

Svømmeklubbene,
Norges Svømmeforbund,
Akershus Svømmekrets.

Triton Open våren 2024

Approbert stevne lørdag til søndag 27. - 28. april 2024

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, har Triton gleden av å invitere svømmere **født 2015 og tidligere** til Triton Open våren 2024.

Stevnet vil foregå i Skjetten svømmehall, Skjettenveien 78 a, 2013 Skjetten.

Bassenget har 6 baner (med bredde 2,00m), er 25 m langt, har kloret ferskvann og har vanntemperatur på ca. 27 grader. Svømmehallen er utstyrt med Omega startpaller. Vi vil gjøre vårt beste for å skape god stemning og en fin sportslig ramme rundt stevnet.

TIDSPLAN:

	Lørdag/søndag:
Innsvømming	09:00 – 10:15
Stevnestart	10:30

ØVELSESUTVALG:

Se stevneoppsett på siste side.

PREMIERING:

1/3 premiering til årsklassene 2013 og eldre. Deltakerpremie til klassen 2012-15. På stafettene gis det premie til 1., 2. og 3.plass.

Premiering av dagens svømmer:

Trener / lagleder fra hver klubb nominerer en gutt og en jente innen 30min før stevneslutt. Nomineringen leveres til speaker med en kort begrunnelse. Speakeren vil trekke en gutt og en jente blant alle nominasjoner. Den heldige vil få en overraskelse overrakt.

Finaler:

Det svømmes finaler i distansene 50 meter fri og 50 meter rygg i ulike aldersgrupper. Det vil være innmarsj av finaleheatene med presentasjon av den enkelte svømmer før de respektive finalene. Mer informasjon om de ulike finalene vil bli lagt ut på livetiming.

STARTKONTINGENT:

Kr. 100,- pr. individuell start, kr. 200,- pr. lag i stafettene.

Etteranmelding godtas mot dobbel startkontingent hvis stevneledelsen anser at det er plass.



LILLESTRØM SVØMME- OG TRIATLONKLUBB

For svømmere født 2014-15 betales kun kr 100,- uansett antall starter.

Startkontingent faktureres i etterkant av stevnet. Send e-postadresse for faktura sammen med påmelding.

PÅMELDING OG HEATBEGRENSNING:

Påmelding sendes fortrinnsvis i Prima-format (Stevnebørsen, Victoria) til svomming@tritonlillestrom.no innen **onsdag den 17.april 2024 kl.24.00**. Påmeldinger (også etteranmeldinger) skal sendes fra klubbens påmeldingsansvarlige, individuelle påmeldinger fra svømmere eller foreldre bør unngås. Alle påmeldinger kvitteres med e-post. Får man ikke svar er sannsynligvis påmeldingen ikke mottatt. Etteranmelding meldes (til og med dagen før stevnet) til svomming@tritonlillestrom.no, prioriteres i den rekkefølgen de mottas, og tas med hvis stevneledelsen anser at det er plass. Rangerte startlister og tidsskjema legges ut på www.livetiming.no etter utløpet av påmeldingsfristen, og oppdateres ved behov.

Vi oppfordrer til at alle meldes på med tid. Hvis offisiell tid fra approbert stevne finnes skal denne oppgis, hvis ikke benyttes stipulert tid slik G22A6 gir anledning til. På 200-, 400- og 800-meterne er påmeldingstid obligatorisk. Påmelding uten tid på disse øvelsene kan bli avvist. Av hensyn til forsvarlig stevneavvikling forbeholder vi oss rett til å begrense antall heat. Eventuell heatbegrensning, strykning av øvelse og/eller forskyvning av starttidspunkt for hver avdeling blir avgjort etter utløpet av påmeldingsfristen. Informasjon om dette blir lagt ut på [livetiming.no](http://www.livetiming.no), og berørte klubber/svømmere vil bli kontaktet.

LAGLEDERMØTE, STRYKNINGER OG LAGOPPSETT

Det vil ikke bli avholdt lagledermøte. Stevneledere er Kristin og Bård Ålovrsrud, og de vil ta imot alle lagledere når de kommer, dele ut stevneoppsette og ellers være tilgjengelige for spørsmål og henvendelser under hele stevnet. Strykninger skal gjøres av klubbene selv på www.livetiming.no (eller på sidene tilpasset for mobile enheter på ltmobil.medley.no).

Klubbene får tilsendt passord for tilgang til tjenesten etter utløpet av påmeldingsfristen.

For å effektivisere stevneavviklingen og unngå halvfulle heat oppfordrer vi klubbene og svømmerne til å melde inn strykninger så tidlig som mulig.

SPØRSMÅL:

Kristin Ålovrsrud, epost:: kristin116@hotmail.com , telefonnummer:97763800

KAFETERIA:

Triton vil ha kafeteria med salg av kaffe, kald drikke, frukt, snacks, bakevarer og varmmat under stevnet.

INNGANG og PARKERING

Det koster 60 kroner i inngang for voksne. Barn under 16 år er gratis.

Det er gratis parkering ved siden av svømmehallen.

Lørdag 27.april

Øvelse 1	50 fri forsøk – menn	Øvelse 2	50 fri forsøk– kvinner
Øvelse 3	4x50 fri – menn	Øvelse 4	4x50 fri – kvinner
Øvelse 5	100 IM – menn	Øvelse 6	100 IM – kvinner
Øvelse 7	50 bryst – menn	Øvelse 8	50 bryst – kvinner
Øvelse 9	100 rygg – menn	Øvelse 10	100 rygg – kvinner
Premieutdeling for stafetter		Premieutdeling for stafetter	
Øvelse 11	50 fri finaler – menn	Øvelse 12	50 fri finaler – kvinner
Premieutdeling for 50 fri finale + dagens svømmer		Premieutdeling for 50 fri finale + dagens svømmer	

Søndag 28.april

Øvelse 13	50 rygg forsøk – menn	Øvelse 14	50 rygg forsøk – kvinner
Øvelse 15	4x50 medley – menn	Øvelse 16	4x50 medley – kvinner
Øvelse 17	50 butterfly – menn	Øvelse 18	50 butterfly – kvinner
Øvelse 19	100 bryst – menn	Øvelse 20	100 bryst – kvinner
Øvelse 21	100 fri – menn	Øvelse 22	100 fri – kvinner
Premieutdeling for stafetter		Premieutdeling for stafetter	
Øvelse 23	50 rygg finale – menn	Øvelse 24	50 rygg finale – kvinner
Premieutdeling for 50 rygg finale + dagens svømmer		Premieutdeling for 50 rygg finale + dagens svømmer	