



**ÅSTVEIT
SVØMMEKLUBB
BERGEN**

21.-22.10.23

HØSTSKVETTEN

2023

Vi inviterer til svømmefest i Åstveithallen!

Åstveit Svømmeklubb inviterer til approbert stevne i Åstveithallen for jenter, gutter og para i årsklassene 2014 og eldre. Vi ber om at trenerne vurderer hvilke svømmere i 2014-klassen som er i stand til å gjennomføre øvelsene. Bassenget har 6 baner og holder 27 grader. Det vil bli elektronisk tidtaking og all informasjon om stevnet blir lagt ut på livetiming.medley.no (alternativt ltmobil.medley.no for håndholdte enheter). Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler.

Det vil være mulig å kjøpe mat, kaffe og diverse annet under stevnet. Vi tar imot betaling med kort, kontanter og vipps!

Stevneleder:

Kontaktperson for påmelding: Ina J. E. Kismul (91594077/ina.kismul@gmail.com)

**Påmelding sendes som
UNI_P-fil på e-post til
ina@astveit.no**

**Påmelding innen
søndag 15.10.23
kl. 23.59**

**Vi forbeholder oss
retten til
heatbegrensning og
eventuelt flytting av
starttidspunkter ved
stor deltakelse.**

**TIDSPUNKTER
(begge dager)
Innsvømming: 10:00
Stevnestart: 11:00
Lagledermøte: 10:00**

STARTKONTINGENT

Kr 100 for hele stevnet
(2012 og yngre)
Kr 75 pr individuell start
(2011 og eldre)
Kr 150 pr lag
(stafett)

1/3-premiering i klassene 2012
og eldre. Deltagerpremie til alle
t.o.m. 12år.

ØVELSESOPPSETT

	lørdag (11:00)		søndag (11:00)
1	100m fri damer	13	100m rygg herrer
2	100m fri herrer	14	100m rygg damer
3	50m fly damer	15	50m bryst herrer
4	50m fly herrer	16	50m bryst damer
5	100m IM damer	17	100m IM herrer
6	4x50m fri herrer	18	4x50m medley damer
7	4x50m fri damer	19	4x50m medley herrer
8	50m rygg herrer	20	50m fri damer
9	50m rygg damer	21	50m fri herrer
10	100m bryst herrer	22	100m fly damer
11	100m bryst damer	23	100m fly herrer
12	200m fri herrer	24	200m fri damer

Stafett:

Junior: 2010 og yngre

Senior: 2009 og eldre

Ved stor deltagelse vil det bli lagt inn 45 min pause:

Lørdag etter øvelse 5

Søndag etter øvelse 17



ÅSTVEIT
SVØMMEKLUBB
BERGEN

ecit