



Julestevne 6. – 7. desember 2025

Til
Svømmeklubber
Norges Svømmeforbund
Finnmark Svømmekrets

Lakselv, 11. november 2025

Lakselv Svømmeklubb har gleden av å invitere til Julestevne lørdag 6. desember og søndag 7. desember. Det inviteres også til rekruttstevne.

Julestevne 2025 er et regionstevne som arrangeres etter NSF's lover og regler. Approbertstevnet er åpent for svømmere født i 2016 og tidligere, parasvømmere og masters.

Bassenget

Bassenget er 25 m langt med klorete ferskvann. Det har 6 baner med bølgebrytende banetau. Vi har elektronisk tidtaking med overføring til Livetiming. Vanntemperaturen er ca 27 grader C.

Tidspunkter

	Lørdag	Søndag
Innsvømming	08:30 – 09:45	07:30 – 08:45
Lagledermøte	08:30	
Dommermøte	09:00	08:15
Defilering	se nedenfor	
Stevnestart	10:00	09:00

Lørdag kl. 10:00 Første økt approbert
Defilering i forkant av rekruttstevnet
Rekruttstevnet
Andre økt approbert (start annonseres på lagledermøtet)

Søndag kl. 09:00 Første økt approbert stevne
Rekruttstevnet
Andre økt approbert stevne (start annonseres på lagledermøtet)

Innsvømming

1,5 time før stevnestart begge dager. Kl. 08:30-09:45 lørdag og 07:30-08:45 søndag.

Defilering

Lørdag i forkant av rekruttstevne for alle svømmere; approberte og rekrutter, samt dommere.

Lagledermøte

Lørdag kl. 08:30. Ledermøtet ønsker vi i hovedsak å bruke på rammen rundt stevnet og praktiske opplysninger.

Dommermøte

Lørdag kl. 09:00. Søndag kl. 08:15.

Vi trenger ekstra dommere til stevnet. Det er ønskelig at deltakende lag stiller med dommere under svømmestevnet. Dommere som har tid og anledning kontakter Louise Kårikstad på tlf 99 03 46 53. Tilreisende dommere får gratis overnatting og bespisning.

Overnatting er primært på skole, men vi har noen rom tilgjengelig på Fjordutsikten.

Dommere melder behov til Louise.



Sekretariat

Sekretariatet er bemannet fra 1,5 t før stevnestart begge dager. Vi ber klubbene om å levere inn strykninger og lagoppsett via Livetiming.

Startkontingent

Rekrutter	kr. 100,- for hele stevnet
Individuell start approberte	kr. 100,- (årsklassene 2015-2016, 100,- kr uansett antall starter)
Stafettlag:	kr. 200,-

Klasseinndeling

Årsklassene er som angitt på hjemmesiden til medley.no. <https://www.medley.no/nyhet.aspx?id=82>.

Senior og en klasse pr årsklasse for jenter 2007 – 2016. Senior og en klasse pr årsklasse for gutter 2006 – 2016.

Kvalifiseringskrav

Det er ingen kvalifiseringskrav til julestevnet. Det tas forbehold om heatbegrensing øvelse 400 m fri ved stor påmelding.

Heatbegrensingen gjelder ikke årsklassene 2013 – 2016.

Påmelding

Lage påmeldingsfiler på uni_p.txt-format og tekstfil på pdf-format, i enten JechSoft Victoria eller Medley.no. Begge filer sendes pr epost til julestevne@gmail.com. Påmeldingsansvarlig er Børge Gabrielsen, tlf 94 97 60 04.

[Tips: For å kunne foreta en påmelding via medley.no, må julestevne 2025 hakes av i [arrangørklubbens stevneside](#) på medley for å få tilgang. I stevnesidens påmeldingsboks klikkes på *Detaljer for klubbens terminliste*. Her haker man av for «Stevnet skal stå på klubbens terminliste» og «For alle klubbens utøvere».]

Alle påmeldinger blir bekreftet via e-post og kan ikke regnes som godkjent før bekreftelsen er mottatt.

Vi ber om at etteranmeldinger man vet om innen fredag kveld før stevnet, sendes på epost til julestevne@gmail.com.

Strykninger og navnlig oppsett av stafettlag gjøres av klubbene selv på <https://livetiming.medley.no/>, eller på sidene tilpasset for mobile enheter på ltmobil.medley.no.

Kode for Livetiming sendes klubbene når påmelding bekreftes, og evt. ved henvendelse til påmeldingsansvarlig.

Vi oppfordrer til at alle meldes på med beste distansetider i aktuelle øvelser. Har man ikke oppnådd tid på påmeldte øvelser i løpet av kvalifiseringsperioden, godtas stipulert tid eller tid satt utenfor kvalifiseringsperioden. Jf. Kvalifiseringskrav ovenfor.

Sammen med påmelding skal også overnatting og mat bestilles, begge med antall. Gi beskjed om matallergier. Navn og telefonnummer til ansvarlig voksen bes oppgitt.

