

# Asker Svømmeklubb

*Trivsel, Trygghet og Fart i vann*



# Asker Høststevne 2021

**10. - 12. september**

**Holmen svømmehall**

Med NSF's godkjenning, og i henhold til NSF's lover og regler, har Asker Svømmeklubb gleden av å invitere svømmere **født 2012 og tidligere** til Asker Høststevne 2021. Stevnet foregår i Holmen svømmehall, Devikveien 6, 1394 Nesbru. Bassenget har 8 baner med bredde 2,5m, er 25 m langt, har kloret ferskvann og vanntemp. 27°C. Det er elektronisk tidtaking.

Stevnet kan følges på følgende link:

<http://livetiming.medley.no/stevnedetaljer.aspx?stevnenr=3614>



## Tidsskjema

	Fredag	Lørdag	Søndag
Lagledermøte		09:00	
Dommermøte	17:00	09:30	09:30
Innsvømming formiddag		09:00	09:00
Stevnestart formiddag		10:00	10:00
Innsvømming ettermiddag	16:30	13:00	13:00
Stevnestart ettermiddag	17:30	14:00	14:00

Vi tar forbehold om endring av starttidspunkt lørdag og søndag.  
Dette vil bli medelt på livetiming etter påmeldingsfristens utløp.

### Klasseinndeling:

Stevnet er åpent for utøvere født 2012 og eldre. Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Masterklasse fremgår ikke i den elektroniske påmeldingsfila, for svømmere som skal starte i masterklasse må dette derfor angis i e-posten med påmeldingen.

## **Påmelding og premiering:**

Samlet påmelding fra klubbene sendes fortrinnsvis i **UNI\_P format (fra medley.no eller Victoria)** til [stevne@askersvom.no](mailto:stevne@askersvom.no) innen **Mandag 6. september 2021 kl 23:59**. Alle påmeldinger kvitteres med e-post. Ønske om etterpåmeldinger sendes samme e-postadresse som påmelding. Etterpåmeldinger tas inn hvis plass.

Startkontingent faktureres klubbene etterskuddsvis. Spesifisert faktura blir sendt elektronisk til klubbene etter stevnet til den som har sendt påmeldingen, videresend om nødvendig til klubbens betalingsansvarlig.

Vi oppfordrer til at alle meldes på med tid. Arrangøren oppfordrer alle som ikke har oppnådd tid siste 12 mnd. til å melde på med stipulert tid slik GE 19.1.5 i generelle regler for idretten gir anledning til. På 200, 400, 800 og 1500m er påmeldingstid obligatorisk, svømmere uten påmeldt tid på disse distansene kan bli strøket fra øvelsene.

Startkontingent kr. 100,- pr. individuell start og kr. 200,- pr. stafettlag. For 2012 og 2011 klassene betales kr. 100,- uavhengig av antall øvelser. Etterpåmeldinger godtas mot dobbel startkontingent.

For øvelser 200m eller lengere vil det om nødvendig bli innført heatbegrensninger for å avvikle stevnet innenfor oppsatte tidsrammer. Svømmere i årsklasse 2008 og eldre vil i så fall bli strøket etter påmeldt tid i hver årsklasse i forhold til antall påmeldte i klassen.

1/3 premiering til alle årsklasser, masterklasse og funksjonshemmede med unntak av klasse 2012 og 2011. For disse klassene gis en deltakerpremie for hele stevnet. For klasse 2010 og 2009 gis det en deltakerpremie for hele stevnet i tillegg til 1/3 premiering.

## **Lagledermøte:**

Lagledermøte holdes lørdag klokka 09:00 i konferanserommet i kjelleren på svømmehallen. Trenere som har spørsmål bes henvende seg til stevnekontoret som er åpent for spørsmål og henvendelser under hele stevnet. Strykninger og stafettlag registreres av klubbene selv på [ltmobil.medley.no](http://ltmobil.medley.no). Klubbene får tilsendt passord etter utløpt påmeldingsfrist.

