



**BK-Svømming**  
inviterer til  
**Bergmannsvøm Jaked Cup**  
Fredag 13. til Søndag 15. Oktober 2023



Våre samarbeidspartnere:



KONGSBERG



**BK-Svømming** har med NSF's godkjenning, gleden av å invitere til **Bergmannsvøm Jaked Cup** i Kongsberg Idretts- og Svømmehall **Fredag 13. til Søndag 15. Oktober 2023.**

Adresse: Glabak 14, 3611 Kongsberg

Bassenget er 25 m x 6 baner, OL-paller, ferskvann og vanntemperatur på ca. 27°C, med bølgebrytende banetau. Det benyttes helautomatisk tidtakersystem med innslagsplater og resultatavle.

Stevnet arrangeres iht. NSF's lover og regler.

Stevnet er åpent for følgende årsklasser:

Damer/Jenter/Parasvømmere: 2014 til og med Senior

Herrer/Gutter/Parasvømmere: 2014 til og med Senior

#### **PÅMELDING:**

Frist: Onsdag 4. oktober 2023

E-post: [stevne@bksvomming.no](mailto:stevne@bksvomming.no)

NB! Vi tar helst imot uni\_p.txt/Victoria

Dersom en svømmer mangler godkjent tid for øvelsen oppfordres det til å angi stipulert påmeldingstid.

Etteranmelding er mulig fram til og med lagledermøtet på fredag, i ledige baner, mot dobbel startkontingent.

Etteranmeldinger prioriteres i mottatt rekkefølge.

Strykninger skal fortrinnsvis gjøres av klubbene selv på [www.livetiming.no](http://www.livetiming.no) / [ltmobil.medley.no](http://ltmobil.medley.no)

Klubbene får tildelt passord for tilgang til tjenesten etter utløpt påmeldingsfrist.

#### **STARTKONTINGENT:**

Kr 100,- pr individuelle start, kr. 200,- pr lag.

Kr 100,- uavhengig av antall starter for årsklasse 2013 og 2014.

Samlet startkontingent faktureres deltagerklubbene etter stevnet.

Vennligst oppgi kasserer sin e-post adresse ved påmelding.

#### **KONTAKTPERSONER:**

Hilde Tonby

[dugnad@bksvomming.no](mailto:dugnad@bksvomming.no)

eller mob. 911 75 629 (Stevneansvarlig 1)

Nina Arndal

[dugnad@bksvomming.no](mailto:dugnad@bksvomming.no)

eller mob. 920 25 857 (Stevneansvarlig 2)

Per Wollebæk

[stevne@bksvomming.no](mailto:stevne@bksvomming.no)

eller mob. 959 27 102 (Ansvar påmelding)

## TIDSSKJEMA OG ØVELSESOPPSETT:

### Fredag 13. Oktober:

Stevnekontoret åpner	kl. 16:00
Innsvømming	kl. 16:30 – 17:15
Lagleder- /Dommer møte	kl. 16:30 – 17:00
Stevnestart	kl. 17:30
Slutt	ca. kl. 20:00

### LØRDAG 14. Oktober:

Stevnekontoret åpner	kl. 08:00
Innsvømming	kl. 08:30 – 09:45 (BK svømmer inn tidligere av plasshensyn)
Lagleder- /Dommer møte	kl. 09:15 – 09:45
Stevnestart	kl. 10:00
Start finaleøkt	ca. kl. 17:00
Slutt	ca. kl. 19:30

### SØNDAG 15. Oktober:

Stevnekontoret åpner	kl. 08:00
Innsvømming	kl. 08:30 – 09:45 (BK svømmer inn tidligere av plasshensyn)
Lagleder- /Dommer møte	kl. 09:15 – 09:45
Stevnestart	kl. 10:00
Slutt	ca. kl. 16:00

### NB!

Ved stor deltagelse forbeholder vi oss retten til å innføre heatbegrensninger

Vi tar forbehold om endring av starttidspunkter. Dette vil bli meddelt på livetiming etter påmeldingsfristens utløp.

## ØVELSER FREDAG 13. Oktober:

Øvelser			
01-02	1500 m	Fri	Damer - Herr
03-04	200 m	Butterfly	Damer – Herr
05-06	400 m	IM	Damer – Herr

## ØVELSER LØRDAG 14. Oktober:

Øvelser			
07-08	50 m	Rygg	Damer – Herr
09-10	100 m	Butterfly	Damer – Herr
11-12	200 m	Bryst	Damer – Herr
13-14	200 m	Rygg	Damer – Herr
15-16	100 m	IM	Damer – Herr
17-18	100 m	Fri	Damer – Herr
19-20	50 m	Bryst	Damer – Herr
21-22	Finale	100 m Butterfly	Damer – Herr
23-24	Finale	100 m Fri	Damer – Herr
25-26	Finale	50 m Bryst	Damer – Herr
27-28	Utslagscup	50 m Rygg	Damer – Herr