Faktura for startkontingent, kost og losji sendes etter stevnet.

Påmeldingsfrist

Onsdag 26. november 2025 kl. 23:59.

Etteranmeldinger

Etteranmeldinger aksepteres frem til lagledermøtets start mot dobbel startkontingent.

Etteranmeldinger sendes til epost julestevne@gmail.com.

Etteranmeldinger til søndagens øvelser er tillatt frem til kl 07:30 søndag dersom det er ledige baner.

Strykninger

Livetiming åpnes for strykninger straks etter at startlister legges ut.



Strykninger under stevnet meldes inn og ønskes i hovedsak elektronisk via Livetiming. Strykninger kan også sendes til epost julestevne@gmail.com inntil fredag kveld før stevnestart.

Innmarsj

Innmarsj for svømmere i siste heat i alle øvelser.

Premiering

1., 2. og 3. plass i tillegg til 1/3 premiering fra 2014 og eldre. Alle årsklasser premieres med deltakerpremie.

Årsklasse 2015 og 2016 blir rangert alfabetisk på resultatlistene. Det blir bestemannspremie for høyest poengsum (FINA 2024) på 3 øvelser til jente og gutt.

Stafettene premieres med 1., 2. og 3. plass rett etter hver stafett.

Premieutdeling

Premieutdelingen skjer fortløpende fra premiebord når andre økt begynner begge dager. Utøvere må selv sjekke resultatlistene og hente sine premier.

Egen premieutdeling for stafetter og bestemannspremier. Bestemannspremier jenter og gutter skjer straks etter 2. økt søndag.

Innkvartering

Overnatting tilbys på Lakselv barneskole og Lakselv ungdomsskole for kr. 130,- pr. person pr. natt. En leder over 18 år fra hver klubb må overnatte sammen med svømmerne og ha ansvaret for disse. Oppgi navn og mobilnr til denne personen ved påmelding. Overnattingsansvarlig er Ingrid Golten, tlf 90 99 16 14.

Middag

Middag tilbys for 160,- kr pr. person lørdag, og 130,- kr pr person søndag. Gi beskjed om allergier ved påmelding.

Meny middag lørdag er gratinert pasta med kjøttsaus, salat og foccacia. Søndag tacosuppe med foccacia.

Kafe

Kafeen er åpen under stevnet begge dager. Det er mulig å betale med Vipps, kontanter og bankkort.

Livetiming

App for iPhone/iPad med operativsystemet iOS (nedlastes fra App store), og App med operativsystemet Android (nedlastes fra Google play); heter Livetiming Medley Reader.

Via app'en kan heatene følges samtidig som de foregår, i svømmehallen eller et annet sted, kort eller langt unna geografisk, og også på disse adressene nedenfor.

Adresse på PC: <http://livetiming.medley.no/>

Adresse på mobil: <http://ltmobil.medley.no/>

Kontaktinformasjon

E-post: julestevne@gmail.com (; Påmeldinger og deltagelse som dommer.)

Stevneleder: Louise Kårikstad, tlf 99 03 46 53, lakselvsk@gmail.com

Spørsmål

Henvendelser til stevneleder Louise Kårikstad: julestevne@gmail.com , eller tlf 99 03 46 53.

Velkommen til Lakselv og Julestevnet 2025.

**Øvelsesoppsett approbert stevne**

	Lørdag 1. økt kl 10:00
1	200 m rygg Jenter
2	200 m rygg Gutter
3	100 m bryst Jenter
4	100 m bryst Gutter
5	50 m fri Jenter
6	50 m fri Gutter
	Lørdag 2. økt
7	100 m butterfly Jenter
8	100 m butterfly Gutter
9	200 m fri Jenter
10	200 m fri Gutter
11	50 m rygg Jenter
12	50 rygg Gutter
13	200 m medley Jenter
14	200 m medley Gutter
15	4 x 50 m stafett mix *
* Julestevneøvelse t-skjorte stafett MIX, 2 jenter og 2 gutter	

	Søndag 1. økt kl 09:00
16	400 m fri Gutter
17	400 m fri Jenter
18	100 m medley Gutter
19	100 m medley Jenter
20	50 m bryst Gutter
21	50 m bryst Jenter
	Søndag 2. økt
22	200 m bryst Gutter
23	200 m bryst Jenter
24	100 m rygg Gutter
25	100 m rygg Jenter
26	50 m butterfly Gutter
27	50 m butterfly Jenter
28	4x50 m fri Gutter
29	4x50 m fri Jenter

Øvelsesoppsett rekruttstevne

	Lørdag
1	25 m fri mix
2	25 m bryst mix
3	25 m rygg mix
4	50 m fri mix
5	50 m rygg mix
6	4 x 25 m fri mix

	Søndag
7	25 m fri mix
8	25 m butterfly mix
9	50 m rygg mix
10	4 x 25 m fri mix