Fredagsmedley på en lørdag #5 FRI 13. januar 2024

Åstveit Svømmeklubb inviterer til approbert stevne i Åstveithallen for jenter og gutter i årsklassene 2014 til 2008 og parasvømmere. Stevnet arrangeres med NSF's godkjenning og går etter NSF's lover og regler.

Bassenget har 6 baner og holder ca. 27 grader. Det blir elektronisk tidtaking og all informasjon om stevnet blir lagt på livetiming.medley.no/ ltmobil.medley.no.

Tidspunkt:	**Lørdag 13.01.24**	**Innsvømming: kl 16.00** **Stevnestart: kl 16.40**
Lagledermøte:	**kl 16.05** (i kjelleren)	
ØVELSER:	Øvelse 1. 200 m fri, jenter 2013 – 2014 og para Øvelse 2. 200 m fri, gutter 2013 – 2014 og para Øvelse 3. 400 m fri, jenter 2008 – 2012 Øvelse 4. 400 m fri, gutter 2008 – 2012	
Premiering:	Deltagerpremie for hele stevnet til alle t.o.m. 12 år. I årsklasse 2013 og eldre blir det 1/3 premiering.	
Påmelding:	Sendes via e-post til: ina@astveit.no	
Påmeldingsfrist:	Søndag 07.01.24 kl 23.59	
Startkontingent:	Kr 75,- pr start. Startkontingent blir fakturert klubbene etter stevnet.	

Stevneleder: Andreas Mikkelsen (kong.mikkelsen@gmail.com) tlf. 414 27 990
Kontaktperson for påmelding: Ina J. E. Kismul (ina.kismul@gmail.com) tlf. 915 94 077