



**ÅSTVEIT
SVØMMEKLUBB
BERGEN**

Fredagsmedley #3 Bryst

08. september 2023

Åstveit Svømmeklubb inviterer til approbert stevne i Åstveithallen for jenter og gutter i årsklassene 2013 - 2008 og para. Stevnet arrangeres med NSF's godkjenning og går etter NSF's lover og regler.

Bassenget har 6 baner og holder ca. 27 grader. Det blir elektronisk tidtaking og all informasjon om stevnet blir lagt på livetiming.medley.no/ / ltmobil.medley.no.

Tidspunkt: Fredag 08.09.23 Innsvømming fra kl 17.30 Stevnestart kl 18.15

Lagledermøte: kl 17.30 (på klubbrommet kjelleren)

ØVELSER:
Øvelse 1. 100 m bryst, jenter 2013 og para (2013-2008)
Øvelse 2. 100 m bryst, gutter 2013 og para (2013-2008)
Øvelse 3. 200 m bryst, jenter 2008 -2012
Øvelse 4. 200 m bryst, gutter 2008- 2012

Premiering: Deltagerpremie for hele stevnet til alle t.o.m. 12 år. I årsklasse 2012 og eldre blir det 1/3 premiering.

Påmelding: Sendes via e-post til: ina@astveit.no

Påmeldingsasvarlig: Ina J. E. Kismul (ina@astveit.no)

Påmeldingsfrist: Torsdag 31.08.23 kl. 23.59
Etter anmelding mot dobbel startkontigent.

Ved stor deltakelse, kan det bli nødvendig med heatbegrensning.

Startkontigent: Kr 75,- pr start.
Startkontigent blir fakturert klubbene etter stevnet. Forbehold om heatbegrensninger.

Stevneleder: Nina Lerkerød Rasmussen (nhlrasmussen@outlook.com)

ecit