



LÅMØ KVALIK VEST 2024

17. – 18.02.24

Arna SLK inviterer til LÅMØ-kvalifiseringsstevne i Slåtthaughallen.

Stevnet er åpent for gutter og jenter, samt parasvømmere, i aldersklassene 2013 – 2008 (11-16 år)

Stevnet blir avviklet etter NSF's lover og regler. Bassenget har 6 baner med bølgebrytende baneskillere, er 25m langt og holder ca. 27 grader. Det er elektronisk tidtaking.

Startkontingent kr. 75,- pr. individuelle start.

1/3 premiering for alle årsklasser samt deltakerpremie til alle født 2012 og 2013.

Program begge dager:

Innsømming kl. 08:30

Stevnestart kl. 09:30

Lagledermøte kl. 08:45

Ved stor deltakelse vil det bli lagt inn pause i programmet. Dette blir opplyst i tidsskjema.

Lørdag 17.02.24	Søndag 18.02.24
Øvelse 1: 100m IM – gutter (2013 + para)	Øvelse 11: 100m IM – jenter (2013 + para)
Øvelse 2: 200m IM – gutter	Øvelse 12: 200m IM – jenter
Øvelse 3: 200m fri – jenter (2013 + para)	Øvelse 13: 200m fri – gutter (2013 + para)
Øvelse 4: 400m fri- jenter	Øvelse 14: 400m fri - gutter
Øvelse 5: 100m bryst – gutter (2013 + para)	Øvelse 15: 100m bryst – jenter (2013 + para)
Øvelse 6: 200m bryst – gutter	Øvelse 16: 200m bryst – jenter
Øvelse 7: 100m rygg – jenter (2013 + para)	Øvelse 17: 100m rygg – gutter (2013 + para)
Øvelse 8: 200m rygg – jenter	Øvelse 18: 200m rygg – gutter
Øvelse 9: 50m butterfly – gutter (2013 + para)	Øvelse 19: 50m butterfly – jenter (2013 + para)
Øvelse 10: 100m butterfly - gutter	Øvelse 20: 100m butterfly - jenter

Påmeldingsfrist: onsdag 7.februar 2024

Etteranmelding mot dobbel startkontingent dersom plass i heat ift. tidsskjema.

Påmelding sendes som uni_p-fil på mail via medley.no til Linn Midtun - Linmalen@hotmail.com.

Spørsmål om påmelding sendes til samme e-post eller tlf. 41640525

Startkontingent faktureres i etterkant av stevnet, oppgi e-post for faktura ved påmelding.

Stevneleder: Thomas Midtun, thomas.midtun@eviny.no - 908 39 177