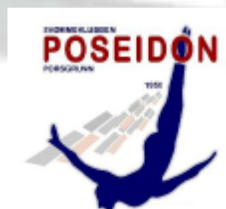




TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



SPAREBANK1 DRILLS CUP 2025

Svømmeklubben Poseidon har med NSF's godkjenning, gleden av å invitere til Sparebank1 DRILLS Poseidon cup



29. og 30. Mars 2025 i Kjølnesbadet.

Bassenget er 25m, har **10 baner**, ferskvann og vanntemperatur på ca. 27° C. Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Det benyttes elektronisk tidtaking og Ryggstartere under stevnet.

Vi har skoleovernatting, 1000,- kr for hele helgen inkl. mat



SpareBank **1**
SØRØST-NORGE

nel

Megaflis



TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



Stevnet er åpent for følgende klasser

Konkurransen er åpent for master, pre-master, parasvømmere, senior og junior født 2016 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.

Startlisens fra NSF må være betalt.

Masters: Egne klasser i forhold til NSF sitt reglement.

Parasvømmere: Parasvømmere rangeres etter prosentvist avvik innen hver sport klasse fra verdensrekorden langbane i den respektive sport klasse pr 1. Januar 2025.

Tidsplan

Fredag 28.03.25:	Innsvømming: 17:00 – 19:00	
Lørdag 29.03.25:	Innsvømming: 07:30 – 09:45	Stevnestart: 10:00
Søndag 30.03.25:	Innsvømming: 07:30 – 09:45	Stevnestart: 10:00

Lagleder møte lørdag 08:45

Dommer møte lørdag og søndag 09:15

Det blir satt opp et forventet tidsskjema. Tidsskjemaet er veiledende, svømmere og ledere bes følge med på livetiming for øvelsesstart.

Ved stor deltagelse, forbeholder vi oss retten til å begrense deltagelsen i enkelte øvelser og endre ovennevnte tidspunkt. Det vil ikke være heatbegrensninger på masters og para svømmere.

Stevnekontoret i Kjølnesbadet vil være åpent fra fredag kl. 17, og til stevnets slutt på søndag.

Dommer

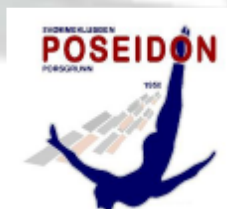
Er du dommer og vil dømme, ta kontakt med vår dommeransvarlig Merethe Pepevnik på: merethe.pepevnik@enrx.com eller mobil 948 26 879 dersom du har anledning til å hjelpe oss med en økt eller flere.





TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



Påmelding

Vi vil benytte oss av NSF's tjenester i forbindelse med påmeldinger og bekreftelse av disse.

Påmelding i Stevnebørsens format innen 24.03.2025 kl. 23:59 til stevne@skposeidon.no, Alte Samuelsen Liljegren 414 41 144.

Arrangøren oppfordrer alle som ikke har oppnådd tid siste 12 mnd. til å melde på med stipulert tid slik GE19.1.5 i generelle regler for idretten gir anledning til.

Etteranmelding i ledige baner godtas fortløpende mot dobbel startkontingent frem til 30 minutter før stevnestart hver økt lørdag og søndag. Dette faktureres etter stevnet.

Det oppfordres til å bruke ltmobil.medley.no til strykninger. Hver klubb får tildelt passord i egne konvolutter som utleveres i sekretariatet.

Bruk vedlagte påmelding - og bestillingsskjema i tillegg til elektronisk format.

Ved mat og overnatting bestilling via medley.no må det hukes av for vedlegg «Bestilling av ytelser og varer»

Legg ved:

- Påmeldingsliste
- Påmeldingsliste m/tidinfo
- Påmeldingsliste m/tidinfo og lagsvømmere
- Uni_p.btx-fil
- Grodan AN-fil
- Lenex-fil
- Bestilling av ytelser/varer

Filter:

- Ta med påmeldinger for alle personer
- Kun påmeldinger for valgte personer
- Kun påmeldinger for valgte linjer
- Ta med alle påmeldinger uavhengig av status
- Kun påmeldinger med status registrert
- Kun påmeldinger med status sendt

La påmeldingslisten være fullstendig, uavhengig av filter

I påmeldingslister: Inkluder utøvere som har sagt de skal med, men ikke er påmeldt øvelser

Sett påmeldinger i eposten til status sendt.

Startlister, heatlister og resultatlister legges ut på internett, <https://livetiming.medley.no/> Klubbene får utdelt informasjon, lister og billetter ol. ved ankomst.

Startkontingent:

Kr. 100,- pr. individuell start, kr. 200,- pr. lag. Årsklasse 2015 og 2016 betaler kr 100,- uansett antall øvelser.

Startkontingenten og betaling for overnatting og mat faktureres på egen faktura i etterkant av stevnet.





TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



Poseidon Sparebank1 DRILLS 50 Fri utslags Cup

Det svømmes en cup for herrer og en for damer, uavhengig av årsklasser (fra 2014 og eldre). Kvalifisering til cup er øvelse 105, 50m Fri damer og 106 50m Fri herrer.

