



Innbydelse til **Poseidon's Telemark svøm** **11. og 12. September 2021** **i Kjølnesbadet.**

SK Poseidon Porsgrunn har med NSF's godkjenning, gleden av å invitere til Telemark svøm i Kjølnesbadet, Porsgrunn, **lørdag 11. og søndag 12. September 2021.**

Bassenget er 25 m, har **10 baner**, ferskvann og vanntemperatur på ca. 27° C. Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Det benyttes elektronisk tidtaking og ryggstartere under stevnet.

Velkommen til vår nye fantastiske hall, som også i år er arena for NM kortbane i november. Nytt i år grunnet «corona tilrettelegging» er:

- ✓ Det blir ingen stafetter eller finaler. Vi tilbyr 400 Medley og 1500 Fri, men kun i aldersgruppene 2008 og eldre.
- ✓ Vi har åpen kiosk iht. regler for Covid 19, men tar IKKE kontanter. Kun vipps og kort
- ✓ Stevnet følger 1 meters regelen og er åpent for svømmere fra alle kretser og aldersgr. født 2012 og tidligere
- ✓ Arrangementet vil foregå med publikum dersom covidregler tillater det. Dette blir vurdert fortløpende og opplyst på medley.no
- ✓ Vi er per dd usikker på maks deltagere. Oppdatering kommer.
- ✓ Vi forbeholder oss retten til å begrense deltakelse utover vår kapasitet. Vi kjører først til møllen prinsippet.
- ✓ Vi vil prøve å tilrettelegge for inn svømming og lagledermøte.
- ✓ Eventuell ny informasjon om smittevernregler mm grunnet Covid-19 vil bli lagt ut på medley.no og livetiming. Det er derfor viktig at utøvere og trenere følger med på informasjonen som blir lagt ut helt opp mot stevnestart.

Mat som er bestilt blir servert som flotte matpakker til hver klubb hver dag.

Det blir ikke skoleovernatting grunnet Covid 19, men vi tilbyr rom på hotell Vic i gangavstand til hallen.

VIKTIG! å lese CORONA REGLENE. Disse finnes bakerst i invitasjonen, og blir også delt ut til hver påmeldte klubb.

Stevnet er åpent for følgende årsklasser:

Damer/jenter: 2012 til og med Senior.

Herrer/gutter: 2012 til og med Senior.

Stevnekontoret i Kjølnesbadet vil være åpent fra lørdag 11. September kl. 0700, og til stevnets slutt søndag.

Påmelding:

Vi vil benytte oss av NSF's tjenester i forbindelse med påmeldinger og bekreftelse av disse.

HUSK deltagere **OG** trenere.

Påmelding i Stevnebørsens format innen 1. September 2020 kl. 24:00 til stevne@skposeidon.no, Merethe Pepevnik, Tlf.: 94826879.

Etteranmelding i ledige baner godtas fortløpende mot dobbel startkontingent frem til 30 minutter før stevnestart hver økt lørdag og søndag. Dette faktureres etter stevnet.

Det oppfordres til å bruke **Itmobil.medley.no** til strykninger. Hver klubb får tildelt passord i egne konvolutter som utleveres i sekretariatet.

Bruk vedlagte påmelding - og bestillings skjema i tillegg til elektronisk format.

Arrangøren oppfordrer alle som ikke har oppnådd tid siste 12 mnd. til å melde på med stipulert tid slik GE19.15 i generelle regler for idretten gir anledning til.

Startlister, heatlister og resultatlister legges ut på internett, <http://www.livetiming.no>
Klubbene får utdelt informasjon, lister og billetter ol. ved ankomst.

Startkontingent:

Kr. 100,- pr. individuell start. Årsklasse 2012/2011 betaler kr 100,- uansett antall øvelser.

Startkontingenten og betaling for overnatting og mat faktureres på egen faktura i etterkant av stevnet.

PREMIERING:

- Det er 1/3 premiering (premiekort fra XOSport) i alle klasser unntatt 2011 og 2012.
- I årsklasse 2009/2012 er det deltagerpremie til alle.
- Bestemannspremie for høyeste oppnådd poengsum i en øvelse til en gutt og jente (unntatt årsklasse 2011 og 2012) begge dager etter FINA 2020 Årsklassen for bestemannspremiene trekkes på dommermøtet. Gavekort fra XOSport à kr. 500,-
- Det deles ut egen bestemannspremie for høyeste oppnådd poengsum i en øvelse til beste gutt og beste jente i årsklasse 2006 (FINA – 2020). Premien er gitt av TTG – Telemark Toppidrettsgymnas – gavekort fra XOSport à kr. 1000,-

PENGEPREMIER TIL DE BESTE KLUBBENE:

Det vil bli pengepremie til de 3 beste klubbene under stevnet. Poeng for hver øvelse i hver klasse gis etter FINA 2020

PREMIERING KLUBB Telemark svøm 2021

Beste klubb	kr. 1000,-
Nr. 2	kr. 750,-
Nr. 3	kr. 500,-

Stevneinformasjon og øvelsesutvalg

Generelt:

Ved stor deltagelse, tar arrangøren forbehold om å kunne begrense deltagelsen i enkelte øvelser.

