

AQ klubbkamp 4 - 2021

Det inviteres til approbert stevne AQ klubbkamp for lisensierte svømmere fra 2011 til og med fylte 19 år som er medlem i svømmeklubbene tilknyttet Aquarama i Kristiansand og har sin treningsarena i AQ. Det forutsettes at svømmerne har inngangsbånd til badet. Klubbene har selv ansvar for inngang for sine svømmere.

AQ klubbkamp arrangeres etter NSFs lover og regler. Stevnet avholdes i 6 baner på 25 meters bane, flere baner kan nyttes ved behov. Stevnet arrangeres på klubbens treningstid.

Tidspunkt: Lørdag 8. mai, stevnestart kl. 07.30 – avsluttes innen 10.00

Oppvarming: Det blir innsvømming fra kl. 07.00, svømmerne varmer opp klubbvis i egne baner.

Påmelding: Innen 3. mai kl. 24.00. Det vil bli gitt anledning til etteranmelding i ledige baner.

Påmelding: Sendes klubbvis til marcus@ksa.no

Svømmere kan meldes på inntil 2 øvelser hver pr stevne. En 3. øvelse for svømmer kan etteranmeldes dersom det er ledige baner. Arrangør forbeholder seg retten til å stryke øvelser eller begrense antall heat av hensyn til tidsrammen.

Heatoppsett med veiledende tidsskjema vil bli sendt klubbene i forkant av stevnet. Det legges opp til at alle heat for jenter kjøres først. Jentene forlater konkurransedelen etter siste øvelse– deretter kjøres egen bolk med alle gutteheatene. Informasjon om dette sendes deltakende klubber i forkant.

Damer		Herrer	
1	50 fri	2	50 fri
3	50 bryst	4	50 bryst
5	400 fri	6	400 fri
7	200 butterfly	8	200 butterfly
9	100 fri	10	100 fri
11	200 IM	13	200 IM
13	50 rygg	14	50 rygg
15	50 butterfly	16	50 butterfly

Det er ingen premiering i øvelsene og ingen startkontingent. Deltakende klubber må stille med dommere og funksjonærer til stevnet. Alt gjennomføres som en dugnad mellom klubbene i AQ. Event. kostnader deles med 1/3 pr klubb.

Smittevern: Stevnet arrangeres innenfor samme svømmekrets og treningsmiljø. Gjeldende regler for gjennomføring av idrettsarrangement vil bli overholdt. Det forutsettes at klubbene har egen smittevernansvarlig som sørger for lister på deltakere i den enkelte klubb, samt legger til rette for godt smittevern.

Det er ikke tillatt med publikum på arrangementet, og klubbene bes begrense antall trenere som er tilstede. Det skal praktiseres god håndhygiene og avstand, særlig ift garderober og dusj. Dersom svømmer har luftveissymptomer eller er i karantene så skal denne ikke delta på stevnet.

Stevnekontakt pr klubb:

VSLK: Caroline Thorstensen: caroline@vslk.no, 47634234

Varodd: Karina Lande, karinalande@outlook.com, 416 65 855

KSA: Elin Heesen, elinl@ksa.no, 95253352

