



Sandnes Open Austrått svømmehall 10-12 desember 2021



Med NSF's godkjenning og i henhold til NSF's regler og lover har Sandnes Svømme- og Livredningsklubb gleden av å invitere svømmere født i 2012 og eldre , inkludert funksjonshemmede og mastere til åpent stevne i Austrått svømmehall 10-12 desember 2021.

| | |
|--------------------|--|
| Sted | Austrått svømmehall, Sandnes. |
| Dato og tid | Fredag kl. 17.00 , Lørdag og Søndag kl. 09.00. Med forbehold om endringer. |
| Innsvømming | Innsvømming fredag kl. 16.00, lørdag og søndag kl 07.30. |
| Strykninger | Strykninger leveres på ltmobil.medley.no fortløpende og så snart som mulig. Dette kan utføres på en smarttelefon, iPad eller PC. Lagledere får utdelt Livetiming-koder for strykninger. Bruk disse til strykninger frem mot første stevnedag slik at vi kan ha fulle heat og effektiv stevneavvikling. Mangler deres lagleder kode for strykninger, ta kontakt med tidtakersjef på pamelding@rogsk.no . Ikke vent til konkurransedagen med strykninger om en vet at svømmeren ikke kommer til å stille. |
| Pauser | Pausetidspunkt blir satt opp og publisert dagen etter påmeldingsfristens utløp. Ved stor deltakelse kan de bli aktuelt å legge inn ekstra pause. |
| Bassenget | 25 meter kloret ferskvann, 8 baner med bølgebrytende baneskiller, ca. 27 grader og påbudt med badehette. |
| Tidtaking | Elektronisk tidtaking og vi kjører livetiming. |
| Premiering | Deltakerpremie til alle i 2009, 2010, 2011 & 2012 klassene +1/3 premiering til årsklasse 2010 og eldre. Funksjonshemmede svømmer sammen med funksjonsfriske, men premieres i egne klasser. |
| Påmelding | Fristen er søndag 5 desember kl.20.00. Klubber sender samlet påmelding elektronisk i NSF standard påmeldingsformat til: pamelding@rogsk.no med "Påmelding Sandnes Open 10-12 des ,2021" i emnefeltet. Spørsmål vedrørende påmelding rettes samme email. Eventuelle endringer vil bli lagt ut på http://livetiming.medley.no . |
| Klasser | Alle årsklasser f.o.m. 2012, egne klasser for funksjonshemmede og mastere. |

- Etterpåmelding:** Etterpåmelding ved ledig plass i heat. Ta direkte kontakt med tidtakersjef i god tid før stevnestart eller i pausen.
- Startkontingent** Startkontingent: Kr. 100,- pr. individuell øvelse. For svømmere født 2011 og 2012 betales kun kr 100,- uansett antall starter. Lagstarter kr 200,- pr lag.
- Betaling:** Betalingsfrist søndag 5 desember, merk betaling med Sandnes Open og navnet på deres klubb. Betales til konto: 3260 06 22284.
- Heatbegrensning:** Arrangør forbeholder seg retten til å innføre heatbegrensinger på alle øvelser. Begrensning: om nødvendig for å begrense varighet på stevnet. Ved stor deltakelse vil klasser kunne bli strøket i enkelte øvelser. Evt. kan hele øvelser strykes.
- Påmeldingstid skal være bestetid satt i perioden 06.12.20 til 05.12.21. Har man ikke svømt øvelsen i denne perioden tillates stipulert tid, men disse vil ved heatbegrensning rangeres sist. Ved lik tid benyttes loddtrekning.
- Eventuelle endringer vil bli lagt ut på <http://livetiming.medley.no> samt kommunisert til påmeldingsansvarlige i klubbene dagen etter påmeldingsfristens utløp.
- Lageledermøte:** Lagledermøte kun fredag kl. 16.10.
- Tidsskjema** All informasjon om stevnet blir lagt ut på <http://livetiming.medley.no>.
- Er du dommer?** Er du dommer og skal være med din klubb til Sandnes 10-12 desember 2021? Da setter vi stor pris på om du kan tenke deg å stille som dommer på en eller flere økter. Ta kontakt med Line på mail line.dickhausen@lyse.net.
- Servering** Kiosk med utsalg av kald og varm retter.
- Parkering** Det finnes gratis parkering ved Austrått svømmehall og ved Austråttshallen overfor svømmehallen.



Her ligger Austrått svømmehall:

Spørsmål Eventuelle spørsmål rettes til stevneansvarlig Randi Østbø på e-post randi@sandnes-slk.com.

Viktig info re. 2011 og 2012 årsklassene:

På Svømmetinget april 2016 ble det åpnet opp for at 9 års klassen kan starte på approberte stevner. Vi ber om at trenere og lagledere IKKE melder på utøvere i 2011/2012 klassen som ikke har full kontroll på svømmeregler eller mangler andre svømmetekniske ferdigheter. Svømmernes første stevne skal være en positiv opplevelse og det blir det ikke om utøver har problemer med å svømme distansen pga. manglende ferdigheter eller blir disket av andre årsaker.

Øvelser

Arrangør forbeholder seg retten til endringer i øvelsesoppsettet. Stafett er delt inn i to grupper alder 2012-2008 og 2007 og eldre.

Fredag :

1. 1500m fri , damer
2. 1500m fri, herrer
3. 800m fri, damer
4. 800m fri , herrer
5. 400m individuell medley, damer
6. 400m individuell medley, herrer
7. 200m butterfly, damer
8. 200m butterfly, herrer

Lørdag

9. 200m bryst, damer
10. 200m bryst, herrer
11. 100m rygg, damer
12. 100m rygg, herrer
13. 50m bryst, damer
14. 50m bryst, herrer
15. 100m fly, damer
16. 100m fly, herrer
17. 50m fri, damer
18. 50m fri, herrer
19. 200m fri ,damer
20. 200m fri, herrer
21. 200m individuell medley, damer
22. 200m individuell medley, herrer
23. Stafett 4x50m fri , damer alder 2012-2008
24. Stafett 4x50m fri, damer 2007 og eldre
25. Stafett 4x50m fri, herrer alder 2012-2008
26. Stafett 4x50m fri , herrer alder 2007 og eldre

Søndag :

27. 400m fri, damer
28. 400m fri, herrer
29. 50 m rygg, damer
30. 50m rygg, herrer
31. 100m individuell medley, damer
32. 100m individuell medley, herrer
33. Stafett 4x50m medley , damer alder 2012-2008
34. Stafett 4x50m medley, damer 2007 og eldre
35. Stafett 4x50m medley, herrer alder 2012-2008
36. Stafett 4x50m medley , herrer alder 2007 og eldre

- 37. 100m bryst, damer
- 38. 100m bryst, herrer
- 39. 100m fri, damer
- 40. 100m fri, herrer
- 41. 200m rygg, damer
- 42. 200m rygg , herrer
- 43. 50m fly, damer
- 44. 50m fly, herrer