Stevne:

Lørdag 11.09.21	Stevnestart:	08.00
	Del II estimert:	12:30
Søndag 12.09.21	Stevnestart:	08.00
	Del II: Estimert	12:30

Ved spørsmål ber om at dere kontakter Stevneleder Merethe Pepevnik, 948 26 879.
Dommermøte lørdag og søndag 07:15.
Om det blir lagledermøte blir dette 0700 lørdag avhengig av evt covid restriksjoner

Ved stor deltagelse forbeholder vi oss retten til å endre på ovennevnte tidspunkt.
Ved endrede behov grunnet Covid kan det være mulig at stevnet må deles opp i aldersgrupper. Dette vurderes nærmere stevnet innen påmelding. Det utarbeides et veiledende tidsskjema.

ØVELSESOPPSETT LØRDAG

FORMIDDAG KLOKKEN 08:00

- Øvelse 1: 400m Fri Herr
- Øvelse 2: 200m Medley Damer
- Øvelse 3: 50m Bryst Herr
- Øvelse 4: 50m Rygg Damer
- Øvelse 5: 200m Rygg Herr
- Øvelse 6: 100m Fri Damer
- Øvelse 7: 50m B. fly Herr
- Øvelse 8: 100m B. fly Damer

PAUSE - ETTERMIDDAG OPPSTART CA. 12:30

- Øvelse 9: 200m Bryst Herr
- Øvelse 10: 100m Bryst Damer
- Øvelse 11: 100m Rygg Herr
- Øvelse 12: 200m B. fly Damer
- Øvelse 13: 50m Fri Herr
- Øvelse 14: 100m Medley Damer
- Øvelse 15: 400m Medley Herr
- Øvelse 16: 1500m Fri damer

ØVELSESOPPSETT SØNDAG:

FORMIDDAG 0800

- Øvelse 17: 400m Fri Damer
- Øvelse 18: 200m Medley Herr
- Øvelse 19: 50m Bryst Damer
- Øvelse 20: 50m Rygg Herr
- Øvelse 21: 200m Rygg Damer
- Øvelse 22: 100m Fri Herr
- Øvelse 23: 50m B. fly Damer
- Øvelse 24: 100m B. fly Herr

PAUSE - ETTERMIDDAG OPPSTART CA. 12:30

- Øvelse 25: 200m Bryst Damer
- Øvelse 26: 100m Bryst Herr
- Øvelse 27: 100m Rygg Damer
- Øvelse 28: 200m B. fly Herr
- Øvelse 29: 50m Fri Damer
- Øvelse 30: 100m Medley Herr
- Øvelse 31: 400m Medley Damer
- Øvelse 32: 1500m Fri Herr

Overnatting og måltider

SK Poseidon tilbyr overnatting i gangavstand til svømmehallen (ca. 15 min gange).
Overnatting tilbys på Hotell Vic. Bestilling må skje direkte til Poseidon

Det tilbys overnatting fra fredag til søndag

Grunnet Covid 19 endrer vi matservering under stevnet til matpakker som leveres ferdigpakket til hver klubb.

Måltider: frokost lørdag og søndag, lunsj lørdag og søndag.

Alle allergier bes meldes inn ved bestilling av matpakke

PRISER:

Hotell Vic Porsgrunn

Frokost og enkel kveldsmat inkludert

1100,- pr natt for enkeltrom

1200,- pr rom pr natt for 2 personer i dobbeltrom

1500,- Pr rom pr natt for 3 personer i 3 sengs rom

1700,- pr rom pr natt for 4 personer i 4 sengs rom

Frokostpakke: 100 kr

Lunsjpakke: 100 kr

Påmelding og bestillingsskjema:

Klubb:

Lagleder (Navn og telefonnummer):

Kontaktperson (Navn og telefonnummer):

E-post:

Påmelding:

Individuelle starter senior – 2010 stk. á kr. 100,- kr.....

Individuelle starter 2010/11: _____ stk (personer) á 100,- kr: _____

Trenere må registreres og sendes inn pr. klubb. Dette inkluderer fullt navn og telefonnummer

Bestilling av overnatting og/eller matsservering:

Type rom:

Antall netter

Bespisning

Det vil serveres mat med sunne valg i kiosken hele dagen. Det kan også forhåndsbestilles for å sikre at det er mat igjen.

