m butterfly, 100 m medley og 800 m fri.

Disse øvelsene er markert med «(KM)» i oppsettet over. Det deles ut premier for to juniorklasser: Yngre junior 11-14 år (2008 til 2005) og eldre junior 15-19 år (2004 til 2000).

Det er ikke ekstra startkontingent for å bli med i kretsmesterskapet. Det er tre premier per øvelse i KM, per klasse. Det er selvsagt også normal premiering i disse øvelsene og klubber utenfor kretsen deltar som vanlig. Det blir premieutdeling i pausen mellom øvelse 26 og 27 på søndag.

Overnatting

[Scandic Seilet](#) som er vegg i vegg med Moldebadet, tilbyr standard idrettspriser via Svømmeforbundets avtale:

- Enkeltrom kr 824,-
- Dobbeltrom kr 824,-

Bestill direkte hos på hotellets nettside med bookingkoden D000024031.

[Thon Hotel Moldefjord](#) som er i sentrum, 800 meter fra Moldebadet, tilbyr også standard idrettspriser via Svømmeforbundets avtale:

- Enkeltrom kr 597
- Dobbeltrom kr 822
- Trippelrom kr 972

Start bestillingen for [Thon Sport](#).

Mattilbud

LUNSJ

Vi tilbyr lunsjbuffet i møterommene over Moldebadet. Buffeten åpner en time før hovedpausen og er åpen til hovedpausen er ferdig. Vi tror det er hyggelig for svømmerne å spise sammen – i litt bedre omgivelser enn inne på selve badet.

Pris: 95 kroner per person. Dette må bestilles samtidig med påmelding til stevnet – oppgi antall lørdag og søndag. Blir fakturert sammen startavgiften.

MIDDAG



Hos Gyda tilbyr idrettspris for grupper over 10 personer - kr. 129 inkl. 0,4 valgfri brus per person. Kan oppgraderes til 0,8 brus for 10 kroner. Ring 71 20 00 27 for å reservere bord.



Egon Molde tilbyr ikke egen pris for Rosesvøm, men hvis dere likevel velger å spise dere kan dere støtte oss ved å oppgi «Molde svømme og livredningsklubb» som referanse.

VÅR HOTELLPARTNER

Scandic
Seilet

VÅR DUGNADSPARTNER

SALVA[®]
NORWAY 2012

VÅR KLESLEVERANDØR

sport 1
ekte sport[®]

VÅRE SVØMMEVENNER

ØVERBØ
GJØRTZ



Bakehuset



Fasade[®]
PRODUKTER

SOLSKJERMING – GARASJEPORTER

DEKKSERVICE

VÅRE SVØMMEVENNER



VÅRE SVØMMEVENNER

Cinderella[®]
FORBRENNINGSTOALETTER



ØkonomiBistand
Regnskap

