



**Med NSF sin godkjenning har vi gleden av å
invitere til**

**SPAREBANK 1 TELEMARКСVØM 2023,
30. September og 1. Oktober**

**Et samarbeide mellom SK Poseidon og
Sparebank 1**

Kjølnesbadet er 25 m, har **10 baner**, ferskvann og vanntemperatur på ca. 27° C. Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Det benyttes elektronisk tidtaking og ryggstartere under stevnet.

- ✓ Det blir stafetter.
- ✓ Overnatting på skole tilbys
- ✓ Det blir servert frokost, lunsj og middag i Porsgrunn Arena - buffet
- ✓ Vi tilbyr 400 Medley og 200 Butterfly, men kun i aldersgruppene 2010 og eldre.
- ✓ Vi har åpen kiosk, men tar IKKE kontanter. Kun vipps og kort
- ✓ Inn og utsvømming i bassenget, **8 baner til konkurranse**

Stevnet er åpent for følgende årsklasser:

Damer/jenter: 2014 til og med Senior.

Herrer/gutter: 2014 til og med Senior.

Tidsplan

Fredag 29.09.23:	Innsvømming: 18:00 – 20:00	
Lørdag 30.09.23:	Innsvømming: 07.30 – 08.45	Stevnestart: 09.00
Søndag 01.10.23:	Innsvømming: 07.30 – 08.45	Stevnestart: 09.00

Lagleder møte lørdag 07:30

Dommer møte lørdag og søndag 08:00

Ved stor deltagelse, forbeholder vi oss retten til å begrense deltagelsen i enkelte øvelser og endre ovennevnte tidspunkt. Dette gjelder for 2010 og eldre (13år og eldre)

Stevnekontoret i Kjølnesbadet vil være åpent fra fredag kl. 17, og til stevnets slutt på søndag.

Påmelding

Påmelding:

Vi vil benytte oss av NSF's tjenester i forbindelse med påmeldinger og bekreftelse av disse.

Påmelding i Stevnebørsens format innen 22.09.2023 kl. 24:00 til stevne@skposeidon.no, Rune Kristiansen, Tlf.: 406 17 861.

Etteranmelding i ledige baner godtas fortløpende mot dobbel startkontingent frem til 30 minutter før stevnestart hver økt lørdag og søndag. Dette faktureres etter stevnet.

Det oppfordres til å bruke **Itmobil.medley.no** til strykninger. Hver klubb får tildelt passord i egne konvolutter som utleveres i sekretariatet.

Bruk vedlagte påmelding - og bestillings skjema i tillegg til elektronisk format.

Arrangøren oppfordrer alle som ikke har oppnådd tid siste 12 mnd. til å melde på med stipulert tid slik GE19.1.5 i generelle regler for idretten gir anledning til.

Startkontingent:

Kr. 100,- pr. individuell start, kr. 200,- pr. lag. Årsklasse 2014/2013 betaler kr 100,- uansett antall øvelser.

Startkontingenten og betaling for overnatting og mat faktureres på egen faktura i etterkant av stevnet.

Premiering

Det er 1/3 premiering (premiekort fra TYR) i alle klasser unntatt 2013 og 2014.

I årsklasse 2011 - 2014 er det deltagerpremie til alle.

Bestemannspremie for høyeste oppnådd poengsum i en øvelse til en gutt og jente (unntatt årsklasse 2013 og 2014) lørdag og søndag etter FINA siste poengtabell. Årsklassen for bestemannspremiene trekkes på lagledermøtet.

Det deles ut egen bestemannspremie for høyeste oppnådd poengsum i en øvelse til beste gutt og beste jente i årsklasse 2007 (FINA – siste poengtabell). Premien er gitt av TTG – Telemark Toppidrettsgymnas – gavekort fra TYR à kr. 1000,-

Stafetter:

De tre beste lagene på hver øvelse premieres med medaljer. Kun en klasse.

4 x 50m	Medley, lørdag
4x 100m	Fri mixed lørdag
4x100m	Fri, søndag
4x100m	Medley Mixed, søndag

PENGEPREMIER TIL DE BESTE KLUBBENE:

Det vil bli pengepremie til de 3 beste klubbene under stevnet. Poeng for hver øvelse i hver klasse gis etter FINA 2021

PREMIERING KLUBB Telemarksvøm 2023

Beste klubb	kr. 1000,-
Nr. 2	kr. 750,-
Nr. 3	kr. 500,-



Øvelsesutvalg

Generelt

Startlister, heatlister og resultatlister legges ut på internett, <http://www.livetimeing.no>
Klubbene får utdelt informasjon, lister og billetter o.l. ved ankomst.

