



FRISINN SPORTSKLUBB - SVØMMEGRUPPEN

Invitasjon til JULESPRINTEN 2024

**ÅPENT STEVNE I STAVANGER SVØMMEHALL,
Søndag 1. desember**

Til: Svømmeklubbene

Stavanger 05.11.24

Stavanger Svømmehall

Med NSF's godkjenning og etter NSF's lover og regler har vi gleden av å invitere svømmere født i 2015 og eldre, inkludert masters og funksjonshemmede til årets julesprint i Stavanger svømmehall.

Sted: Stavanger Svømmehall, Lars Hertevigs gate, 4005 Stavanger

Dato: Søndag 1. desember 2024

Innsvømming: Kl. 08.00 – 09.25
(Påmeldte klubber får tildelt tidspunkt for innsvømming ut ifra antall påmeldte)

Lagledermøte: Kl. 08.15

Stevnestart: Kl. 09.30

Pause: etter øvelse 7

Øvelser:

| | | | |
|----|---|----|------------------------|
| 1 | 25m fri jenter | 2 | 25m fri gutter |
| 3 | 50m bryst jenter | 4 | 50m bryst gutter |
| 5 | 50m butterfly jenter | 6 | 50m butterfly gutter |
| 7 | 100m ind medley jenter | 8 | 100m ind medley gutter |
| 9 | 50m rygg jenter | 10 | 50m rygg gutter |
| 11 | 50m fri jenter | 12 | 50m fri gutter |
| 12 | 8 x 50m fri mix stafett (max 4 gutter på hvert lag) | | |

| | |
|-------------------------|--|
| Om øvelse 1 og 2 | Øvelse 1 og 2 gjennomføres rett etter innsvømming før stevnet formelt starter. I denne øvelsen utdeles det i tillegg til vanlig premiering i årsklassene også en vandrepokal til den raskeste svømmer uansett alder. Det er en vandrepokal for hvert kjønn. Vi oppfordrer også trenere til å stille på denne øvelsen. |
| Basseng | Bassenget er 25 meter, kloret ferskvann, har 6 baner og holder en vanntemperatur på 28 grader. Det er elektronisk tidtaking og bølgebrytende baneskiller. Stevnet gjennomføres uten manuell tidtaking og ved en eventuell svikt i det elektroniske tidtakersystemet, vil svømmerne få mulighet til å svømme øvelsen på nytt. |
| Publikum | Stevnet åpner for publikum på tribunen. |
| Stevneleder | Stevneleder er Trygve Soland, 948 82 083 og generelle spørsmål kan rettes hit. |
| Påmelding | Elektronisk påmelding ved bruk av UNI_P filer (PRIMA format) sendes pr. e-post til pamelding@rogsk.no . "Arrangøren oppfordrer alle som ikke har oppnådd tid siste 12 mnd. til å melde på med stipulert tid slik §G22A6 i generelle regler for idretten gir |

| | |
|------------------|--|
| | <p>anledning til"</p> <p>Etterpåmelding er tillatt dersom det er ledige baner, ta direkte kontakt med tidtakersjef for tildeling av heat og bane. NB Dobbel startavgift</p> <p>Strykninger utføres elektronisk av lagleder på livetiming.medley.no eller ltmobil.medley.no.</p> <p>Påmeldingsfrist er tirsdag 26. november 2024</p> |
| Klasser | <p>Alle årsklasser f.o.m. 2015 t.o.m. senior, masters og funksjonshemmede.</p> <p>Premiering:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1/3 premiering for årsklasser 2013 og eldre • deltakerpremie for årsklasser 2012 og yngre • Viktig info for 2015 årsklassen: <ul style="list-style-type: none"> - På Svømmetinget april 2016 ble det åpnet opp for at 9 års klassen kan starte på approberte stevner. Trenere og lagledere bør ikke melder på utøvere i 2015-klassen som ikke har full kontroll på svømmeregler eller mangler andre svømmetekniske ferdigheter. Svømmernes første stevne skal være en positiv opplevelse – det blir det ikke om utøver har problemer med å svømme distansen på grunn av manglende ferdigheter eller blir disket av andre årsaker |
| Betaling | <p>Startavgift:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kr. 100,- i startkontingent pr. individuell øvelse. - kr. 200,- i startkontingent pr lag - kr. 100,- i startkontingent pr. deltaker (klasse 2014/2015) - Etterpåmeldinger faktureres med dobbel startkontingent, kr. 200,- for individuelle øvelser <p>Betaling av startkontingent gjøres til</p> <ul style="list-style-type: none"> - Frisinn Svømmegruppe v/kasserer - Konto nr: 3201 13 35461 - Frist for betaling er 29. november 2024 |
| Tidtaking | <p>Elektronisk tidtaking med live oppdatering på http://livetiming.medley.no og http://ltmobil.medley.no (for nettbrett og mobil). Stevneresultater kan lastes ned fra http://livetiming.medley.no.</p> |
| Kiosk | <p>Det vil være kiosk under stevnet. Foretrukket betalingsmiddel er Vipps #110015</p> |

HJERTELIG VELKOMMEN TIL JULESPRINTEN 2024

