



**Oslo Idrettslag Svømming  
ønsker velkommen til**

**OI OPEN**

**LANGBANE**

**11.-12. mai 2019**





## Velkommen til

## OI Open 11.-12. mai 2019

OI Svømming inviterer i henhold til NSF's terminliste og etter NSF's lover og regler til åpent stevne ved Tøyenbadet i Oslo.

OI Open er et stevne som har blitt arrangert i mange år, stevnet skal være en positiv arena for utøvere, trenere, ledere og foreldre. Tøyenbadet ligger sentralt i Oslo, i kort avstand fra kollektivt og hvor det også er rikelig med parkeringsplasser i området rundt svømmehallen.

Bassenget er 50 m langt og har 8 baner. Det benyttes elektronisk tidtaking og stevnet kan følges på [www.livetiming.no](http://www.livetiming.no).

Det vil være muligheter for innsvømming i forkant av stevnet. Vanntemperaturen er ca. 25 grader.

### **Beste svømmehilsener**

Stevneutvalget  
Oslo Idrettslag Svømming  
[stevne@oi-svomming.no](mailto:stevne@oi-svomming.no)  
[www.oi-svomming.no](http://www.oi-svomming.no)



## Informasjon Oi Open

### Påmelding sendes innen onsdag 01.

mai til: [stevne@oi-svomming.no](mailto:stevne@oi-svomming.no) som en Uni-p fil innen kl. 23.59. Påmeldinger blir bekrefetet.

Etteranmelding mot dobbel kontingent i ledige baner er mulig fram til lagledermøtet.

Stevnet er åpent for funksjonshemmede og Masters, i egne klasser i henhold til NSF sitt regelverk.

### Startkontigent

kr. 100,- pr individuelle start

Kr. 200,- per lagøvelse.

Svømmere født i 2008 betaler kr. 100,- uavhengig av antall starter.

Kontingent innbetales etter faktura, som sendes ut etter endt stevne.

### Stevneinndeling

Stevnet vil bli delt opp i 4 avdelinger hvor man skiller mellom Yngre (f.2006-2009) og eldre (2005 - o.e)

### Heatoppsett

Heatene blir satt opp etter påmeldingstid, uansett klasse untaksvis Masters som blir satt i eget heat der hvor det er nok påmeldte til å fylle et heat

### Premiering

1/3 premiering til 2008 og eldre.

Deltagerpremie til 2007-2009. Stafett premiering for 1.-3.plass. Ved eventuell lik sluttid gis det samme plassering.

Det vil bli delt ut bestemannspremie til beste jente og gutt i yngre og eldre etter FINA rankering.

### Kafeteria

Er åpen under hele stevnet hvor det vil være mulig å få kjøpt baguetter, pølser, frukt, mineralvann, kaffe, kaker, etc.

### Tidsplan (foreløpig):

<b>Lørdag</b> Yngre – stevnestart:	09:00
- Innsvømming:	08:00
- Lagledermøte: (felles)	08:00
- Dommermøte:	08:30
<b>Lørdag</b> – Eldre stevnestart:	15:00
- Innsvømming:	14:00
<b>Søndag</b> Yngre stevnestart:	09:00
- Innsvømming:	08:00
<b>Søndag</b> Eldre – stevnestart:	15:00
- Innsvømming:	14:00

### Annet

Av sportslig hensyn forbeholder vi oss retten til å begrense antall heat eller stryke øvelser dersom stevnet ikke lar seg gjennomføre innenfor fornuftig tidsramme, eventelt fremskyve stevnestart. Dette vil meddeles påmeldte klubber gjennom e-post om det blir nødvendig.

### Kontaktpersoner

#### Stevneansvarlig:

Hans Jacob Stoebner

[hans.jacob@oi-svomming.no](mailto:hans.jacob@oi-svomming.no)

tel. 45 20 89 29

#### Påmeldingsansvarlig:

Hans Jacob Stoebner

[stevne@oi-svomming.no](mailto:stevne@oi-svomming.no)

tel. 45 20 89 29



## Øvelser OI Open

Lørdag morgen - yngre (2006-2009)			
Gutter		Jenter	
Nummer	Øvelse	Nummer	Øvelse
1	200 fri	2	200 fri
3	50 butterfly	4	50 butterfly
5	200 bryst	6	200 bryst
7	100 rygg	8	100 rygg
9	200 fly	10	200 fly
11	4x100 fri	12	4x100 fri
Lørdag ettermiddag - eldre (2005 - oe)			
Gutter		Jenter	
Nummer	Øvelse	Nummer	Øvelse
13	200 fri	14	200 fri
15	50 butterfly	16	50 butterfly
17	200 bryst	18	200 bryst
19	100 rygg	20	100 rygg
21	200 fly	22	200 fly
23	4x100 fri	24	4x100 fri
25	400 IM heatbergrensning 3 heat	26	400 IM heatbergrensning 3 heat

Søndag morgen - yngre (2006-2009)			
Gutter		Jenter	
Nummer	Øvelse	Nummer	Øvelse
27	100 fri	28	100 fri
29	50 bryst	30	50 bryst
31	200 IM	32	200 IM
33	200 rygg	34	200 rygg
35	50 fri	36	50 fri
37	800 fri	38	800 fri
Søndag ettermiddag - eldre (2005 - oe)			
Gutter		Jenter	
Nummer	Øvelse	Nummer	Øvelse
39	100 fri	40	100 fri
41	50 bryst	42	50 bryst
43	200 IM	44	200 IM
45	200 rygg	46	200 rygg
47	50 fri	48	50 fri
49	1500 fri heatbergrensning 2 heat	50	1500 fri heatbergrensning 2 heat

**Velkommen til OI Open 11.-12. mai 2019**