## **Kontaktpersoner:**

Påmelding: Bjarne Stavnes, e-post: [stevne@askersvom.no](mailto:stevne@askersvom.no) mobil: 481 91 935

Stevneleder: Morten Tronstad, e-post: [morten@ttm.no](mailto:morten@ttm.no) mobil: 957 07 465

## **Kafeteria:**

Asker svømmeklubb vil ha kafeteria med salg av mat og drikke under hele stevnet.



## Øvelsesoppsett:

### Fredag 10. september – avdeling 1. langdistanse alle aldersgrupper

Starter kl.17.30.

Øvelse 1	1500m fri jenter	Øvelse 2	1500m fri gutter
Øvelse 3	200m fly jenter	Øvelse 4	200m fly gutter
Øvelse 5	800m fri jenter	Øvelse 6	800m fri gutter
Øvelse 7	400 medley jenter	Øvelse 8	400 medley gutter

### Lørdag 11. september – avdeling 2. sprint aldersgruppe 2007 - 2012

Starter kl. 10.00

Øvelse 9	100 bryst jenter	Øvelse 10	100 bryst gutter
Øvelse 11	50 rygg jenter	Øvelse 12	50 rygg gutter
Øvelse 13	100 medley jenter	Øvelse 14	100 medley gutter
Øvelse 15	50 fri jenter	Øvelse 16	50 fri gutter
Øvelse 17	50 fly jenter	Øvelse 18	50 fly gutter
Øvelse 19	100 fri jenter	Øvelse 20	100 fri gutter
Øvelse 21	50 bryst jenter	Øvelse 22	50 bryst gutter
Øvelse 23	100 rygg jenter	Øvelse 24	100 rygg gutter

### Lørdag 11. september – avdeling 3. sprint aldersgruppe 2006 og eldre

Starter kl. 14.00

Øvelse 25	100 bryst jenter	Øvelse 26	100 bryst gutter
Øvelse 27	50 rygg jenter	Øvelse 28	50 rygg gutter
Øvelse 29	100 medley jenter	Øvelse 30	100 medley gutter
Øvelse 31	50 fri jenter	Øvelse 32	50 fri gutter
Øvelse 33	50 fly jenter	Øvelse 34	50 fly gutter
Øvelse 35	100 fri jenter	Øvelse 36	100 fri gutter
Øvelse 37	50 bryst jenter	Øvelse 38	50 bryst gutter
Øvelse 39	100 rygg jenter	Øvelse 40	100 rygg gutter

