



# Sportsklubben Speed

i samarbeid med

## [Veslefrikk eiendom](#)

inviterer til stevne på Nordtvet bad

17.-18. juni 2023.

## VELKOMMEN

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, inviterer SK Speed til stevne på Nordtvet bad. Vi bruker elektronisk tidtakingssystem, og stevnets resultater, startlister, heatlister, tidsskjema og øvrig informasjon blir kontinuerlig oppdatert og kan følges på [www.livetiming.no](http://www.livetiming.no).

## Påmelding

Påmelding skjer via klubbene. Send Uni\_p.txt-filen på e-post til [stevne@sk-speed.no](mailto:stevne@sk-speed.no) innen onsdag 7. juni 2023. Etteranmeldelse blir godtatt hvis det er ledige baner. Klubben må betale dobbel avgift ved etteranmelding.

## Strykninger og lagoppsett

Strykninger leveres på [ltmobil.medley.no](http://ltmobil.medley.no) eller [livetiming.no](http://livetiming.no). Klubbene får oppgitt passord sammen med bekreftelse av påmelding.

## Heatbegrensning

Arrangøren vil begrense antall heat i enkeltøvelser, stryke øvelser og/eller årsklasser dersom det ikke vil la seg gjøre å gjennomføre stevnet innenfor en fornuftig tidsramme.

## Startkontingent

Deltakelse koster kr. 100,- per individuell start. Svømmere som er født 2013–2014 betaler kr. 100,- uansett antall starter. Fakturagrunnlag og faktura blir sendt elektronisk til klubben etter stevnet.

## Klasseinndeling

Parautøvere, senior og årsklasser fra 2006–2014 (jenter), 2005-2014 (gutter)

Klasseinndeling på stafetten øvelse 11. 8x50 fri mix er:

Klasse A = 2014-2013, Klasse B, = 2012-2013, Klasse C = 2010-2009 og klasse D 2008-Senior. En jente og en gutt i hver klasse, starter med yngste først og avslutter med eldste.

## Premiering

1/3 premiering i alle årsklasser, unntatt 2013–2014. Det er deltakerpremier i årsklasse 11-14. Premier for individuelle øvelser blir delt ut etter hvert som resultatlistene blir hengt opp og frem til stevnet er slutt.

Gutter og jenter premieres i hver for seg.

Stafetten premieres med 1., 2. og 3. plass.

## Tidsskjema

Vi forbeholder oss retten til å endre tidspunkt for stevnestart, dersom dette er hensiktsmessig for gjennomføringen av stevnet. Sjekk tidsskjema på livetiming.no for oppdatert informasjon. Dommermøter holdes på Grorud samfunnshus.

Tidsskjema		
	Lørdag	Søndag
Dommermøte	11.30	09.30
Innsvømming	11.00	09.00
Stevnestart	12.00	10.00

## Lagledermøte

Det blir ikke avholdt lagledermøte til dette stevnet. Strykninger blir gjort på ltmobil.medley.no

## Kafeteria

Kafeteria med godt utvalg av frukt, mat og drikke er åpen under hele stevnet.

## Nordtvet bad

Nordtvet Bad her et 25 m klorete ferskvannsbasseng med seks baner, bølgedempende baneskiller og vanntemperatur på ca. 27 °C. Adressen er Gårdsveien 4 (mellom Nordtvet Gård, Nordtvet skole og Grorud samfunnshus).

## Spørsmål om:

Påmelding rettes til [stevne@sk-speed.no](mailto:stevne@sk-speed.no)

Annet rettes til Jon Marius Rønning, tlf. 92240428 eller [jon.m@sk-speed.no](mailto:jon.m@sk-speed.no)

## Reise og parkering

Det er mulig å ta t-bane linje 4 og 5 og gå av på Kalbakken stasjon. Det er derfra ca. 10 min å gå til badet. Parkering på Nordtvet skole er tillatt for deltakere og publikum.

## Øvelsesoppsett

### Lørdag

Nr.	Øvelse	Kjønn	Nr.	Øvelse	Kjønn
1.	50 fri	Jenter	2.	50 fri	Gutter
3.	100 fly	Jenter	4.	100 fly	Gutter
5.	200 rygg	Jenter	6.	200 rygg	Gutter

### Pause

Nr.	Øvelse	Kjønn	Nr.	Øvelse	Kjønn
7.	50 bryst	Jenter	8.	50 bryst	Gutter
9.	100 fri	Jenter	10.	100 fri	Gutter
11.	200 fly	Jenter	12.	200 fly	Gutter
13.	400 medley	Jenter	14.	400 medley	Gutter

### Søndag

Nr.	Øvelse	Kjønn	Nr.	Øvelse	Kjønn
15.	50 rygg	Jenter	16.	50 rygg	Gutter
17.	100 bryst	Jenter	18.	100 bryst	Gutter
19.	200 fri	Jenter	20.	200 fri	Gutter
21.	*8x50 fri	mix`d			

\* Klasseinndeling på stafetten Øvelse 21. 8x50 fri mix.

Klasse A = 2014-2013, Klasse B, = 2012-2011, Klasse C = 2010-2009 og klasse D 2008-Senior. En jente og en gutt i hver klasse, starter med yngste først og avslutter med eldste.

### Pause

Nr.	Øvelse	Kjønn	Nr.	Øvelse	Kjønn
22.	200 medley	Jenter	23.	200 medley	Gutter
24.	50 fly	Jenter	25.	50 fly	Gutter
26.	100 rygg	Jenter	27.	100 rygg	Gutter
28.	200 bryst	Jenter	29.	200 bryst	Gutter