

Modum Svømmeklubb



MODUM SVØMMEKLUBB

INNBYR TIL

MODUMSVØM 2020

Lørdag 28. Mars



Modum Svømmeklubb har gleden av å innby til åpent stevne. Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Stevnet arrangeres i Furumo Svømmehall på Geithus. Geithus ligger sentralt i Modum Kommune, Midt mellom Drammen og Hønefoss, langs RV35. Bassenget er 25m langt, har 6 baner og holder en temperatur på 27 grader C. I tillegg har vi et basseng på 12,5m som vi benytter til utsvømming.

Vi benytter helelektronisk tidtaking med veggmontert resultattavle og vendeplater.

Startlister og resultatlister legges ut på <http://livetiming.medley.no/>

STEVNESTART: KL. 10.30

INNSVØMMING: KL. 09.00

LAGLEDERMØTE: KL. 09.30

(2. etasje i Furumo Svømmehall)

30 MIN PAUSE ETTER ØVELSE 10.

Klasser:

Bassenget er 25 m og har 6 baner, stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Stevnet er åpent for alle klasser, gutter og jenter født i 2011 og eldre.

Premiering:

Deltagerpremie til årsklassen 2008-2011.

Ellers 1/3 premiering i hver øvelse/årsklasse fra 2009 o.e.

(Premiekort fra Swimshop).

Påmelding:

Klubben bruker dataprogrammet Jechsoft Victoria

Påmelding ønskes i format uni.p Victoria.

Påmelding pr e-post sendes til tor_rudstaden@hotmail.com

Kontaktperson: Tor Øyvind Rudstaden tlf. 97170772

Påmeldingsfristen er: 18.03.2020

Det er mulighet for etteranmelding i ledige baner mot dobbel startkontingent.

Merk! vi setter ikke opp ekstra heat på lagledermøtet.

Det må fremgå av påmeldingen om man skal delta som masters.

Innmelding av stafetlag gjøres via livetiming.no.

"Arrangøren oppfordrer alle som ikke har oppnådd tid siste 12 mnd. Til å melde på med stipulert tid slik § G22A6 i generelle regler for idretten gir anledning til"

Startkontingent:

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

2010 og 2011 årsklasse betaler kun 100,- uavhengig av antall starter.

Faktura blir sendt elektronisk til klubbene etter stevnet.

Vi ber om at e-postadresse direkte til betalingsansvarlig i klubben blir oppgitt sammen med påmeldingen.

Modum Svømmeklubb

E-post: modumsk@live.no

Postboks 11, 3361 Geithus

Bankkonto: 2270 07 65605

Merk. Modumsvøm 2020 + "klubb"

KAFETERIA, med godt utvalg av mat og drikke!

ØVELSEOPPSETT:

Øvelse 1. 400m fri, damer

Øvelse 2. 400m fri, herrer

Øvelse 3. 50m butterfly, damer

Øvelse 4. 50m butterfly, herrer

Øvelse 5. 200m rygg, damer

Øvelse 6. 200m rygg, herrer

Øvelse 7. 50m bryst, damer

Øvelse 8. 50m bryst, herrer

Øvelse 9. 4*50m fri, damer

Øvelse 10. 4*50m fri, herrer

Pause 30 min

Øvelse 11. 100m fri, damer

Øvelse 12. 100m fri, herrer

Øvelse 13. 200m individuell medley, damer

Øvelse 14. 200m individuell medley, herrer

Øvelse 15. 50m rygg, damer

Øvelse 16. 50m rygg, herrer

Øvelse 17. 50m fri, damer

Øvelse 18. 50m fri, herrer

**Vi ønsker svømmere, dommere, ledere og publikum
hjertelig velkommen!**