### Søndag 12. september – avdeling 4. mellomdistanse aldersgruppe 2007 - 2012

Starter kl. 10.00

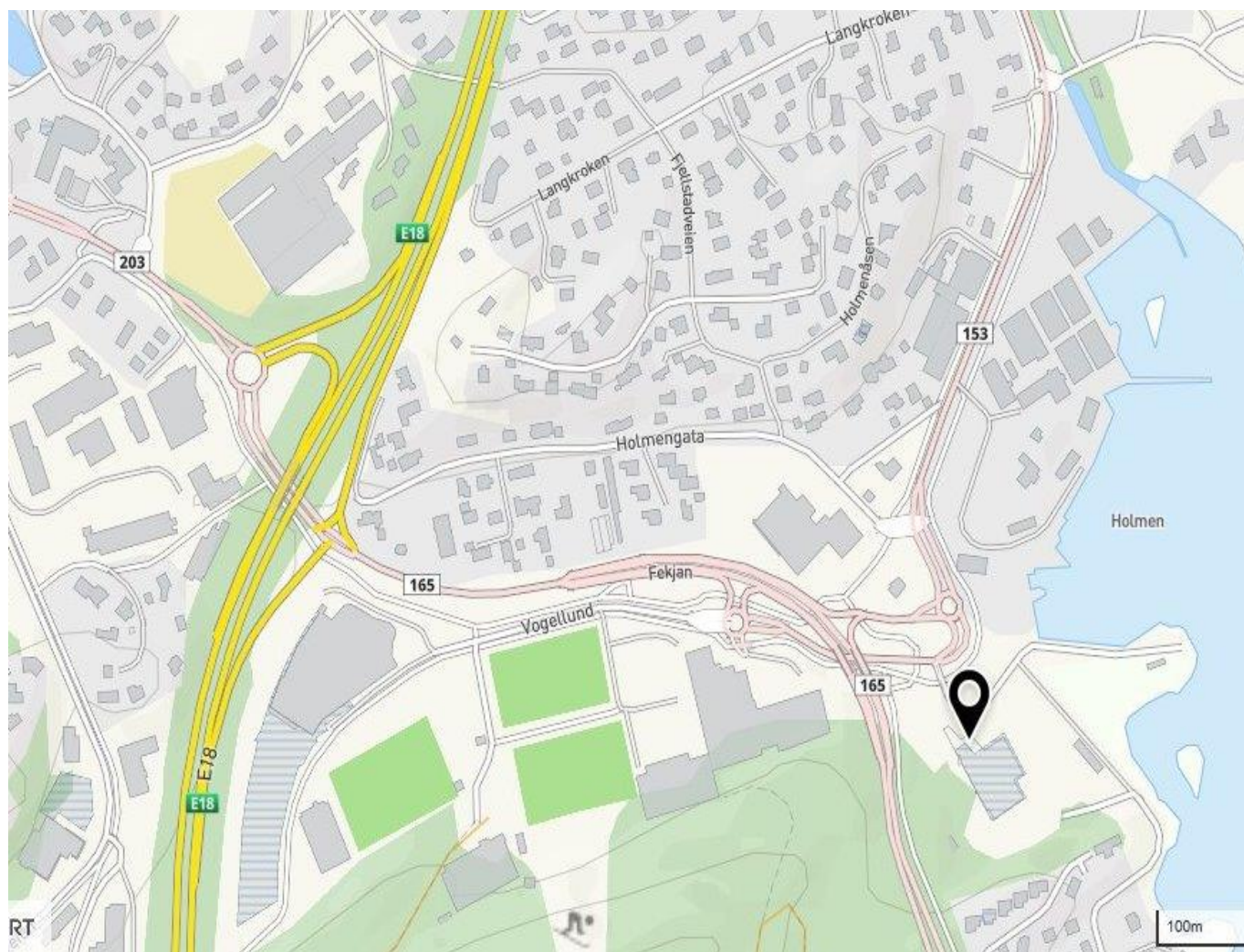
Øvelse 41	200 fri jenter	Øvelse 42	200 fri gutter
Øvelse 43	200 medley	Øvelse 44	200 medley
Øvelse 45	200 bryst jenter	Øvelse 46	200 bryst gutter
Øvelse 47	100 fly jenter	Øvelse 48	100 fly gutter
Øvelse 49	200 rygg jenter	Øvelse 50	200 rygg gutter

### Søndag 12. september – avdeling 5. mellomdistanse aldersgruppe 2006 og eldre.

Starter kl. 14.00

Øvelse 51	200 fri jenter	Øvelse 52	200 fri gutter
Øvelse 53	200 medley	Øvelse 54	200 medley
Øvelse 55	200 bryst jenter	Øvelse 56	200 bryst gutter
Øvelse 57	100 fly jenter	Øvelse 58	100 fly gutter
Øvelse 59	200 rygg jenter	Øvelse 60	200 rygg gutter