ØVELSESOPPSETT LØRDAG

FORMIDDAG KLOKKEN 09:00

- Øvelse 1: 400m Medley Damer
- Øvelse 2: 400m Fri Herr
- Øvelse 3: 200m B. fly Damer
- Øvelse 4: 50m Bryst Herr
- Øvelse 5: 50m Fri Damer
- Øvelse 6: 200m Rygg Herr
- Øvelse 7: 100m Fri Damer
- Øvelse 8: 50m B. fly Herr

PAUSE

ETTERMIDDAG KLOKKEN 13:00 (AVHENGIG AV DELTAGELSE)

- Øvelse 9: 50 rygg Damer
- Øvelse 10: 200m Bryst Herr
- Øvelse 11: 200m Medley Damer
- Øvelse 12: 100m Rygg Herr
- Øvelse 13: 100m B. fly Damer
- Øvelse 14: 50m Fri Herr
- Øvelse 15: 100m Bryst Damer
- Øvelse 16: 100m Medley Herr

PAUSE 15 minutter

STAFETTER

- Øvelse 17: 4x50 m Medley damer
- Øvelse 18: 4x50 m Medley herrer
- Øvelse 19: 4x100 Fri Mixed



ØVELSESOPPSETT SØNDAG

FORMIDDAG KLOKKEN 09:00

- Øvelse 20: 400m Medley Herrer
- Øvelse 21: 400m Fri Damer
- Øvelse 22: 200m B. fly Herrer
- Øvelse 23: 50m Bryst Damer
- Øvelse 24: 50m Rygg Herrer
- Øvelse 25: 200m Rygg Damer
- Øvelse 26: 100m Fri Herrer
- Øvelse 27: 50m B. fly Damer

PAUSE

ETTERMIDDAG KLOKKEN 13:00 (AVHENGIG AV DELTAGELSE)

- Øvelse 28: 200m Fri Herrer
- Øvelse 29: 200m Bryst Damer
- Øvelse 30: 100m B. fly Herrer
- Øvelse 31: 100m Rygg Damer
- Øvelse 32: 200m Medley Herrer
- Øvelse 33: 200m Fri Damer
- Øvelse 34: 100m Bryst Herrer
- Øvelse 35: 100m Medley Damer

PAUSE 15 MINUTTER

STAFETTER

- Øvelse 36: 4x100 m fri herrer
- Øvelse 37: 4x100 m fri damer
- Øvelse 38: 4x100 m medley Mixed



Overnatting og måltider

SK Poseidon tilbyr overnatting i gangavstand til svømmehallen (ca. 5 min gange). Overnatting tilbys på Porsgrunn vgs. Alle måltider blir servert i Porsgrunn Arena.

Rom blir anvist ved ankomst skolene etter kl 17:00 fredag. Klubbene må oppgi navn på en myndig person som kan være romansvarlig. Romansvarlig leverer overnattingslister for respektiv klubb med navn og romnummer for de som overnatter og leverer denne til vaktten.

Ved avreise skal klubbene rydde og fjerner sine eiendeler fra skolen, før 12:00 søndag. Pultene settes tilbake slik det var ved ankomst. Vakt og klubbens romansvarlig signerer utsjekksliste. Ved mangelfull rydding eller skader/ødeleggelser vil kostnadene bli belastet aktuell klubb.

Det tilbys følgende overnattinger og måltider:

Overnatting på skole: fredag til søndag

Måltider: Middag fredag og lørdag, frokost lørdag og søndag, lunsj lørdag og søndag.

Lørdag kveld serverer vi som alltid TACO.

Vi serverer glutenfri mat til hvert måltid. Andre allergier bes meldes inn ved bestilling, men vi kan dessverre ikke ta imot peanøtt allergier!

Priser:

Overnatting på skole:	180 kr pr. person pr. natt
Frokost:	70 kr
Lunsj:	95 kr
Middag:	150 kr

Kontaktpersoner:

Stevnet:	Rune Kristiansen	Tlf. 406 17 861	rukr369@gmail.com
Overnatting:	Rune Kristiansen	Tlf. 406 17 861	rukr369@gmail.com

Påmelding og bestillings skjema:

Klubb:

Lagleder:

Kontaktperson:

E-post: Tlf.:

Påmelding:

Individuelle starter (2012 - senior)	stk. á kr. 100,-	kr:
Stafetter	stk. á kr. 200,-	kr:
Individuelle starter 2013/2014:	stk (personer) á 100,-	kr:

Bestilling av overnatting og/eller mats servering:

Overnatting på skole, fredag/lørdag	stk á kr. 180	kr:
Middag fredag	stk á kr. 150	kr:
Frokost lørdag	stk á kr. 70	kr:
Lunsj lørdag	stk á kr. 95	kr:
Middag lørdag kveld	stk á kr. 150	kr:
Overnatting på skole, lørdag/søndag	stk á kr. 180	kr:
Frokost søndag	stk á kr. 70	kr:
Lunsj søndag	stk á kr.95	kr:

Sum **kr:**

Vennligst bruk dette oppsettet. Bestillingen sendes sammen med påmeldingen til SK Poseidon, stevne@skposeidon.no; innen 22.09.2023 23:59!



Svømmeklubben Poseidon og SPAREBANK1

ønsker vel møtt til

TELEMARKSVØM

