



Sparebanken Møre Svøm

2024

Moa Svømmehall

14. -15. september



**Sparebanken
Møre**

Aalesunds Svømme- og Livredningsklubb har gleden av å invitere til årets Sparebanken Møre Svøm 2024 på Moa Svømmehall i Ålesund.

Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Det benyttes elektronisk tidtaking.

Aaslk ønsker unge (14-25 år) dommere velkommen til å dømme hos oss. Disse vil få godtgjørelse på minimum kr. 250 pr. økt de dømmer. **Om dommere fra andre klubber har anledning til å stille for å hjelpe, ønskes disse også velkommen til oss.**

Stevneinformasjon

DELTAGELSE:

Stevnet er åpent for følgende klasser:

Konkurransen er åpent for master, pre-master, parasvømmere, senior og junior født 2015 og tidligere. Svømmere som ønsker å delta i masters klasse må anføre dette i påmeldingen. Master, pre-master, parasvømmere, senior og junior svømmer i samme heat. Heatene blir satt opp etter beste tid uansett klasse. Masters-utøvere deltar i senior-klasse

Det arrangeres eget rekruttstevne etter åpent stevne lørdag

BASSENGET:

25 meter ferskvann, ca 27 grader celsius og seks baner med bølgebrytende baneskillere. Det er tilkomst for rullestolbrukere rundt deler av hovedbassenget, men ikke bak stupetårn. Bassenget har en mobil personheis som kan benyttes av para svømmere, ta kontakt hvis det er behov.

TIDTAKING:

Hallen har elektronisk tidtakertavle. Vi kjører Jechsoft Victoria

PREMIERING:

1/3 premiering for åpent stevne fra 2013 og eldre (gavekort fra XO sport hentes på klubbrommet i 2. etasje). Masters inngår i seniorklasse.

Deltagerpremie til alle rekrutter og utøvere født 2012 til 2015 i åpen klasse.

Parasvømmere: Parasvømmere rangeres etter prosentvist avvik innen hver sport klasse fra verdensrekorden langbane i den respektive sport klasse pr 1. januar 2024

PÅMELDING: Påmelding sendes stevner@aslk.no. Vi bruker Jechsoft Victoria
Påmeldingsansvarlig: Reidar Ristesund (stevner@aslk.no).
Frist: Senest 8. september 22:00

ETTERPÅMELDING: Kun ved ledig plass i heat.
Lørdag: Senest på lagledermøte kl 9:30
Søndag: Lagleders henvendelse til teknisk komité senest 09:30.

STARTKONTIGENT: Kr. 100,- pr. individuell start, og kr 200,- pr lagstart
Rekrutter og årsklasse 2014 og 2015 kr. 100,- for hele stevnet.
Etterpåmeldinger godtas mot dobbel startkontingent.
Startkontingenter faktureres i etterkant.

STEVNESTART: APPROBERT STEVNE
Lørdag kl. 10:30, innsvømming fra kl 09:15 – 10:15
Søndag kl. 10:00, innsvømming fra kl 08:45 – 09:45.
REKRUTTSTEVNE:
Lørdag etter åpent stevne (ca kl 16 – justeres iht ant påmeldte).

**LAGLEDERMØTE/
DOMMERMØTE** Lagledermøte lørdag 9:30 klubbrom ved tribune
Dommermøte Lørdag 10:00 klubbrom ved tribune

STEVNELEDER: Fredrik Rahnelt stevneleder@aslk.no Tlf 48407131

KIOSK: Salg av pølser, frukt, kaker, kaffe, brus m.m. Kun Vipps i kiosk.

Salg av utstyr XO sport har en pop up store ved inngangen.

PARKERING: Kommunal parkeringsplass utenfor svømmehallen, følg skilting på parkeringsplassen. NB! Max 3 timer.

Flere parkeringsplasser for forflytningshemmede rett utenfor hallen, for personer med «Parkeringsstillatelse for forflytningshemmede» utstedt fra kommunen.

Publikum: Entre: 50 kr for dagspass,
Det er tribaneanlegg og sitteplasser i hallen. Det er tilkomst for rullestolbrukere i hallen og tribuneområdet. Det er heis opp til tribune, kontakt stevnepersonell hvis det er behov for assistanse.

Overnatting: Kontakt stevneleder for info.

LØRDAG start kl 10:30

Nr.	Øvelse
1.	1500m fri, Damer KM
2.	1500m fri, Herrer KM
3.	50m rygg, damer
4.	50m rygg, herrer
5.	50m bryst, damer
6.	50m bryst, herrer
7.	100m butterfly, damer KM
8.	100m butterfly, herrer KM
	PAUSE 10 MIN
9.	4 x 100m fri, damer
10.	4 x 100m fri, herrer
	PAUSE ca 60 MIN

Nr.	Øvelse
11.	200m butterfly, damer
12.	200m butterfly, herrer
13.	200m bryst, damer
14.	200m bryst, herrer
15.	100m rygg, damer
16.	100m rygg, herrer
	PAUSE 10 MIN
17.	200m fri, damer
18.	200m fri, herrer
19.	100m Ind. medley, damer KM
20.	100m Ind.medley, herrer KM
	30 min PAUSE
	Rekruttstevne

REKRUTTSTEVNE LØRDAG Ca 16:00

Nr.	Øvelse
101	50m fri, Mix
102	50m (25 fly + 25 rygg, Mix
103	25m fri, Mix
104	50m (25 rygg + 25 bryst, MIX
105	25m rygg, Mix
106	50m (25 bryst + 25 fri, Mix
107	25m bryst, Mix
	PAUSE 10 MIN
108	4x25m fri, Mix
	SLUTT

SØNDAG start kl 10:00

<i>Nr.</i>	<i>Øvelse</i>		<i>Nr.</i>	<i>Øvelse</i>
21.	400m fri, damer		30.	400m Ind. medley, damer
22.	400m fri, herrer		31.	400m Ind.medley, herrer
23.	100m bryst, damer		32.	100m fri, damer
24.	100m bryst, herrer		33.	100m fri, herrer
	PAUSE 10 MIN			PAUSE 10 MIN
25.	200m Ind. medley, damer		34.	200m rygg, damer
26.	200m Ind.medley, herrer		35.	200m rygg, herrer
27.	50m fri, damer		36.	50m butterfly, damer
28.	50m fri, herrer		37.	50m butterfly, herrer
	PAUSE 20 MIN			10 MIN PAUSE
	Premieutdeling KM-øvelse			
29.	4 x 50m Ind. medley, Mix 2 herrer og 2 damer		38.	4 x 50m fri, Mix 2 herrer og 2 damer
	PAUSE 60 MIN			
				SLUTT DAG 2