## Kart til Holmen Svømmehall. Devikveien 6. 1394 NESBRU. (merket med pil i kartet)



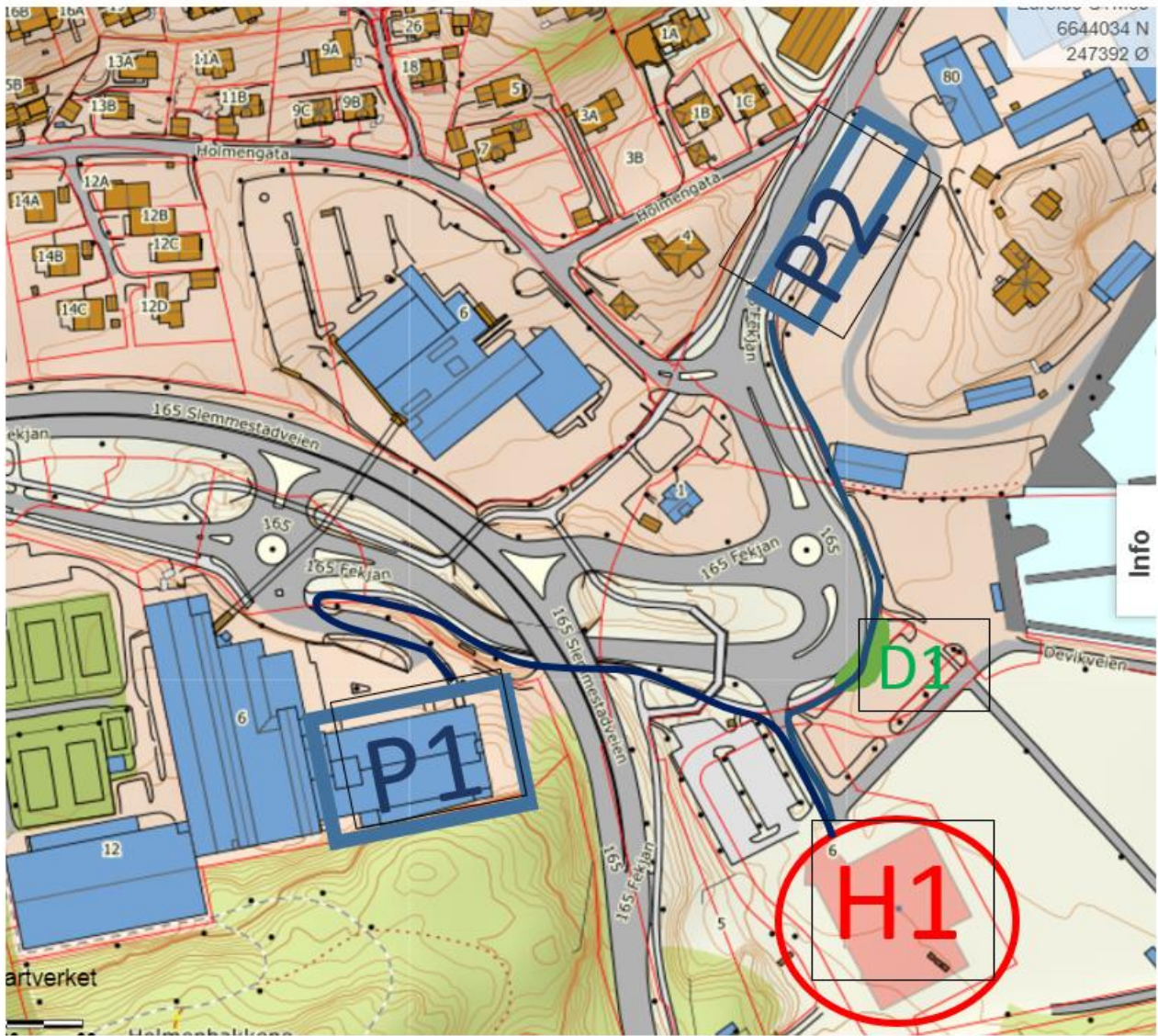
### Parkering Holmensvømmehall.

Det er svært begrenset med parkering ved Holmenhallen så vi oppfordrer alle til å parkere i de nederste etasjene i parkeringshuset på Holmensenteret, innkjøring merkes. Parkering ved Hallen vil i første rekke forbeholdes betjening og de med spesielle behov.

- P1 –Holmensenteret parkeringsgarasje, parker etter anvisning. (300 m å gå)
- P2 – Reserve ca 25 parkeringsplasser på grus. (200 m å gå)
- D1 – Kiss and Ride – Her kan du sette av svømmere på bussholdeplassen
- H1- Askerbadenes flotte svømmehall – Holmen

Vi håper alle hjelper oss med dette så vi slipper parkeringskaos det er maks 300 meters å gå.





  
**Jaked**