

Oslo Cup 3

14.-15. august 2021



Etter NSFs lover og regler har Oslo IL svømming og Lambertseter SK gleden av å invitere til Oslo Cup 3 14.-15. august. Stevnet gjennomføres med elektronisk tidtaking og livetiming.

Sted:

Lambertseter bad, Langbølgen 24, 1155 Oslo

Stevnestart:

Lørdag 14. august kl 10.00 og søndag 15.august kl 10.00

COVID 19

Under de rådende omstendighetene er vi nødt til å ta følgende forholdsregler:

- Vi tar forbehold om endringer i forhold til covid 19.
- Arrangør forbeholder seg retten til å justere påmelding etter de gjeldende smittevernregler på gjennomføringstidspunktet. Arrangør kan også foreta strykninger dersom dette er nødvendig for å kunne gjennomføre stevnet på en forsvarlig måte.
- For å kunne sikre en god gjennomføring med tanke på smittevern og lengde på stevne vil vi ved stor deltakelse prioritere svømmeklubber basert på avstand i fra Oslo, dette vil jo igjen også begrense evt spredning dersom vi mot formodning skulle få et smittetilfelle.
- For utøvere som er 20 år og eldre, dommere og funksjonærer må 1m-regelen til enhver tid overholdes. For utøvere under 20 år skal 1m-regelen overholdes så langt det lar seg gjøre.
- Klubbene bes begrense antall trenere som deltar. Maks en pr avdeling.
- Arrangementet vil foregå uten publikum
- Stevnet vil bli inndelt i avdelinger etter gjeldende maks antall deltakere på gitte tidspunkt.
- Det blir ingen kafeteria under stevnet
- Innsvømming utgår

Basseng:

Bassenget er 25m og stevnet arrangeres på 4 baner med bølgedempende baneskillere.

Vanntemperatur: 28 °C.

Klasseinndeling:

Stevnet er åpent for utøvere i alderen 9-16 år.

PARA: en klasse for damer og en for herrer, australsk modell. Rangerer etter prosentvise avvik fra verdensrekorden på langbane i den respektives klasse pr 1. januar 2021.

Påmelding:

Påmelding skjer elektronisk via medley, og sendes til kristian@oi-svomming.no senest Fredag 06.08.21 kl. 24.00.

Etteranmeldelse:

Etteranmeldelse tillatt hvis ledig bane.

Startkontingent:

100 kr pr individuelle øvelse.

Deltakere født 2011-2012 betaler 100 kr uavhengig av antall øvelser.

Klubbene faktureres i etterkant.

Premiering:

1/3-premiering for klassene 2010-SR
Deltakerpremie til 2009-2012.

Livetiming.no:

Startlister, heatlister, resultatlister, livetiming osv. finner du på: www.livetiming.no.

Lambada Swimwear:

Det vil bli solgt svømmeutstyr under hele stevnet i butikken Lambada Swimwear.

Parkering:

Det er mulig å parkere i skolegården til Lambertseter skole hele helgen. Parkering er gratis. Ellers er det mulig å parkere i gatene i nærheten og på Lambertseter Senter.

Kontaktpersoner:

Stevneleder: Kristian Nygaard / 950 68 787

Øvelsesutvalg og rekkefølge

Lørdag

Øvelse nr.	Øvelse	Kjønn	Født
1	400 fri	Damer	2008-2010
2	200 rygg	Herrer	2008-2009
3	100 rygg	Herrer	2010-2012
4	200 medley	Damer	2008-2012
5	200 bryst	Herrer	2008-2009
6	100 bryst	Herrer	2010-2012
7	100 butterfly	Damer	2008-2009
8	50 butterfly	Damer	2010-2012

Øvelse nr.	Øvelse	Kjønn	Født
9	400 fri	Damer	2007-2005
10	200 rygg	Herrer	2007-2005
11	200 medley	Damer	2007-2005
12	200 bryst	Herrer	2007-2005
13	100 butterfly	Damer	2007-2005

Søndag

Øvelse nr.	Øvelse	Kjønn	Født
14	400 fri	Herrer	2008-2010
15	200 rygg	Damer	2008-2009
16	100 rygg	Damer	2010-2012
17	200 medley	Herrer	2008-2012
18	200 bryst	Damer	2008-2009
19	100 bryst	Damer	2010-2012
20	100 butterfly	Herrer	2008-2009
21	50 butterfly	Herrer	2010-2012

Øvelse nr.	Øvelse	Kjønn	Født
22	400 fri	Herrer	2007-2005
23	200 rygg	Damer	2007-2005
24	200 medley	Herrer	2007-2005
25	200 bryst	Damer	2007-2005
26	100 butterfly	Herrer	2007-2005

Pauser

Vi legger opp til en lengre pause på midten av hver stevnedag, og kortere pauser underveis.

Velkommen til Lambertseter bad! 😊