

SOMMERSTEVNET ALTA 2025

INNBYDELSE



BUNNPRIS
BOSSEKOP

 **Ishavskraft**

 **SALMAR**
Passion for Salmon

 **NORDLYS** *Speed*
TLF: 78 60 77 22 **ELEKTRO AS**

Grieg
Seafood®



THON
Hotel Alta

 **F&E** FAGTRYKK
Idé as

 **SMS**
FRONT

 **RAMBOLL**

 Nordlysbadet

 Alta Helsebad

 **Alta Bowling**
SPORTS

 **KLUBBEN.no**

 **AKSA**
Hjem | Vann | El

 **WATERY**

 **COOP**
finnmark SA

 **fagmøbler**

 **Østlyngen's**
BAKERI & KONDITIONER

 **ENTREPRENØR**
TJØNHANSEN AS

Nordlysbyen Svømme- og Livredningsklubb har gleden av å invitere til Sommerstevnet Alta i Nordlysbadet 14.-15. juni 2025. Stevnet er godkjent av Norges Svømmeforbund og arrangeres etter deres regler. Stevnet er åpent for utøvere i 9-årsklassen og eldre, samt para- og mastersutøvere. Bassenget er 25 m med 6 baner og elektronisk tidtaking. Det inviteres også til rekruttstevne begge dager.

- **Stevneleder:** Cecilie Daniloff (tlf. 95970565)
- **Påmelding:** På e-post til nordlysbyenslk@gmail.com innen onsdag 4. juni (legg ved påmeldingsfil i uni-p-format)
- **Stevnestart:** Lørdag 1000/1500 (økt 1/2) og søndag 0900/1300 (økt 3/4)
- **Innsvømming:** Lørdag 0830-0950 og søndag 0730-0850, samt etter rekruttstevnet
- **Defilering:** Lørdag 1450 for utøvere og dommere
- **Lagledermøte:** Lørdag 0830 på møterom i 3. etasje på Thon Hotel
- **Dommermøte:** Lørdag 0900 og søndag 0800 på møterom i 3. etasje på Thon Hotel (vi har behov for flere dommere og kan tilby gratis opphold på Thon Hotel fra fredag til søndag med frokost begge dager og middag lørdag, interesserte tar kontakt på nordlysbyenslk@gmail.com)
- **Stevnekontor:** I badekaféen lørdag fra 0830 og søndag fra 0730
- **Strykninger og lagoppsett:** Registreres selv av klubbene på livetiming.medley.no med tilsendt kode (lagoppsett må registreres senest 30 minutter før stafettstart)
- **Premiering:** Deltakerpremie til 12-årsklassen og yngre, fra 11-årsklassen premieres de 3 beste i hver øvelse med 1/3-premiering i tillegg, i stafettøvelsene premieres de 3 beste lagene, og det er premie til beste gutt og jente for høyest poengsum på 4 øvelser (premier hentes på stevnekontoret unntatt stafett og bestemann som har egen premieseremoni)
- **Startavgift:** Ingen
- **Overnatting:** Gratis overnatting tilbys fra fredag til søndag på Alta ungdomsskole med tilgang på kantine for tilberedning og servering av egen mat (antall overnattende og navn og telefonnummer til en voksen overnattingsansvarlig oppgis i påmeldingen)
- **Rekruttstevne:** Start lørdag 1230 med defilering og søndag 1130 (egen innsvømming i forkant og alle får deltakerpremie under defileringen)

ØVELSER LØRDAG

Økt 1

1. 200 fri G
2. 200 fri J
3. 100 fly G
4. 100 fly J
5. 100 medley G
6. 100 medley J
7. 50 bryst G
8. 50 bryst J

Økt 2

9. 200 rygg G
10. 200 rygg J
11. 50 fri G
12. 50 fri J
13. 100 bryst G
14. 100 bryst J
- *Pause 10 minutter* -
15. 4 x 50 fri mix
(2 jenter og 2 gutter)

Rekrutt

1. 50 rygg
2. 25 bryst
3. 50 fri
4. 25 fly
5. 4 x 25 fri

ØVELSER SØNDAG

Økt 3

16. 100 fri J
17. 100 fri G
18. 200 bryst J
19. 200 bryst G
20. 50 rygg J
21. 50 rygg G
- *Pause 10 minutter* -
22. 4 x 50 lagmedley J
23. 4 x 50 lagmedley G

Økt 4

24. 100 rygg J
25. 100 rygg G
26. 50 fly J
27. 50 fly G
28. 200 medley J
29. 200 medley G

Rekrutt

6. 25 fri
7. 50 bryst
8. 25 rygg
9. 4 x 25 fri