



## SLOTTSFJELL OPEN SPEEDO CUP

**1. - 3. november 2024**

Med NSFs godkjenning, og i henhold til NSFs lover og regler, har Tønsberg Svømmeklubb gleden av å invitere til Slottsfjell Open Speedo Cup.

Konkurransen arrangeres i Tønsberg Svømmehall, Wilhelm Wilhelmsens vei 1, 3112 TØNSBERG.

Bassenget er 25 meter langt, har 5 baner og temperaturen i bassenget er ca. 28°C, kloret vann.

Konkurransen kan følges på <https://livetiming.medley.no/stevnedetaljer.aspx?stevnenr=4866>.  
Veiledende tidskjema blir også lagt ut her.

Fredag: Innsvømming kl. 16.30 – 17.15, konkurransestart kl. 17.30

Lørdag: Innsvømming kl. 09.00 – 09.45, lagledermøte kl. 09.00, konkurransestart kl. 10.00  
Finaleøkt starter 1 time etter øvelse 18 er ferdig.

Søndag: Innsvømming kl. 08.00 – 08.45, konkurransestart kl. 09.00

*Vi tar forbehold om endring av starttidspunkter. Ved stor påmelding kan det være vi må dele i to avdelinger, yngre og eldre utøvere. Dette vil bli medelt på livetiming etter påmeldingsfristens utløp.*

Det vil det være tilgang til inn- og utsvømmingsbasseng i nedre basseng (25 m, uten startpaller) lørdag og søndag, i mens konkurransen pågår.

Det benyttes elektronisk tidtaking med livetiming under stevnet.

Det benyttes ryggstartere på ryggøvelser.

Stevnet gjennomføres med hengende start.

### Klasseinndeling:

Stevnet er åpent for følgende årsklasser:

Damer/jenter/parasvømmere: 2015 til og med Senior

Herrer/gutter/parasvømmere: 2015 til og med Senior

### Påmelding

Påmeldingsfrist 18. oktober 2024 kl. 23.59

Påmelding sendes på standardformat (uni\_p.txt) til: [stevner@tonsbergsvommeklubb.no](mailto:stevner@tonsbergsvommeklubb.no). Alle påmeldinger bekreftes ved e-post.

Vi oppfordrer alle som ikke har oppnådd tider siste 12 mnd. til å melde seg på med stipulert tider (ref GE 19. pkt 1 5)

Etteranmelding er mulig frem til 1 time før stevnestart alle dager ved ledig plass i heat.  
Etteranmeldinger prioriteres i mottatt rekkefølge pr e-post til [stevner@tonsbsbergsvommeklubb.no](mailto:stevner@tonsbsbergsvommeklubb.no)

### Heatbegrensning

Arrangør tar forbehold om heatbegrensning i enkeltøvelser, stryke øvelser eller årsklasser, dersom det ikke lar seg gjøre å gjennomføre stevnet innenfor en forsvarlig stevneavvikling.

### Startkontingent

Kr. 100, pr. Individuelle start, kr. 200,- pr lagstart  
Dobbel startkontingent ved etteranmelding.

Kr. 100,- uavhengig av antall starter for årsklasse 2014 og 2015  
Startkontingent faktureres klubben etterskuddsvis. Faktura sendes til e-post påmelding kom fra, dersom annet ikke er oppgitt.

### Premiering

- Deltakerpremie til alle (hentes samlet pr klubb)
- 1/3 premiering til alle årsklasser med unntak av klasse 2014 og 2015.
- For stafetter er det premie til de tre beste lagene.
- Blant alle deltakerne blir det trukket ut 5 gutter og 5 jenter som får en badebuske/badedrakt hver.
- Vinnere av Speedo Challenge blir premiert med gavekort á kr. 1000,-.
- Det blir kr 20 000,- i premie til beste klubb etter at alle fire Speedo Cup stevner er avholdt i løpet av 2024.

NB! Premier som ikke blir hentet ut under stevnet tilfaller arrangørklubben.

### Lagledermøte

Lagledermøte holdes lørdag klokka 09.00 i klubbrommet i kjelleren. Strykninger og registrering av stafettlag gjøres av klubbene selv på [ltmobil.medley.no](http://ltmobil.medley.no). Klubbene får tilsendt passord etter utløpt påmeldingsfrist.

### Kontaktpersoner

Konkurransелеder: Jørgen Schüren, e-post, mobil: 907 42 507  
Sekretariat: Brit W. Nakken, [brit@tonsbergsvommeklubb.no](mailto:brit@tonsbergsvommeklubb.no), mobil 948 71 975

### Kafeteria

Vi vil ha kafeteria med salg av mat og drikke under hele stevnet.

### XO sport

XO-sport har stand i svømmehallen hele helgen. De har ett godt utvalg av svømmeutstyr.

### Overnatting

Se eget skriv

## Øvelsesoppsett

Fredag 1. november

Øvelse 1	400 m fri jenter	Øvelse 2	400 m fri gutter
Øvelse 3	400 m medley jenter	Øvelse 4	400 m medley gutter
Øvelse 5	200 m butterfly jenter	Øvelse 6	200 m butterfly gutter

Lørdag 2. november

Øvelse 7	100 m bryst jenter	Øvelse 8	100 m bryst gutter
Øvelse 9	50 m rygg jenter	Øvelse 10	50 m rygg gutter
Øvelse 11	50 m butterfly jenter	Øvelse 12	50 m butterfly gutter
Øvelse 13	100 m individuell medley jenter	Øvelse 14	100 m individuell medley gutter
Øvelse 15	50 m fri jenter	Øvelse 16	50 m fri gutter
Øvelse 17	800 m fri jenter	Øvelse 18	800 m fri gutter

### Finaleøkt lørdag

Finaleøvelser: 100 m bryst, 50 m rygg, 50 m butterfly

Kvalifiserte fra formiddagens økter kommer til finale på lørdag kveld. Det svømmes finaler i fire aldersgrupper:

2013-2012

2011-2010

2009-2008

2007 og eldre

Finaleøkten avsluttes med Speedo Challenge utslagscup, 50 m fri, for gutter og jenter fordelt i to aldersgrupper, 2013-2010 og 2009 o.e.

Utslagscupen svømmes i fire omganger som starter med fullt heat hvor en faller fra for hver omgang.

### Søndag 3. november – avdeling 4

Øvelse 19	100 m fri jenter	Øvelse 20	100 m fri gutter
Øvelse 21	200 m bryst jenter	Øvelse 22	200 m bryst gutter
Øvelse 23	200 m rygg jenter	Øvelse 24	200 m rygg gutter
Øvelse 25	4 x 50 m fri mix 2010 o.y	Øvelse 26	4 x 50 m fri mix 2009 o.e
Øvelse 27	100 m butterfly jenter	Øvelse 28	100 m butterfly gutter
Øvelse 29	50 m bryst jenter	Øvelse 30	50 m bryst gutter
Øvelse 31	200 m individuell medley jenter	Øvelse 32	200 m individuell medley gutter
Øvelse 33	4x50 lag medley jenter	Øvelse 34	4x50 mlag medley gutter

