



**INVITERER TIL**

**Sparebanken Møre Svøm 2022**

**Moa Svømmehall**

**17.–18. sept**

**Påmeldingsfrist: onsdag 7. september  
22:00**



**Sparebanken  
Møre**

Aalesunds Svømme- og Livredningsklubb har gleden av å invitere til årets SBM Svøm 2022 på Moa Svømmehall i Ålesund.

Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Det benyttes elektronisk tidtaking.

Aask ønsker unge (14-25 år) dommere velkommen til å dømme hos oss. Disse vil få godtgjørelse på minimum kr. 100 pr. økt de dømmer. **Om dommere fra andre klubber har anledning til å stille for å hjelpe, ønskes disse også velkommen til oss.**

## Stevneinformasjon

---

<b>DELTAGELSE:</b>	Stevnet er åpent for Master, senior og årsklasser. Årsklasse 2012 og 2013 kan delta på øvelsene i åpen klasse etter gjeldende regler. <i>Det arrangeres eget rekruttstevne etter åpent stevne lørdag</i>
<b>BASSENGET:</b>	25 meter ferskvann, ca 27 grader celsius og seks baner med bølgebrytende baneskillere.
<b>TIDTAKING:</b>	Hallen har elektronisk tidtakertavle. Vi kjører Jechsoft Victoria
<b>PREMIERING:</b>	1/3 premiering for åpent stevne (gavekort fra Klubben hentes av lagleder ved stevneslutt). Masters inngår i seniorklasse. Deltagerpremie til alle rekrutter og utøvere født 2010 til 2013 i åpen klasse. Medaljer for KM øvelser blir tildelt på søndag etter siste KM øvelse 28.
<b>PÅMELDING:</b>	Påmelding sendes <a href="mailto:stevner@aask.no">stevner@aask.no</a> . Vi bruker Jechsoft Victoria Påmeldingsansvarlig: Ingvald Kaldhussæter ( <a href="mailto:stevner@aask.no">stevner@aask.no</a> ). Frist: Senest 7.sept 22:00
<b>ETTERPÅMELDING:</b>	Kun ved ledig plass i heat. Lørdag: Senest på lagledermøte kl 10:00 Søndag: Lagleders henvendelse til teknisk komité senest 09:30.
<b>STARTKONTIGENT:</b>	Kr. 100,- pr. individuell start, og kr 200,- pr lagstart Rekrutter og årsklasse 2012 og 2013 kr. 100,- for hele stevnet. Etterpåmeldinger godtas mot dobbel startkontingent. Startkontingenter faktureres i etterkant.

---



## REKRUTTSTEVNE LØRDAG

Nr.	Øvelse
101	50m Fri, Mixed
102	50m (25 FLY + 25 RYGG) Mixed
103	25 fri Mixed
104	50m (25 RYGG + 25 BRYST) MIX
105	25m Rygg, Mixed
106	50m (25 BRYST + 25 FRI) MIX
107	25m BRYST MIX
108	4x25 Fri, Mixed

## SØNDAG start kl 10:00

Nr.	Øvelse	Nr.	Øvelse
21.	400m fri, herrer		<b>Oppstart 14:00</b>
22.	400m fri, damer	31.	400 IM, herrer
23.	<b>100m bryst, herrer KM</b>	32.	400 IM, damer
24.	<b>100m bryst, damer KM</b>	33.	100m fri, herrer
	<b>PAUSE 10 MIN</b>	34.	100m fri, damer
25.	200 IM, herrer		<b>PAUSE 10 min</b>
26.	200 IM, damer	35.	200m rygg, herrer
27.	50m fri, herrer	36.	200m rygg, damer
28.	50m fri, damer	37.	50m butterfly, herrer
	<b>PAUSE 10 MIN Med premieutdeling for KM øvelser</b>	38.	50m butterfly, damer
29	4x50m IM Herrer	39	4 x 50 fri damer
30	4x50m IM Damer		
	<b>PAUSE Oppstart ca 14:00</b>		