



FRISINN SPORTSKLUBB - SVØMMEGRUPPEN

Invitasjon til **JULESPRINTEN** **2023**

**ÅPENT STEVNE I STAVANGER SVØMMEHALL,
Søndag 3. desember**

Til: Svømmeklubbene

Stavanger 06.11.22

Stavanger Svømmehall

Med NSF's godkjenning og etter NSF's lover og regler har vi gleden av å invitere svømmere født i 2014 og eldre, inkludert masters og funksjonshemmede til årets julesprint i Stavanger svømmehall

Innsvømming: Kl. 08.00
(organisering av innsvømming vil bli justert ut i fra antall påmeldte)

Lagledermøte: Kl. 08.15

Stevnestart: Kl. 09.30

Pause: etter øvelse 7

Øvelser:

1	25m fri jenter	2	25m fri gutter
3	50m bryst jenter	4	50m bryst gutter
5	50m butterfly jenter	6	50m butterfly gutter
7	100m ind medley jenter	8	100m ind medley gutter
9	50m rygg jenter	10	50m rygg gutter
11	50m fri jenter	12	50m fri gutter
12	8 x 50m fri mix stafett (max 4 gutter på hvert lag)		

Om øvelse 1 og 2	Øvelse 1 og 2 gjennomføres rett etter innsvømming før stevnet formelt starter. I denne øvelsen utdeles det i tillegg til vanlig premiering i årsklassene også en vandrepokal til den raskeste svømmer uansett alder. Det er en vandrepokal for hvert kjønn. Vi oppfordrer også trenere til å stille på denne øvelsen.
Basseng	Bassenget er 25 meter, ferskvann, har 6 baner og holder en vanntemperatur på 28 grader. Det er elektronisk tidtaking og bølgebrytende baneskiller. Stevnet gjennomføres uten manuell tidtaking og ved en eventuell svikt i det elektroniske tidtakersystemet, vil svømmerne få mulighet til å svømme øvelsen på nytt.
Publikum	Stevnet åpner for publikum på tribunen.
Stevneleder	Stevneleder er Trygve Soland, 948 82 083 og generelle spørsmål kan rettes hit.
Påmelding	Elektronisk påmelding ved bruk av UNI_P filer (PRIMA format) sendes pr. e-post til pamelding@rogsk.no . "Arrangøren oppfordrer alle som ikke har oppnådd tid siste 12 mnd. til å melde på med stipulert tid slik §G22A6 i generelle regler for idretten gir anledning til" Etterpåmelding er tillatt dersom det er ledige baner, ta direkte kontakt med tidtakersjef for tildeling av heat og bane. NB Dobbel startavgift

	<p>Strykninger utføres elektronisk av lagleder på livetiming.medley.no eller ltmobil.medley.no.</p> <p>Påmeldingsfrist er tirsdag 28. november 2023</p>
Klasser	<p>Alle årsklasser f.o.m. 2014 t.o.m. senior, masters og funksjonshemmede.</p> <p>Premiering:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1/3 premiering for årsklasser 2012 og eldre • deltakerpremie for årsklasser 2011 og yngre • Viktig info for 2014 årsklassen: <ul style="list-style-type: none"> - På Svømmetinget april 2016 ble det åpnet opp for at 9 års klassen kan starte på approberte stevner. Vi ber om at trenere og lagledere IKKE melder på utøvere i 2014-klassen som ikke har full kontroll på svømmeregler eller mangler andre svømmetekniske ferdigheter. Svømmernes første stevne skal være en positiv opplevelse – det blir det ikke om utøver har problemer med å svømme distansen på grunn av manglende ferdigheter eller blir disket av andre årsaker
Betaling	<p>Startavgift:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kr. 100,- i startkontingent pr. individuell øvelse. - kr. 200,- i startkontingent pr lag - kr. 100,- i startkontingent pr. deltaker (klasse 2013/2014) - Etterpåmeldinger faktureres med dobbel startkontingent, kr. 200,- for individuelle øvelser <p>Betaling av startkontingent gjøres til</p> <ul style="list-style-type: none"> - Frisinn Svømmegruppe v/kasserer - Konto nr: 3201 13 35461 - Frist for betaling er 1. desember 2023
Tidtaking	<p>Elektronisk tidtaking med live oppdatering på http://livetiming.medley.no og http://ltmobil.medley.no (for nettbrett og mobil). Stevneresultater kan lastes ned fra http://livetiming.medley.no.</p>
Kiosk	<p>Det vil være kiosk under stevnet. Foretrukket betalingsmiddel er Vipps #110015</p>

HJERTELIG VELKOMMEN TIL JULESPRINTEN 2023

