

Velkomne til:



6.-7. desember 2025 i Voldabadet

Stor takk til våre gode hovedsponsor



**Sparebanken
Møre**

VELKOMEN

Med NSF si godkjenning, i følge terminliste og etter NSF sine lover og reglar, byd VTI-Symjegruppa inn til ope stemne med innlagt rekruttstemne. Ved stor deltaking vil det bli hengande start under heile stemnet.

INNSYMJING

Laurdag 6. desember kl. 09:30 – 10:45.

Søndag 7. desember kl. 08:30 – 09:45.

LAGLEIARMØTE

Laurdag 6. desember kl. 09:45.

Domarmøte 10:30

STEMNESTART

Laurdag 6. desember kl. 11:00.

Søndag 7. desember kl. 10:00.

VOLDABADET

Adresse: Joplassvegen 1, 6103 Volda.

Inngang gjennom Volda Campus Sparebank 1 Arena på same adresse. 25 m ferskvatn, 6 baner á 2,5 m breidde med bølge-brytande baneskiljarar ø15, vassstemperatur ca. 27 °C. Elektronisk tidtaking. Voldabadet vil vere stengt for publikumsbading under heile stemnet.

PÅMELDING

Påmelding må vere inne seinast Måndag 1. desember 2025 kl. 24:00. Etterpåmeldingar blir godteke berre ved ledig plass i heat og til dobbel pris. Vi brukar Jechsoft, og stemneoppsett kan hentast på medley.no.

Påmelding sender du på e-post vedlagt uni-p fil eller NSF-påmeldingsskjema til enokkobbevik@gmail.com. Ver venleg å sende separate påmeldingsfiler for rekruttar og opa klasse. Dersom klubbane har med masters-symjarar, må vi ha melding om det.

DELTAKARAR

Klassene i ope stemne: årsklasser fødd i 2016 eller tidlegare, para, senior og masters. Rekruttar deltek i eige uapprobert stemne i pausane for det opne stemnet begge dagar.

STARTKONTINGENT

kr 100,- pr. individuell start , kr 200,- pr. lagstart i opne klasser. Etteranmelding individuell kr. 200,- og lagstart kr. 400,-. Klasse -15 og -16 betaler 100 kr for heile stemnet i det opne stemnet.

Deltakarar på rekruttstemnet betaler berre deltakaravgift på kr. 100,- for heile stemnet.

Faktura blir sendt ut i etterkant.

RESULTAT: vert publisert på medley.no. Vi nyttar livetiming. Rekruttklassa: resultat oppført alfabetisk på utøvar med tid.

PREMIERING

Opa klasse: Individuell 1/3 premiering i kvar årsklasse. Deltakarpremiar til utøvarar fødde 2013 til 2016. Senior- og masterklassene vert slått saman ved premiering. KM: gull-, sølv, og bronsemedaljar i høvesvis eldre jr. og yngre jr.

Rekruttklassa: alle får deltakarpremie.

Bestemannspremiar: Beste individuelle resultat etter FINAs poengtabell på ein distanse med minimum to deltakarar i ei årsklasse gut/jente laurdag og gut/jente søndag. Årsklassene vert trekte på lagleiar møtet laurdag, og vil vere forskjellig gut/jente, laurdag/søndag. Premien er eit gåvekort til verdi kr. 1.000,-. For stafettar vert det gitt premiar til dei tre beste laga gutar/jenter i juniorklassen.

DOMMARAR

Vi set stor pris på om det er nokre dommarar frå dei påmeldte klubbane som ynskjer å bidra. Vi tilrår spesielt yngre dommarar om å stille. Gi beskjed i god tid kven som ev. ynskjer å stille frå dykkar klubb til daglegleiar@vti-symjing.no.

KONTAKTPERSONAR

Stemneleiar:

Anne Britt Hallaråker, annebrittaaha@gmail.com

Påmelding:

Enok Kobbavik, enokkobbevik@gmail.com

Velkomne til Julelauget 2025 i det nye Voldabadet!



Øvingsoppsett laurdag 6.desember

- Øving 1. 400m fri, damer
- Øving 2. 400m fri, herrer
- Øving 3. 50m butterfly, damer
- Øving 4. 50m butterfly, herrer
- Øving 5. 100m bryst, damer
- Øving 6. 100m bryst, herrer
- Øving 7. 200m individuell medley, damer
- Øving 8. 200m individuell medley, herrer

Pause 10 min.

Rekruttstemne, + ca 15 min pause.

- Øving 9. 200m rygg, damer
- Øving 10. 200m rygg, herrer
- Øving 11. 50m bryst, damer
- Øving 12. 50m bryst, herrer
- Øving 13. 100m fri, damer
- Øving 14. 100m fri, herrer

Pause 10 min.

- Øving 15. 4*50 fri, damer
- Øving 16. 4*50 fri, herrer

KM øvingane er markert med gult i programmet.

Det er to klasser, eldre jr. 2010-2006 og yngre 2014-2011

Øvingsoppsett søndag 7.desember

- Øving 17. 800m fri, damer MAX 2 heat
- Øving 18. 800m fri, herrer MAX 2 heat
- Øving 19. 100m individuell medley, damer
- Øving 20. 100m individuell medley, herrer
- Øving 21. 50m rygg, damer
- Øving 22. 50m rygg, herrer
- Øving 23. 100m butterfly, damer
- Øving 24. 100m butterfly, herrer

Rekruttstemne, + ca 15 min pause.

- Øving 25. 200m bryst, damer
- Øving 26. 200m bryst, herrer
- Øving 27. 100m rygg, damer
- Øving 28. 100m rygg, herrer
- Øving 29. 50m fri, damer
- Øving 30. 50m fri, herrer

Pause 10 min

- Øving 31. 4*50m lag medley mix



Rekrutt øvingsoppsett laurdag 6.desember	
1	50 m fri, mix
2	25 m rygg, mix
3	25 m bryst, mix
4	25 m fri, mix
5	4*25m fri stafett mix
Rekrutt øvingsoppsett søndag 7.desember	
6	50 m rygg, mix
7	25 m butterfly, mix
8	50m bryst, mix
9	4*25m fri stafett MIX

**Det vert kiosk med sal av mat
under heile stemnet!**

