



Velkommen til HAUGALAND KRAFT OPEN 2021 – Corona Edition

9. og 10. januar i Karmøyhallen



Skudenes & Aakra
Sparebank



Scandic
MARITIM



INNBYDELSE TIL HAUGALAND KRAFT OPEN – CORONA EDITION I KARMØYHALLEN 9. og 10. JANUAR 2021

Med NSF's godkjenning og etter NSF's lover og regler har Karmøy Svømmeklubb gleden av å invitere til svømmestevne i Karmøyhallen lørdag 9. januar og søndag 10. januar 2021. Haugaland Kraft Open – Corona Edition er kun åpent for utøvere fra Karmøy Svømmeklubb og Haugesund Svømmeklubb, samt utøvere fra Haugesund Triatlon Klubb. I tillegg inviteres toppsvømmere (landslagssvømmere og svømmere som har oppnådd minst 650 FINA poeng på minst en øvelse) fra andre klubber i Rogaland Svømmekrets dersom det er sportslige grunner til dette, dersom det er ledig kapasitet og dersom de kommunale retningslinjene tillater det.

Det er ingen deltakeravgift for utøverne på stevnet.

Personer som ikke får delta på eller være til stede under stevnet:

- Personer som er smittet av korona, sitter i karantene eller som har symptomer på luftveisinfeksjon, som feber, sår hals, rennende nese, hoste eller nedsatt allmenntilstand.
- Personer som ikke følger de instruksjoner arrangør gir under stevnet.
- Vi forbeholder oss retten til å bortvise utøvere eller andre ved brudd på smittevernreglene

Sted: Karmøyhallen**Dato og tid: Lørdag 9. januar 2021 klokken 09:00****Søndag 10. januar 2021 klokken 09:00**

Arrangør tar forbehold om endring av starttidspunkt/stevneoppsett ved stor deltagelse evt andre forhold som vanskeliggjør gjennomføring av smitteverntiltak. Arrangør tar også forbehold om å stryke klasser om nødvendig for gjennomføring. Maks antall deltaker pr avdeling er 50 stk inkl trenere med mindre andre lokale forskrifter er gjeldende på stevnetidspunktet. Avdelingene lørdag og søndag vil bli delt inn i aldersgrupper, men arrangør tar forbehold om rett til å flytte utøvere mellom avdelingene hvis dette viser seg å være nødvendig for å tilpasse antall mennesker i hallen eller hvis det er sportslige argumenter for å gjøre dette.

Bassenget:

25m basseng, kloret ferskvann, 6 baner (kun 3 vil bli brukt), temperatur ca 27 grader.

Tidtaking:

Elektronisk tidtaking og vi kjører livetiming.

Påmelding:

Frist: onsdag 6. januar 2021 klokken 20:00

Sendes elektronisk i NSF standard påmeldingsformat til Arild Samuelsen på mail:

pameldinger@gmail.com

Stevneoppsett kan lastes ned fra www.medley.no

Kontaktperson påmelding: Arild Samuelsen tlf. 920 38 654.

Strykninger:

Leveres så raskt som mulig på ltmobil.medley.no.

Etterpåmelding: godtas ved ledig plass i heat. Ta direkte kontakt med tidtakersjef i god tid før stevnestart eller i pausen.

Startkontingent: Gratis!

Klasser: Alle årsklasser f.o.m 2012 t.o.m senior. På svømmetinget april 2016 ble det åpnet opp for at 9 års klassen kan starte på approberte stevner. Vi ber trenere og lagledere IKKE

melde på utøvere i 2012-klassen som ikke behersker øvelsene. For 400 og 1500 fri vil det være aldersbegrensning 2011 og eldre.

Premiering:

1/3-premiering i forhold til antall påmeldte i hver øvelse.

Deltagerpremie til alle svømmere født 2012, 2011 og 2010.

Årets Haugaland Kraft-vinner: går til den gutt og jente som oppnår høyest sammenlagt FINA poeng på 2 valgfrie øvelser. Premie 1500 kr.

Starttidspunkter:

Årsklasse 2012 - 2007

Dag	Innsvømming	Stevnestart
Lørdag	09:00	10:00
Søndag	09:00	10:00

Årsklasse 2006 - senior

Dag	Innsvømming	Stevnestart
Lørdag	13:00	14:00
Søndag	13:00	14:00

Tidspunktene er veiledende. Klubbene får eksakte tidspunkt etter antall påmeldte.

Lagledermøte:

Det blir lagledermøte på lørdagen kl. 09:15.

Øvelsesoppsett:

Øvelse gutter 2007 og yngre	Lørdag	Øvelse jenter 2007 og yngre
1	200 fri	2
3	200 rygg	4
5	100 im	6
7	50 fly	8
	PAUSE	
9	100 fly	10
11	100 bryst	12
13	1500 fri	14
15	50 fri	16
	Søndag	
17	100 rygg	18
19	200 bryst	20
21	200 fly	22
23	50 rygg	24
25	400 fri	26
	PAUSE	
27	50 bryst	28
29	200 im	30
31	400 im	32
33	100 fri	34

Øvelse gutter 2006 og eldre	Lørdag	Øvelse jenter 2006 og eldre
101	200 fri	102
103	200 rygg	104
105	100 im	106
107	50 fly	108
	PAUSE	
109	100 fly	110
111	100 bryst	112
113	1500 fri	114
115	50 fri	116
	Søndag	
117	100 rygg	118
119	200 bryst	120
121	200 fly	122
123	50 rygg	124
125	400 fri	126
	PAUSE	
127	50 bryst	128
129	200 im	130
131	400 im	132
133	100 fri	134

Koronatilpasninger:

På grunn av koronasituasjonen blir stevnet arrangert uten publikum. Kun svømmere, trenere, lagledere og funksjonærer får adgang til anlegget. Klubbene får tildelt antall trenere etter påmeldingsfrist er utgått.

Stevne blir kjørt på 3 baner. Etter hver økt vil bassengområde og garderobene bli vasket ned og innsømming for gruppe 2 blir utført før de skal svømme. Endelig stevneoppsett vil bli sendt ut når endelig påmelding foreligger.

I forkant må kontaktinformasjon til trener og navn på deltakere sendes på mail til dagliglederksk@gmail.com.

Stevnet vil gjennomføres etter gjeldende smittevernregler.

Hver klubb får sitt oppmerkede område ved bassengområdet. Svømmesekker/bager oppbevares også der. I hallen vil det være oppmerket område for de to neste heatene, der svømmerne venter på sin tur.

I garderobene vil det være en person som sørger for flyt gjennom dette området. Svømmerne må være raske i dusjen/garderoben. Vi oppfordrer til en rask spyling etter svømt løp og ta hårvask hjemme.

Ved ankomst hallen skal alle sjekkes inn ved hovedinngangen, kun de som er meldt inn på forhånd får tilgang til hallen.

Håndsprit vil være plassert forskjellige plasser inne på bygget.

Servering:

Pga koronasituasjonen vil det ikke være åpen cafe og vi oppfordrer derfor alle svømmere til å ta med egen mat og drikke.

Kontakt:

Har dere spørsmål vedrørende stevnet, ta kontakt med Daniel Sandhåland tlf: 47390826, dagliglederksk@gmail.com

Etter stevnets avslutning blir resultatlister og resultatfiler lagt ut på www.livetiming.no
Svømmere, ledere, trenere og dommere ønskes velkommen til Karmøyhallen!

Og fortsatt er det viktig at vi:

Vasker hender
Holder avstand
Er hjemme hvis vi er syke

Med vennlig hilsen
Styret i Karmøy Svømmeklubb