



# Invitasjon til Speed Open på Nordtvet bad

## 25.-27. oktober 2024

### VELKOMMEN

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, inviterer SK Speed til Speed Open på Nordtvet bad. Vi bruker elektronisk tidtakingssystem, og stevnets resultater, startlister, heatlister, tidsskjema og øvrig informasjon blir kontinuerlig oppdatert og kan følges på [www.livetiming.no](http://www.livetiming.no).

### Påmelding

Påmelding skjer via klubbene. Send Uni\_p.txt-filen på e-post til [stevne@sk-speed.no](mailto:stevne@sk-speed.no) innen **onsdag 16. oktober 2024**.

Etteranmeldelse blir godtatt hvis det er ledige baner. Klubben må betale dobbel avgift.

### Strykninger og lagoppsett

Strykninger leveres på [ltmobil.medley.no](http://ltmobil.medley.no) eller [livetiming.no](http://livetiming.no).

Klubbene får oppgitt passord sammen med bekreftelse av påmelding.

### Heatbegrensning

Arrangøren vil begrense antall heat i enkeltøvelser, stryke øvelser og/eller årsklasser dersom det ikke vil la seg gjøre å gjennomføre stevnet innenfor en fornuftig tidsramme.

## Startkontingent

Deltakelse koster kr. 100,- per individuell start. Svømmere som er født 2014–2015 betaler kr. 100,- uansett antall starter. Stafett koster kr 200,- per lag.

Fakturagrunnlag og faktura blir sendt elektronisk til klubben etter stevnet.

## Klasseinndeling

Funksjonshemmede, senior og årsklasser født 2006/2007–2015.

## Premiering

1/3 premiering i alle årsklasser, unntatt 2014–2015. Det er deltakerpremier i årsklasse 2012-2015.

På stafettene gis det premie til 1., 2. og 3.plass.

Premier for individuelle øvelser blir delt ut etter hvert som resultatlistene blir hengt opp og frem til stevnet er slutt.

## Tidsskjema

Tidspunkt for innsvømming og stevnestart for avdelingene 3 og 5 bli klart når påmeldingsfristen har gått ut. Øktene starter cirka en time etter at forrige økt er ferdig. Lagleder- og dommermøter holdes på Grorud samfunnshus.

<b>Tidsskjema</b>			
	<b>Fredag</b>	<b>Lørdag</b>	<b>Søndag</b>
<b>Dommermøte</b>	17.00	08.30	08.30
<b>Innsvømming</b>	16.30	08.00	08.00
<b>Stevnestart</b>	17.30	09.00	09.00

## Kafeteria

Kafeteria med godt utvalg av frukt, mat og drikke er åpen under hele stevnet.

## Nordtvet bad

Nordtvet Bad har 25 m kloret ferskvannsbasseng med seks baner, bølgedempende baneskiller og vanntemperatur på ca. 27 °C.

Adressen er Gårdsveien 4 (mellom Nordtvet Gård, Nordtvet skole og Grorud samfunnshus).

## Reise og parkering

Det er mulig å ta t-bane linje 5 og gå av på Kalbakken stasjon. Det er derfra ca. 10 min å gå til badet.

Parkering på Nordtvet skole er tillatt for deltakere og publikum.

## ØVELSESOPPSETT

### Avd. 1 Fredag 2013-senior. Stevnestart kl. 17.30

Øv.nr	Øvelse		Øv.nr	Øvelse	
1.	400 fri	Jenter	2.	400 fri	Gutter
3.	400 medley	Jenter	4.	400 medley	Gutter
5.	800 fri	Jenter	6.	800 fri	Gutter

### Avd. 2 Lørdag 2015–2012. Stevnestart kl. 09.00

Øv.nr	Øvelse		Øv.nr	Øvelse	
7.	50 fri	Jenter	8.	50 fri	Gutter
9.	100 bryst	Jenter	10.	100 bryst	Gutter
11.	200 bryst	Jenter	12.	200 bryst	Gutter
13.	50 fly	Jenter	14.	50 fly	Gutter
15.	100 rygg	Jenter	16.	100 rygg	Gutter
17.	200 rygg	Jenter	18.	200 rygg	Gutter

### Avd. 3 Lørdag 2011–senior. Stevnestart kl. tba.

Øv.nr	Øvelse		Øv.nr	Øvelse	
19.	200 fri	Jenter	20.	200 fri	Gutter
21.	50 rygg	Jenter	22.	50 rygg	Gutter
23.	50 bryst	Jenter	24.	50 bryst	Gutter
25.	100 fly	Jenter	26.	100 fly	Gutter
27.	100 fri	Jenter	28.	100 fri	Gutter
29.	200 medley	Jenter	30.	200 medley	Gutter

31. 4 x 50 medley mixed stafett

### Avd. 4 Søndag 2015-2012. Stevnestart kl. 09:00

Øv.nr	Øvelse		Øv.nr	Øvelse	
32.	50 bryst	Jenter	33.	50 bryst	Gutter
34.	50 rygg	Jenter	35.	50 rygg	Gutter
36.	100 medley	Jenter	37.	100 medley	Gutter
38.	200 medley	Jenter	39.	200 medley	Gutter
40.	200 fri	Jenter	41.	200 fri	Gutter
42.	100 fly	Jenter	43.	100 fly	Gutter
44. 4 x 50 medley mixed stafett					

### Avd. 5 Søndag 2011–senior. Stevnestart kl. tba.

Øv.nr	Øvelse		Øv.nr	Øvelse	
45.	200 fly	Jenter	46.	200 fly	Gutter
47.	100 medley	Jenter	48.	100 medley	Gutter
49.	50 fri	Jenter	50.	50 fri	Gutter
51.	200 bryst	Jenter	52.	200 bryst	Gutter
53.	200 rygg	Jenter	54.	200 rygg	Gutter
55.	50 fly	Jenter	56.	50 fly	Gutter
57.	100 rygg	Jenter	58.	100 rygg	Gutter
59.	100 bryst	Jenter	60.	100 bryst	Gutter

#### Spørsmål om

- påmelding rettes til Olav Navelsaker, tlf. 90 88 33 10 eller [stevne@sk-speed.no](mailto:stevne@sk-speed.no)
- annet rettes til Kari Leer Backe-Hansen, tlf. 982 21 934 eller [kari@sk-speed.no](mailto:kari@sk-speed.no)