

Svømmeklubbene,
Norges Svømmeforbund,
Akershus Svømmekrets.

Triton Open 2019

Approbert stevne fredag til søndag 13. - 15. september 2019

SSK Skjetten Svømming bytter navn til Triton- Lillestrøm svømme- og triatlonklubb. SSK Skjetten Svømming får nytt navn, ny logo og nye klubbfarger. "Drakten" er ny, men hjerte er fortsatt samme sted. Vi tar med oss det beste fra SSK og fornyer oss med Triton.

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, har Triton gleden av å invitere svømmere **født 2010 og tidligere** til Triton Open 2019.

Stevnet vil foregå i Skjetten svømmehall, Skjettenveien 78 a, 2013 Skjetten.

Bassenget har 6 baner (med bredde 2,00m), er 25 m langt og har vanntemperatur på ca. 27 grader. Svømmehallen er utstyrt med Omega startpaller. Vi vil gjøre vårt beste for å skape god stemning og en fin sportslig ramme rundt stevnet.

TIDSPLAN:

	Klassene 2008 - Senior	Klassene 2007 - 2010	Klassene 2006 - Senior
	Fredag	Lørdag/søndag:	Lørdag/søndag:
Lagledermøte			
Innsvømming	16.00	09.00	13.00
Stevnestart	17.00	10.00	14.00

Vi gjør oppmerksom på god offentlig transport til og fra svømmehallen spesielt på fredag ettermiddag.

ØVELSESUTVALG:

Se stevneoppsett på siste side.

PREMIERING:

1/3 premiering til årsklassene 2008 og eldre. Deltakerpremie til klassen 2007-10. På stafettene gis det premie til 1., 2. og 3.plass.

Bestemannspremie: En gutt og en jente født 2007-2008, 2005-2006 og i 2004 og eldre med sammenlagt høyest poengsum i øvelsen 100 medley og 50 fri premieres med et gavekort fra klubben.no.

STARTKONTINGENT:

Kr. 100,- pr. individuell start, kr. 200,- pr. lag i stafettene.

Etteranmelding godtas mot dobbel startkontingent hvis stevneledelsen anser at det er plass.

For svømmere født 2009-10 betales kun kr 100,- uansett antall starter.

Startkontingent faktureres i etterkant av stevnet. Send e-postadresse for faktura sammen med påmelding.

PÅMELDING OG HEATBEGRENSNING:

Påmelding sendes fortrinnsvis i Prima-format (Stevnebørsen, Victoria) til stevne@tritonlillestrom.no innen **onsdag den 06.september 2019 kl.24.00**. Påmeldinger (også etteranmeldinger) 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. Etteranmelding meldes (til og med dagen før stevnet) til stevne@tritonlillestrom.no, prioriteres i den rekkefølgen de mottas, og tas med hvis stevneledelsen anser at det er plass. Merk at strykninger og etteranmeldinger ikke tas på lagledermøtet. Strykninger og ønske om etteranmeldinger kan leveres skriftlig på stevnekontoret senest 90 minutter før start på avdelingen. Rangerte startlister og tidsskjema legges ut på www.livetiming.no etter utløpet av påmeldingsfristen, og oppdateres ved behov.

Vi oppfordrer til at alle meldes på med tid. Hvis offisiell tid fra approbert stevne i perioden 05.09.2018 – 05.09.2019 finnes skal denne oppgis, hvis ikke benyttes stipulert tid slik G22A6 gir anledning til. På 200-, 400- og 800-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. 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](http://www.livetiming.no), og berørte klubber/svømmere vil bli kontaktet.

LAGLEDERMØTE, STRYKNINGER OG LAGOPPSETT

Lagledermøte avholdes lørdag kl. 09.00 i kafeen i kjelleren på Skjetten svømmehall. Det er ikke lagledermøte på ettermiddagen eller på søndag, men stevnekontoret er åpent for spørsmål og henvendelser under hele stevnet. Strykninger skal fortrinnsvis gjøres av klubbene selv på www.livetiming.no (eller på sidene tilpasset for mobile enheter på ltmobil.medley.no). Klubbene får tilsendt passord for tilgang til tjenesten etter utløpet av påmeldingsfristen. For å effektivisere stevneavviklingen og unngå halvfulle heat oppfordrer vi klubbene og svømmerne til å melde inn strykninger så som mulig.

SPØRSMÅL:

Marcel Rosenberg: E-post: svomming@tritonlillestrom.no , tlf.: 980 35 597

KAFETERIA:

Triton vil ha kafeteria med salg av mat og drikke under stevnet.

ØVELSESOPPSETT:

Fredag 15.september kl 17.00 - klasse 2008 – senior

Øvelse 1	800 fri – menn		Øvelse 2	800 fri – kvinner	
----------	----------------	--	----------	-------------------	--

Lørdag 16.september kl 10.00 - klasse 2007 - 2010

Øvelse 3	100 medley – menn*	Øvelse 4	100 medley – kvinner*
Øvelse 5	100 bryst - menn	Øvelse 6	100 bryst – kvinner
Øvelse 7	4x50 fri – menn	Øvelse 8	4x50 fri – kvinner
Premieutdeling for stafetter		Premieutdeling for stafetter	
Øvelse 9	200 rygg – menn	Øvelse 10	200 rygg – kvinner

* Øvelser for bestemannspremie.

Lørdag 16.september kl 14.00 – klasse 2006 – senior

Øvelse 11	100 medley – menn*	Øvelse 12	100 medley – kvinner*
Øvelse 13	100 fri – menn	Øvelse 14	100 fri – kvinner
Øvelse 15	200 fly – menn	Øvelse 16	200 fly – kvinner
Øvelse 17	100 bryst - menn	Øvelse 18	100 bryst – kvinner
Øvelse 19	200 rygg – menn	Øvelse 20	200 rygg – kvinner

* Øvelser for bestemannspremie.

Søndag 17.september kl 10.00 - klasse 2007 - 2010

Øvelse 21	50 fri – menn*	Øvelse 22	50 fri – kvinner*
Øvelse 23	4x50 medley – menn	Øvelse 24	4x50 medley – kvinner
Øvelse 25	50 fly – menn	Øvelse 26	50 fly – kvinner
Premieutdeling for stafetter		Premieutdeling for stafetter	
Øvelse 27	200 fri – menn	Øvelse 28	200 fri – kvinner
Øvelse 29	100 rygg – menn	Øvelse 30	100 rygg – kvinner

Søndag 17.september kl 14.00 – klasse 2006 – senior

Øvelse 31	50 fri – menn*	Øvelse 32	50 fri – kvinner*
Øvelse 33	400 medley – menn	Øvelse 34	400 medley – kvinner
Øvelse 35	100 fly - menn	Øvelse 36	100 fly – kvinner
Øvelse 37	200 fri – menn	Øvelse 38	200 fri – kvinner
Øvelse 39	100 rygg – menn	Øvelse 40	100 rygg – kvinner