



# ROALD AMUNDSEN REKRUTTSTEVNE 2022

Lørdag 30. April





## Ski Svømmeklubb og Kolbotn IL svømmegruppe har gleden av å invitere til rekruttstevne i Sofiemyrhallen lørdag 30. april 2022

Vårt mål er å arrangere stevner som stimulerer til et godt sosialt miljø og gode sportslige prestasjoner. Stevnet er åpent for alle rekrutter, og det blir deltakerpremier til alle.

Bassenget er 25 meter, har 6 baner med bølgedempende baneskiller, holder ca. 27°C og har kloret ferskvann. Bruk av badehette er påbudt.

### TIDSPUNKTER

- Innsvømming Kl. 08.15 (Dørene åpnes 07:30)
- Lagledermøte Kl. 08.15 (Sykerom – til venstre etter hovedinngang)
- Stevnestart Kl. 09.00

### PÅMELDING

Påmelding må være påmeldingsansvarlig i hende innen 20. april kl. 24.00. Påmeldingen (XML-fil) sendes pr e-post til [jostein.aure@gmail.com](mailto:jostein.aure@gmail.com) og merkes "Påmelding RA-Rekrutt 2022 <klubb>". Påmeldingsansvarlig: Jostein Aure Tlf. + 47 99307248. Arrangøren vil kunne sette begrensninger i antall påmeldte / øvelser pr. svømmer hvis stevnet viser seg å bli for langvarig. Det er bindende påmelding ihht påmeldingsfristen.

### ETTERANMELDING

Etteranmelding godtas i ledige baner.

### STARTKONTIGENT

Startkontingent er kr 100,- for hele stevnet, uansett antall øvelser. Startkontingenter faktureres klubbene etter stevnet. Oppgi e-post faktura adresse ved påmelding.



## ØVELSE SOPPSTETT

Gutter			Jenter		
Øvelse	Distanse		Øvelse	Distanse	
1	25 m	Rygg	2	25 m	Rygg
3	25 m	Butterfly	4	25 m	Butterfly
5	50 m	Bryst	6	50 m	Bryst
7	100 m	Fri	8	100 m	Fri
9	50 m	Rygg	10	50 m	Rygg
11	100 m	IM	12	100 m	IM
13	50 m	Fri	14	50 m	Fri
15	4x25 fri mix (minimum 1 gutt/jente)				

## SPØRSMÅL

Spørsmål kan rettes til stevneansvarlig Rune Årnes.

Telefon: +47 97973935

E-post: [rune.arnes@gmail.com](mailto:rune.arnes@gmail.com)

## KAFETERIA

Det blir kafeteria under stevnet med salg av bagetter, frukt- og salatbeger, kaker, pølser, kaffe m.m.

## PARKERING OG ADKOMST



Adresse til hallen:

Holbergs Vei 39, 1412 Sofiemyr. Det er begrenset med P-plasser rett utenfor hallen og på tilgrensende områder på Sofiemyr / Fløysbonn skoler (rød pil nederst til venstre på bildet).

Det er jevnlig parkeringskontroll så det kan lønne seg å parkere på anviste plasser. Idrettshallen har gratis P-plasser ved Sofiemyr stadion med ca. 300 meter å gå.

Det kan være lurt å satse på disse plassene fra starten av. De er markert med rød pil øverst til høyre på bildet nedenfor:

Svømmehallen er en del av Sofiemyrhallen og er markert med blå sirkel på bildet. Det er felles inngang inn i anlegget og det er store vinduer som viser hvor svømmehallen er når man kommer innenfor dørene.

**Fastwim.no, Ski Svømmeklubb og Kolbotn Idrettslags Svømmegruppe ønsker alle svømmere, ledere og ledsagere velkommen til Roald Amundsen Cup 2022 i Sofiemyrhallen!**



## AQUAGROUP LEVERER ALGE-TIMING!

Tidtaknings- og resultatløsninger for svømming



Alge-Timing leverer tidtakningsutstyr til ulike idretter, hvor utstyret benyttes på olympisk nivå, i nasjonale mesterskap og lokale svømmestevner i Norge. Utstyret er kompatibelt med Norges Svømmeforbund sitt stevnesystem. Vi har flere års erfaring med levering og drift av tidtakningsutstyr til Norsk Svømming. Utstyret er spillemiddelgodkjent. Kontakt vår prosjektleder Joseph Gillen for mer informasjon.

[www.aquagroup.no](http://www.aquagroup.no)

[gillen@aquagroup.no](mailto:gillen@aquagroup.no)

Tlf: 93 60 86 51

**AQUAGROUP**

**ALGE**  
TIMING