

god stemning

Velkommen til AdO Cup 2019

14.-16. juni i AdO arena

Arrangeres for svømmere født 2010 og tidligere. Stevnebassenget er på 50m og har 10 baner. Parallelt med stevnet vil det være mulig å varme opp og svømme utsvømming i stupbassenget (25-meters basseng).

Fredag kl. 14.00

1. 400 fri gutter
2. 50 fri jenter
3. 50 fri gutter
4. 100 rygg jenter
5. 100 rygg gutter
6. 400 im jenter
7. 400 im gutter
8. 50 bfl jenter
9. 50 bfl gutter
10. 100 bryst jenter
11. 100 bryst gutter
12. 400 fri damer

Lørdag kl.09.00
(2005 og eldre)

13. 200 fri gutter
14. 1500 fri jenter
15. 50 rygg gutter
16. 50 rygg jenter
17. 200 bryst gutter
18. 200 bryst jenter
19. 100 bfl gutter
20. 100 bfl jenter
21. 200 im gutter
22. 200 im jenter
23. 800 fri gutter
24. 6x50 fri mix

Lørdag kl.13.00
(2006 og yngre)

25. 200 fri gutter
26. 1500 fri jenter
27. 50 rygg gutter
28. 50 rygg jenter
29. 200 bryst gutter
30. 200 bryst jenter
31. 100 bfl gutter
32. 100 bfl jenter
33. 200 im gutter
34. 200 im jenter
35. 800 fri gutter
36. 6x50 fri mix

Søndag kl.09.00
(2005 og eldre)

37. 200 fri jenter
38. 1500 fri gutter
39. 50 bryst jenter
40. 50 bryst gutter
41. 200 rygg jenter
42. 200 rygg gutter
43. 100 fri jenter
44. 100 fri gutter
45. 200 bfl jenter
46. 200 bfl gutter
47. 800 fri jenter
48. 4x50 medley mix

Finale lørdag
100 bryst gutter yngre jr/eldre jr/sr
100 bryst jenter yngre jr/eldre jr/sr
50 fri gutter yngre jr/eldre jr/sr
50 fri jenter yngre jr/eldre jr/sr
200 im gutter superfinale
200 im jenter superfinale
50 bfl gutter yngre jr/eldre jr/sr
50 bfl jenter yngre jr/eldre jr/sr
200 bryst gutter superfinale
200 bryst jenter superfinale
100 bfl gutter yngre jr/eldre jr/sr
100 bfl jenter yngre jr/eldre jr/sr
6x50 fri mix 2006 oy/2005 oe* (3g og 3j)

Finale søndag
100 rygg jenter yngre jr/eldre jr/sr
100 rygg gutter yngre jr/eldre jr/sr
50 rygg gutter yngre jr/eldre jr/sr
50 rygg jenter yngre jr/eldre jr/sr
50 bryst gutter yngre jr/eldre jr/sr
50 bryst jenter yngre jr/eldre jr/sr
200 rygg jenter superfinale
200 rygg gutter superfinale
100 fri jenter yngre jr/eldre jr/sr
100 fri gutter yngre jr/eldre jr/sr
200 bfl jenter superfinale
200 bfl gutter superfinale
4x50 med mix 2006 oy/2005 oe* (2g og 2j)

Søndag kl.13.00
(2006 og yngre)

49. 200 fri jenter
50. 1500 fri gutter
51. 50 bryst jenter
52. 50 bryst gutter
53. 200 rygg jenter
54. 200 rygg gutter
55. 100 fri jenter
56. 100 fri gutter
57. 200 bfl jenter
58. 200 bfl gutter
59. 800 fri jenter
60. 4x50 medley mix

Premiering forsøk
Klasser jenter: Senior (2001 oe), en klasse for hver av årsklassene mellom 2002 og 2008, master og para.
Klasser gutter: Senior (2000 oe), en klasse for hver av årsklassene mellom 2001 og 2008, master og para.
Parasvømmere premieres i henhold til australsk modell hvor svømmerne måles etter prosentvis avstand fra verdensrekorden pr 1. januar i den respektive klassen.

- Individuell 1/3 premiering (medaljer)

- I finalene, 1, 2 og 3.plass:
1. plass: kr 300,-
2. plass: kr 200,-
3. plass: kr 100,-

- I finalene (stafett):
1. plass: kr 400,-
2. plass: kr 200,-
3. plass: kr 100,-

- Vandrepremie beste klubb tilfaller beste klubb etter skalaen 9-7-6-5-4-3-2-1 for hver øvelse og klasse. Stafettene teller dobbelt. Vandrepremien må vinnes 3 ganger før klubben får den til odel og eie.

- Bestemannspremier
Det utdeles èn bestemannspremie hver dag, klasse gutter og jenter. Årsklassene for de ulike dagene trekkes på lagledermøtet fredag. Finalene er ikke med i konkurransen.

Deltakerpremie for 2008-2010
1/3 premiering gjelder for 2008 og eldre.

Stevnet arrangeres i henhold til Norges Svømmeforbunds lover og regler.
Alle øvelser blir avholdt med 10 baner på langbane. Vanntemperatur 27 grader.
Innsvømming kl 07.30 for 2005 og eldre; kl 12.00 for 2006 og yngre og kl 16.00 til finaler.
Det er mulig for inn- og utsvømming parallelt med stevne i 25m stupebasseng.

Starttidspunkter:
Fredag 14. juni kl 14.00.
Lørdag 15. og søndag 16. juni kl.09.00 *(2005 og eldre)* og kl.13.00 *(2006 og yngre)*
Finaler lørdag og søndag kl.17.00

Lagledermøte fredag 14. juni kl.12.30.
6x50m fri mix og 4x50 medley, to klasser *(2005 og eldre, 2006 og yngre).*

Finalene er delt i tre klasser:
Jenter: Yngre junior *(2006-2008)*, eldre junior *(2002-2005)* og senior *(2001 og eldre)*
Gutter: Yngre junior *(2005-2008)*, eldre junior *(2001-2004)* og senior *(2000 og eldre)*
200m har én klasse, *(superfinale)* og stafett 2005 oe, 2006 oy.
2009-2010-modellene kan ikke kvalifisere seg til finale.

Påmeldingsfrist: **31. mai 2019**
Påmelding til: **stevnebergen@gmail.com**

Startkontingent:
Kr 100,-pr ind. start
Kr 200,-pr lagstart
Faktura sendt i etterkant av stevnet

Tilbud for mat og overnatting:
Eget skriv på **www.medley.no**

Kontakt oss:
stevnebergen@gmail.com

- Det forbeholdes rett til heatbegrensning ved for stor deltagelse.
- Etteranmelding godtas hvis plass i heat mot dobbel startkontingent.
- Det forbeholdes også rett til forskyving av starttidspunkter ved behov.
- Er du dommer og skal være med din klubb til AdO Cup? Da setter vi pris på om du kan tenke deg å stille som dommer på en økt eller flere. Ta kontakt med dommerutvalget **lederDU@hordaland-svommekrets.no**

Velkommen til AdO-Cup 2019

w w w . a d o a r e n a . n o