

Svømmeklubbene,
Norges Svømmeforbund,
Akershus Svømmekrets.

STRØMMEN SPAREBANK CUP 2

Approbert stevne søndag 17.november 2024

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, har Triton gleden av å invitere svømmere **født 2015 og tidligere** til **Sparebankcup 2**.

Stevnet vil foregå i Skjetten svømmehall, Skjettenveien 78 a, 2013 Skjetten.

Bassenget har 6 baner (med bredde 2,00m), er 25 m langt, har kloret ferskvann og har vanntemperatur på ca. 27 grader. Svømmehallen er utstyrt med Omega startpaller. Vi vil gjøre vårt beste for å skape god stemning og en fin sportslig ramme rundt stevnet.

TIDSPLAN:

| | søndag: |
|--------------------|---------|
| | |
| Innsvømming | 13:00 |
| Stevnestart | 14:00 |

ØVELSESUTVALG:

Se stevneoppsett på siste side.

PREMIERING:

1/3 premiering til årsklassene 2013 og eldre. Deltakerpremie til klassen 2012-15. På stafettene gis det premie til 1., 2. og 3.plass.

STARTKONTINGENT:

Kr. 100,- pr. individuell start, kr. 200,- pr. lag i stafettene.

Etteranmelding godtas mot dobbel startkontingent hvis stevneledelsen anser at det er plass.

For svømmere født 2014-15 betales kun kr 100,- uansett antall starter.

Startkontingent faktureres i etterkant av stevnet. Send e-postadresse for faktura sammen med påmelding.

PÅMELDING OG HEATBEGRENSNING:

Påmelding sendes fortrinnsvis i Prima-format (Stevnebørsen, Victoria) til stevne@tritonlillestrom.no innen **onsdag den 7. november 2024 kl.24.00**. Påmeldinger (også etteranmeldinger) skal sendes fra klubbens påmeldingsansvarlige, individuelle påmeldinger fra svømmere eller foreldre bør unngås. Alle påmeldinger kvitteres med e-post. Får man ikke svar er sannsynligvis påmeldingen ikke mottatt.



Etteranmelding meldes (til og med dagen før stevnet) til stevne@tritonlillestrom.no, prioriteres i den rekkefølgen de mottas, og tas med hvis stevneledelsen anser at det er plass. Rangerte startlister og tidsskjema legges ut på www.livetiming.no etter utløpet av påmeldingsfristen, og oppdateres ved behov.

Vi oppfordrer alle som ikke har oppnådd tid siste 12 mnd. til å melde på med stipulert tid. På 200, 400, 800 og 1500 meterne er påmeldingstid obligatorisk. Påmelding uten tid på disse øvelsene kan bli avvist. Av hensyn til forsvarlig stevneavvikling forbeholder vi oss rett til å begrense antall heat eller justere klasseinndelingen. Eventuell strykning av øvelse og/eller forskyvning av starttidspunkt blir avgjort etter utløpet av påmeldingsfristen. Informasjon om dette blir lagt ut på livetiming.no, og berørte klubber/svømmere vil bli kontaktet.

LAGLEDERMØTE, STRYKNINGER OG LAGOPPSETT

Det vil ikke bli avholdt lagledermøte. Stevneleder vil ta imot alle lagledere når de kommer, dele ut stevneoppsett og ellers være tilgjengelige for spørsmål og henvendelser under hele stevnet. Strykninger skal gjøres av klubbene selv på www.livetiming.no (eller på sidene tilpasset for mobile enheter på ltmobil.medley.no).

Klubbene får tilsendt passord for tilgang til tjenesten etter utløpet av påmeldingsfristen.

For å effektivisere stevneavviklingen og unngå halvfulle heat oppfordrer vi klubbene og svømmerne til å melde inn strykninger så tidlig som mulig.

KAFETERIA:

Triton vil ha kafeteria med salg av kaffe, kald drikke, frukt, snacks, bakevarer og varmmat under stevnet.

INNGANG

Det koster 60 kroner i inngang for voksne. Barn under 16 år er gratis.

PARKERING

Det er svært begrenset med parkering ved siden av svømmehallen på grunn av utbygging på Skjetten skole.

SALG AV SVØMMEUTSTYR

XO-sport vil ha utsalg av svømmeutstyr i kjelleren under stevnet.

SPØRSMÅL:

Kristin Ålovsrud, epost:: kristin116@hotmail.com , telefonnummer:97763800

Øvelsesutvalg 17.11.2024

| | | |
|--------------|--|---------------|
| Øvelse 1/2 | | 200 bryst |
| Øvelse 3/4 | | 100 bryst |
| Øvelse 5/6 | | 50 bryst |
| Øvelse 7/8 | | 200 medley |
| Øvelse 9/10 | | 100 medley |
| Øvelse 11/12 | | 4x50 fri |
| Øvelse 13/14 | | 200 butterfly |
| Øvelse 15/16 | | 100 butterfly |
| Øvelse 17/18 | | 50 butterfly |
| Øvelse 19/20 | | 25 kick |