



## Innbydelse til Vårmønstringen 27. april 2024

Med godkjenning av NSF og etter NSFs lover og regler inviterer Vestbyen IL svømming Trondheim til **Vårmønstringen 2024** i Husebybadet. Husebybadet er 25 m. langt, har seks baner med antiwave bandedelere. Bassenget har ferskvann som holder ca. 27-28 °C. Det vil bli benyttet elektronisk tidtaking.

<b>REKRUTT STEVNET</b>	
<b>Stevnestart</b>	<b>kl. 10.45</b>
<b>Innsvømming og Lagledermøte</b>	<b>kl. 10.00</b>
<b>JUNIORSTEVNET</b>	
<b>Stevnestart</b>	<b>kl. 13.15</b>
<b>Innsvømming og Lagledermøte</b>	<b>Kl. 12.30</b>
<b>Dommermøte</b>	<b>Kl. 12.45</b>

Øvelser rekruttstevnet:

Øv 1. 25 m b.fly, gutter og jenter
Øv 2. 50 m rygg, gutter og jenter
Øv 3. 50 m bryst, gutter og jenter
Øv 4. 50 m fri, gutter og jenter
Øv 5. 4*50 fri (mix)

Øvelser juniorstevnet:

<b>Herrer</b>	<b>Damer</b>
Øv 1. 200 m IM herrer	Øv 2. 200 m IM damer
Øv 3. 50 m fri herrer	Øv 4. 50 m fri damer
Øv 5. 100 m b.fly herrer	Øv 6. 100 m b.fly damer
Øv 7. 200 m fri herrer	Øv 8. 200 m fri damer
<b>PAUSE 30 min etter øvelse 8</b>	
<b>Øv 9. 4x50 m medley mix-stafett</b>	
Øv 10. 100 m rygg herrer	Øv 11. 100 m rygg damer
Øv 12. 50 m bryst herrer	Øv 13. 50 m bryst damer
Øv 14. 50 m b.fly herrer	Øv 15. 50 m b.fly damer
Øv 16. 800 m fri herrer*	Øv 17. 800 m fri damer*

\*Det blir heatbegrensning for øvelse 16 og 17, tre heat pr. øvelse. Under øvelse 9, 10 og 11 kan det benyttes ryggstartere om ønskelig.

**Premiering:** Det konkurreres i klassene senior og hver årsklasse for junior. Det er 1/3 premiering i alle øvelser. Årsklasse 2012 og 2013 premieres med en deltakerpremie i tillegg til 1/3 premiering. Årsklasse 2014 og 2015 premieres kun med deltakerpremie. Rekrutter premieres med en deltakerpremie. Svømmere med funksjonsnedsettelse premieres etter årsklasse og HC-klasse.

### **Påmelding**

Påmeldingen skal være elektronisk, UNI\_P.txt format og komme samlet fra hver klubb. Stevneoppsettet lastes ned fra medley.no. Påmeldingen sendes til [pamelding@vestbyentrondheim.no](mailto:pamelding@vestbyentrondheim.no), innen 18. april. Merk filen med Vårmønstringen 2024\_klubbens navn.

Årsklasse 2014 og 2015 kan delta på approbert stevnet og betaler kr 100 uansett antall øvelser. Startkontingent for øvrige svømmere er kr. 100 pr. øvelse. Etteranmelding godtas dersom det er ledig plass i heatene, kr. 200 pr. øvelse. Lagstarter kr. 200. Rekrutter betaler kr. 100 uansett antall øvelser.

**VESTBYEN IL SVØMMING ØNSKER ALLE VELKOMMEN TIL HUSEBYBADET!**