



INVITASJON TIL

ZEEKIT ÅS OPEN

INVITASJON TIL Zeekit ÅS OPEN 2023

Ås IL Svømming ønsker velkommen til Zeekit Ås Open 13-14. mai i Nordbytun svømmehall (Emely Kirkeruds vei 6, 1407 Vinterbro). Stevnet vil bli arrangert etter NSF's lover og regler.

Bassenget er 25 m langt og har seks baner. Vanntemperaturen er på ca. 27,0 grader. Stevnet gjennomføres med elektronisk tidtaking og livetiming.

STEVNET ER ÅPENT FOR FØLGENDE ÅRSKLASSER

Stevnet er åpent for lisensierte svømmere med minste alder 9 år til senior.

Rekruuttstevne vil bli arrangert formiddag lørdag 13. mai. Se egen invitasjon Medley

LØRDAG

Innsvømming	12.00
Stevnestart	13.00

SØNDAG

Innsvømming	08.30
Stevnestart	09.30

ØVELSESOPPSETT LØRDAG:

Øvelse

- 1 50 fri damer
- 3 200 rygg damer
- 5 100 bryst damer
- 7 200 fri damer
- 9 50 rygg damer
- 11 100 fly damer
- 13 Zeekit stafetten 4x 50 medley mix

Øvelse

- 2 50 fri herrer
- 4 200 rygg herrer
- 6 100 bryst herrer
- 8 200 fri herrer
- 10 50 rygg herrer
- 12 100 fly herrer



ØVELSESOPPSETT SØNDAG:

Øvelse

14	50 fly damer
16	200 bryst damer
18	100 fri damer
20	200 individuell medley damer
22	50 bryst damer
24	100 rygg damer
26	100 individuell medley damer

Øvelse

15	50 fly herrer
17	200 bryst herrer
19	100 fri herrer
21	200 individuell medley herrer
23	50 bryst herrer
25	100 rygg herrer
27	100 individuell medley herrer

STARTKONTIGENT

Kr. 100,- pr. individuell start. Startkontingent for årsklasse 2013 og 2014 er kr 100,- for hele stevnet uansett antall øvelser

PREMIERING

- 1/3 premiering for årsklassene 2012-SR
- Deltagerpremie til klassen 2011-2014.

PÅMELDING

Påmeldingsfrist er 05.mai kl 23.59

Påmeldingene sendes på **e-post til Kristian Munthe 91881737@online.no**

Strykninger foretas fortrinnsvis på web, klubbene får tilsendt passord sammen med bekreftelse av påmelding. Etteranmelding godtas i ledige baner fram til fredag 12/05 kl 18.00 mot dobbelt startkontingent.

HEATBEGRENSNING/STRYKNINGER

Vi forbeholder oss retten til heatbegrensning og strykninger ved for stor deltagelse.

KAFETERIA

Det er kafeteria med god plass og overføring fra livetiming

STOLT SPONSOR AV
GOD FLYT