	Stk pris (NOK)	Antall	Total (NOK)
Frokost lørdag	100		
Lunsj lørdag	100		
Frokost søndag	100		
Lunsj søndag	100		
SUM			

LØRDAGENS MATPAKKER

NAVN OG KLUBB:

Frokost		Lunsj	
Beskrivelse	Sett kryss	Beskrivelse	Sett kryss
Baguett fin m/skinke		Baguett fin m/skinke	
Baguett grov m/skinke		Baguett grov m/skinke	
salat m/kylling		salat m/kylling	
Frukt 1 stk		Frukt 1 stk	
Juice appelsin		Juice appelsin	
Juice eple		Juice eple	
melk - lett		melk - lett	
Bar - generisk		Bar - generisk	
Sjoko melk		Sjoko melk	
melk		melk	
1 kokt egg		1 kokt egg	

SØNDAGENS MATPAKKER

NAVN OG KLUBB:

Frokost		Lunsj	
Beskrivelse	Sett kryss	Beskrivelse	Sett kryss
Baguett fin m/skinke		Baguett fin m/skinke	
Baguett grov m/skinke		Baguett grov m/skinke	
salat m/kylling		salat m/kylling	
Frukt 1 stk		Frukt 1 stk	
Juice appelsin		Juice appelsin	
Juice eple		Juice eple	
melk - lett		melk - lett	
Bar - generisk		Bar - generisk	
Sjoko melk		Sjoko melk	
melk		melk	
1 kokt egg		1 kokt egg	

Vennligst bruk dette oppsettet. Alle bestillinger sendes sammen med påmeldingen til

stevne@skposeidon.no, Merethe Pepevnik, Tlf.: 94826879.

Kontaktpersoner:

Stevnet: Merethe Pepevnik Tlf. 948 26 879

Overnatting: Rune Kristiansen Tlf. 406 17 861

merethe_pepevnik@yahoo.com

rukr369@gmail.com

**SK Poseidon ønsker vel møtt til årets
Telemark svøm.**

**Vi kan anbefale Dominos og Jimmy's
til middag – spør oss om rabattkoder**

**Vennligst sett dere inn i vedlagte
Corona regler. Disse vil bli oppdatert
fortløpende etter FHI og NSF sine
anbefalinger.**

Regler ved stevner i regi av SK Poseidon under Covid-19

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

- ✓ 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 idrettslaget gir under stevnet.
- ✓ Vi forbeholder oss retten til å bortvise utøvere eller andre ved brudd på smittevernsreglene. Oppdaterte regler vil ligge ved i lagleders konvolutt som hentes i sekretariatet ved ankomst.

Overnatting og bevertning:

- ✓ Det blir etter gjeldene regler kun tilbydd hotellovernatting under stevnet.
- ✓ Hver klubb må ha detaljert oversikt over hvem og når de enkelte er til stede.
- ✓ Bevertning – Det kan forhåndsbestilles frokostpakker og lunsjpakker som deles ut til hver enkelt klubb. Dette for å redusere smittefare og sikre at alle som ønsker å spise ved svømmehallen har en mulighet for å sikre seg mat. Det fins mange fine restauranter i byen vår og det er kun en kort gåtur dit, dette anbefaler vi for middagen på kvelden. Dominos kan levere pizza etter avtale i hallen eller på hotellet.
- ✓ Kafe – det vil være kafe med flere sittemuligheter og vi minner alle om å passe på avstand til andre særlig når man står i kø.
- ✓ Det vil ikke være anledning til å spise inne i hallen, da halleier ikke tillater dette. Men vi har flere øvrige arealer satt av til dette iht. reglement for Covid 19.

Ankomst

- ✓ Ved ankomst anbefaler vi at klubbene samles og at trener går til sekretariatet og henter akkrediteringer til sin klubb.
- ✓ Etter dagens standard for smittevern er det viktig at alle som skal inn i Arenaen blir registrert og oppgir kontakinformasjon dersom smitte skulle bli oppdaget i, under eller etter stevnet.
- ✓ Halleier ønsker ikke at folk skal ha på sko inne i hallen så vi vil ha skoparkering i 1. etasje eller du kan få utlevert skotrekk. Det er å foretrekke at dere har med egnede innesko.

Premiering

- ✓ For å redusere smitterisikoen ved kø-ståing kommer vi til å samle opp alle premier for klubbene og trener kan hente disse på slutten av dagen inne på sekretariatet. Premiene vil være merket med øvelsesnummer og navn.

Annet

- ✓ Skulle utøvere eller andre bli syke eller utvikle symptomer under stevnet er det viktig at man isoleres og reiser hjem så fort som mulig og at sekretariatet blir underrettet.
- ✓ Det er viktig at hver klubb tar ansvar for å dele gruppen sin inn i gjeldende Kohort størrelser. Dersom det er restriksjoner fortsatt på hvor mange som kan være til stede på arrangementet er det viktig å melde riktig antall som kommer fra hver enkelt klubb. Hvem må være tilstede og hvem ønsker man eventuelt i tillegg, slik at det vil være lettere å få oversikt over hvor mange som til enhver tid er på stevnet. Her forbeholder vi oss retten til å styre hvor mange som får komme fra hver klubb dersom det settes begrensninger på antall i arenaen.