



SANDNES SVØMME- OG LIVREDNINGSKLUBB

SANDNESSPRINTEN

18.-19. APRIL 2020

Med NSF'S godkjenning og i henhold til NSF's regler og lover har Sandnes Svømme- og Livredningsklubb gleden av å invitere til åpent stevne – SANDNESSPRINTEN 2020.

Stevnet finner sted i Giskehallen i Sandnes lørdag 18. april og søndag 19. april 2020.

Basseng: 25 meter ferskvann, 5 baner med bølgebrytende baneskiller

Tidtaking: Elektronisk tidtaking med manuell back-up og livetiming

Lagledermøte: Kun lørdag kl 09:00.

Lørdag: Innsvømming kl 09:00, stevnestart kl 10.00

Søndag: Innsvømming kl 09:00, stevnestart kl 10.00

Premiering: 1/3 dels premiering i hver klasse for årsklasse 09 o. e. Deltakerpremie for årsklasse 09-11. Stafett 1/3 dels premiering i en klasse.

De 5 damer/herrer i klassene (08-09), (05-07) og (04 og eldre) som har høyest poengsum sammenlagt på alle 100 metere på lørdag og alle 50 metere på søndag kvalifiserer til finaler.

På lørdag avvikles finalene som 25 meter medley utslagningsfinaler (øvelse 9 og 10) (25 fly, 25 rygg, 25 bryst og 25 fri) (øvelse 9 og 10).

På søndag avvikles finalene som 100 medley (øvelse 23 og 24).

Premiering til finalevinnerne.

Klasser: HC klassen svømmer sammen med funksjonsfriske, men premieres i egne klasser. Vi oppfordrer klubbene til ikke å melde på 2010/2011 svømmere som ikke er godt forberedt for øvelsene. Sandnessprinten er åpen for Mastersvømmere i alle øvelser.

Heatbegrensning: Arrangøren forbeholder seg retten til å innføre heatbegrensninger på alle øvelser om nødvendig for å begrense varigheten på stevnet.

Startkontingent: Kr 100,- pr individuelle øvelse og kr 200,- pr lag.

Kr 100,- pr deltaker for årsklasse 10 og 11.

Svømmere som melder seg på og svømmer 8 øvelser betaler kun for 6, 9 øvelser for 7 og 10 øvelser for 8.



SANDNES SVØMME- OG LIVREDNINGSKLUBB

Startkontingent innbetales samlet for hver klubb til konto 3260.06.22284 innen 14. april og merkes "Sandnessprinten 2020 + klubb."

NB! Gebyrer og avgifter kan bli innkrevd i henhold til NSF sine lover.

GE 24 Gebyrer og avgifter Straffeavgift, som tilfaller NSF, ilegges en klubb ved:

A. påmelding av deltagere som ikke har løst startlisens, jf. GE 1B, L 24

B. for sen tilbaketrekking/uteblivelse, jf. GE 22 D og GE 36,

C. uriktig påmelding, jf. GE 22 A, pkt. 4.

D. for sent innlevert lagoppsett i NM, jf. GE34C

E. brudd på 30 dagersfristen i forbindelse med overgang, jf. GE 15 A.

Minner da spesielt om GE 22 som sier: "påmeldingen til en utøver som ikke kan starte skal trekkes tilbake senest 1 time før stevnets start konkurransedagen."

Starter som blir strøket innen frist vil uansett bli fakturert som vanlig, men unngår da evt at gebyr blir innkrevd til NSF. Vi ber klubbene om at trenere/lagledere blir informert om dette.

Overnatting: Overnatting kan ordnes på skole i gangavstand til svømmehallen. Ta kontakt innen 01.04.2020 for innmelding av ønske om overnatting. Ta kontakt med Cathrine Skretting (cathrine@sandnes-slk.com).
Kostnad: 100.- pr. person for begge dager.

Påmelding: Elektronisk påmelding sendes til Eystein Hillesund: pamelding@rogsk.no i "PRIMA" uni_p format **innen tirsdag 14. april, kl 24:00.**
Merk epost med: Påmelding til Sandnessprinten 2020 <din klubb>

Etterpåmelding i ledige baner mot dobbel startkontingent. Ta kontakt med tidtakersjef før stevnestart eller under pausene.

Kafeteria: Det er kafeteria med godt utvalg i mat og drikke

Spørsmål i forbindelse med stevnet kan sendes som e-mail til eystein@sandnes-slk.com eller ring tlf. 916 55 195.

Velkommen!

Sandnes svømme- og livredningsklubb
c/o Giskehallen, Jønningsheiveien 47,4316 Sandnes



SANDNES SVØMME- OG LIVREDNINGSKLUBB

Øvelser

Lørdag, 18. april:

1. 100 meter butterfly, damer
2. 100 meter butterfly, herrer
3. 100 meter bryst, damer
4. 100 meter bryst, herrer

PAUSE

5. 100 meter rygg, damer
6. 100 meter rygg, herrer
7. 100 meter fri, damer
8. 100 meter fri, herrer

PAUSE

9. 25 meter medley utslagningsfinale, damer
10. 25 meter medley utslagningsfinale, herrer
- [Premiering av damer og herrer øvelse 9 og 10](#)
11. 1500 meter, damer
12. 1500 meter, herrer

Søndag, 19. april:

13. 50 meter bryst, herrer
14. 50 meter bryst, damer
15. 50 meter butterfly, herrer
16. 50 meter butterfly, damer
17. 4x50 meter fri, herrer
18. 4x50 meter fri, damer

PAUSE

19. 50 meter rygg, herrer
20. 50 meter rygg, damer
21. 50 meter fri, herrer
22. 50 meter fri, damer

PAUSE

23. 100 meter medley finale, herrer
24. 100 meter medley finale, damer
- [Premiering av herrer og damer øvelse 23 og 24](#)
25. 400 meter medley, herrer
26. 400 meter medley, damer

Premier i hver øvelse vil bli utdelt så fort resultatene er tilgjengelige på eget premiebord i hallen.

Sportslig hilsen

Sandnes Svømme- og Livredningsklubb