



# Holmestrand IF Svømming inviterer til Diamantstevnet søndag 2. mars 2025



Diamantstevnet arrangeres i Holmestrand svømmehall (Vesthøyveien 7A, Holmestrand). Det er åpent for alle juniorsvømmere født 2019 og tidligere, og alle øvelser er mixed. Vi gleder oss spesielt til å se alle som skal på stevne for første gang.

Vi trykker ikke program til publikum. Program (PDF) sendes til påmeldte klubber i forkant av stevnet, og kan lastes ned via QR-kode på stevnet.

**Basseng:** 25 meter med 5 baner (manuell tidtaking)  
**Lagledermøte:** Kl 11:45  
**Innsvømming:** Kl 12:00  
**Stevnestart:** Kl 12:30

**Kiosk:** Det vil være kiosk med mulighet for å kjøpe mat og drikke. Vi bruker Vipps som betalingsmiddel.

**Etteranmeldinger:** Etteranmelding tas imot ved ledig plass i heat.

**Premiering:** Alle får deltakerpremie.

**Påmelding til:** [hifsvomming@outlook.com](mailto:hifsvomming@outlook.com)

Dersom antall påmeldinger overstiger hallens kapasitet, vil vi informere om behov for å begrense antall supportere.

**Påmeldingsfrist:** Mandag 24. februar 2025. Påmeldinger ønskes i standard uni\_p format.

**Startkontigent:** Kr 100 pr svømmer uavhengig av antall starter.

Startkontigent faktureres klubben etterskuddsvis. E-post til klubbens kasserer eller fakturamottak oppgis sammen med påmeldingen.

## Stevneoppsett

Øvelse 1	25 m	Fri	jenter/gutter (Mix)
Øvelse 2	25 m	Fly	jenter/gutter (Mix)
Øvelse 3	50 m	Bryst	jenter/gutter (Mix)
Øvelse 4	50 m	Rygg	jenter/gutter (Mix)
	<b>Pause 15 min</b>		
Øvelse 5	50 m	Fri	jenter/gutter (Mix)
Øvelse 6	25 m	Rygg	jenter/gutter (Mix)
Øvelse 7	25 m	Bryst	jenter/gutter (Mix)
Øvelse 8	100 m	Fri	jenter/gutter (Mix)
Øvelse 9	4x25 m	4xFri Stafett	jenter/gutter (Mix)

**Kontaktpersoner:** Anita Rønneberg Kletvang (stevneansvarlig, tlf 415 77 011) eller Ylva Vejgaard Sørensen (teknisk ansvarlig/påmeldingsansvarlig, tlf. 902 06 645)

Vi ønsker alle svømmere hjertelig velkommen!  
Hilsen Holmestrand IF Svømming