## ØVELSER SØNDAG 15. Oktober:

Øvelser			
29-30	50 m	Butterfly	Damer – Herr
31-32	200 m	Fri	Damer – Herr
33-34	100 m	Rygg	Damer – Herr
35	4 x 50 m	Bryst	Mixed (2012-2009)
36	4 x 50 m	Bryst	Mixed (2008 oe.)
37-38	100 m	Bryst	Damer – Herr
39-40	50 m	Fri	Damer – Herr
41-42	200 m	IM	Damer – Herr
43	4 x 50 m	Medley	Damer (èn klasse)
44	4 x 50 m	Medley	Herr (èn klasse)

### Stevneoppsett og resultater:

<http://livetiming.medley.no> / <http://ltmobil.medley.no>

<http://medley.no>

### Oppdatert informasjon:

<http://bksvomming.no>

## **ØVELSER**

Kvalifiserte fra formiddagens økt kommer til finale på lørdag ettermiddag. Det svømmes

A finaler i 100 m butterfly, 100 m fri og 50 m bryst fordelt på 4 aldersklasser :

2012-2011

2010-2009

2008-2007

2006 og eldre

Jaked Challenge utslagscup i 50 m rygg avholdes i to aldersklasser for gutter og jenter. Utslagscupen svømmes i tre omganger som starter med et fullt heat hvor de to som svømmer saktest slås ut for hver omgang. Vinneren er den av de to som svømmer finale som vinner finalen. Kvalifisering foregår i øvelse 7 og 8. De to klassene er 2012-2009 og 2008 og eldre

## **STAFETT**

I øvelse 35 og 36 - 4 x 50 m Bryst Mixed svømmes det i to årsklasser. De to klassene er 2012-2009 og 2008 og eldre. Yngre svømmere kan delta i klassen 2008 og eldre. Et mixed lag må bestå av to jenter og to gutter.

Det konkurreres i én klasse for damer i øvelse 43 og i én klasse for herrer i øvelse 44, som begge er 4 x 50 m Medley.

## PREMIERING

- Det er 1/3 premiering i individuelle øvelser for alle årsklasser unntatt 2013/2014. For disse klassene gis én deltakerpremie for hele stevnet
- For stafetter premieres topp 3 lag
- For klasse 2012 og 2011 gis det en deltakerpremie for hele stevnet i tillegg til 1/3 premiering.
- Det blir trukket ut 5 gutter og 5 jenter som vinner en konkurransedrakt/bukse blant alle deltagere.
- Kr. 20 000,- i premie for beste klubb etter at alle fire Jaked Cup stevner er avholdt i løpet av 2023. Det blir også gavekort på kr.1 000,- for vinnerne av Jaked Cup Challenge. Se også egen Jaked Cup brosjyre.

**NB!** Uavhentede premier fra stevnet tilfaller arrangørklubben etter 5 dager.

## REGLER INNSVØMMING

Svømmeføtter og paddles ikke tillatt. Ingen stuping tillatt, bortsett fra i dedikert(e) stupe-/sprintbane(r). Enveissvømming i sprint/stupebaner.

**BK-Svømming ønsker utøvere, ledere, dommere og publikum hjertelig velkommen til oss i Kongsberg Idretts- og Svømmehall**

Adresse: Glabak 14, Kongsberg

Det blir servering i kafeteriaen. Der kan du også betale med Vipps.



v:ppps





## OVERNATTING

- **Quality Hotel Grand,**

*Promotion; JAKED-CUP*

Dobbeltrom: 1129,-

Trippelrom: 1529,-

Firemannsrom: 1529,-

- Frokost inkludert

Bookes av klubbene direkte til [g.kongsberg@strawberry.no](mailto:g.kongsberg@strawberry.no). Oppgi navn på hver person som skal dele rom og betalingsmåte.

- **Clarion Collection Hotel Kongsberg, 1624**

*Promotion; JAKED-CUP*

Dobbeltrom: 1329,-

Trippelrom: 1529,-,-

Firemannsrom 1529,-

- Frokost inkludert

Bookes av klubbene direkte til [cc.kongsberg@strawberry.no](mailto:cc.kongsberg@strawberry.no). Oppgi navn på hver person som skal dele rom og betalingsmåte.

- **Best Western Plus Gyldenløve Hotell**

Telefon: +47 32 86 58 00

For booking send mail til:

E-post: [resepsjon@gyldenlove.no](mailto:resepsjon@gyldenlove.no)

- **Stiftelsen Kongsberg Vandrerrhjem**

Telefon: +47 32 73 20 24

**Alle overnattingsstedene ligger i gangavstand fra Kongsberg Idretts- og Svømmehall og Tog- Buss Stasjonen.**



Hjelp til med å holde oss flytende!



**GRASROTANDELEN** <sup>AS</sup>

**BK-SVØMMING**

Organisasjonsnummer: 975585484



32774975585484



**NORGES  
SVØMMEFORBUND**



**KONGBERG**



**Jaked**  
Cup