Runde 1, 16 beste fordeles på 2 heat

Runde 2, 6 beste i hvert heat fra runde 1 (beholder samme heat og baner)

Runde 3, åttendedelsfinale, 4 beste fra hvert heat i runde 2, samles i et nytt heat

Runde 4, kvartfinale, 6 beste fra runde 3

Runde 5, semifinale, 4 beste fra runde 4

Runde 6, Finale, 2 beste fra runde 5.

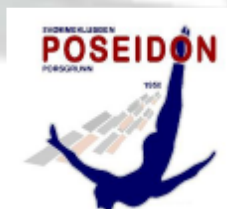
- Heat 1 runde 1 skal settes opp etter, World Aquatics, competition regulations, 3.1.1.2.
- Ved lik tid i runde 1 til 4 på siste plassering for videre avansement vil begge svømmere med lik tid gå videre.
- Ved lik tid på 2. og 3. (og 4.) plassering i semifinale vil begge (alle) svømmere med lik tid gå videre til finalen.
- Ved lik tid i finale mellom 1. og 2. plass vil det være omsvøm.





TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



Premiering

Det er 1/3 premiering (premiekort fra DRILLS) i alle klasser unntatt 2015 og 2016.

I årsklasse 2013 - 2016 er det deltagerpremie til alle.

Parasvømmere premieres i egne sport klasser og rangeres etter prosentvist avvik fra verdensrekorden på langbane i den respektive sport klasse pr 1. Januar 2024

Stafetter: Premie for lag til 1., 2. og 3. plass (medaljer). Det er kun en klasse (senior).

Bestemannspremie, på lagledermøte trekkes det ut klasse for bestemannspremien, en for gutt og en for jenter, lørdag og søndag. Følgende klasser er med i trekningen para, senior og årsklassene fra 2013. Rangering etter World Aquatics Point Scoring 2023 og for para prosentvist avvik fra verdensrekorden på langbane i den respektive sport klasse per 01. januar 2024, (australsk modell).

Bestemannspremie er gavekort fra DRILLS på 500,-

Poseidon Sparebank1 Drills Cup

1. Premie, gavekort fra DRILLS 3000,-
2. Premie, gavekort fra DRILLS 1000,-
3. Premie, gavekort fra DRILLS 500,-

Beste klubb sammenlagt

Beste klubbene sammenlagt får pengepremier:

1. Premie 5.000,-

Beste klubb regnes ut etter tabellen: 7, 5, 4, 3, 2, 1 i hver øvelsesklasse (cup og finaleneregnes ikke med). Dobbel poengsum for stafettene.





TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



Generell informasjon

Bassenget

Svømmehallen er i 2 etg, det er heis mellom etasjene. Bassenget er 25m, har 10 baner, ferskvann og vanntemperatur på ca. 27° C. Banene er 2,5m bredde, dybden 1,90m. Det er trapp ved hvert hjørne av bassenget. Det er tilkomst for rullestolbrukere rundt bassenget. Bassenget har en mobil personheis som kan benyttes av para svømmere, ta kontakt hvis det er behov.

Parkering

Kommunal parkeringsplass utenfor svømmehallen, følg skilting på parkeringsplassen.

5 parkeringsplasser for forflytningshemmede rett utenfor hallen, for personer med «Parkeringstillatelse for forflytningshemmede» utsendt fra kommunen.

Garderøber og toalett

Kjølneshallen har felles dusj anlegg i hallen. Det er egne skifterom for damer og herrer.

Toalett ved kiosk og ved dusjanlegg.

Kjølneshallen har egne skifterom og toaletter for rullestolbrukere. Toalettene er plassert ved inngang, kiosken, call-rom og garderobene. Det er tilgang rundt bassenget for para svømmere med rullestol.

Publikum

Det er tribuneanlegg og sitteplasser i hallen. Det er tilkomst for rullestolbruker i hallen og tribuneområdet. Det er heis opp til bassenget, kontakt med stevnepersonell hvis det er behov for assistanse.

Inngang lørdag	150,-
Inngang søndag	150,-
Inngang hele helgen	250,-

Barn under 18 år er gratis.





TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



Resultatlist, heatlist, osv.

Startlist, heatlist og resultatlist legges ut på internett, resultatlist vil også bli hengt opp i hallen.. Klubbene får utdelt informasjon, lister og billetter o.l. ved ankomst.

Det blir skrevet ut papirkopier til trenere og lagledere som ønsker det, ta kontakt med sekretariat.

Kiosk

Det vil være kiosk på stevne, hvor det er mulig å kjøpe kaker, mat og drikke. Vi aksepterer kort, Vipps og kontanter.

ChillOut Lounge lørdag kveld

Det vil bli arrangert ChillOut Lounge / Diskotek for deltakere lørdag kveld musikk og diskolys i kantinen på skolen (Porsgrunn VGS).

Dette er åpent for alle stevnets deltakere og varer fra ca. kl: 18:30 til 21:00

Trener lounge

Det vil være eget rom for trenere og lagledere for avslapning og prat med andre i rolige omgivelser, med enkel servering under stevnet. Kun tilgang for lagledere og trenere. Trener lounge åpner 1 time før stevnestart og stenger 30 min etter siste øvelse er ferdig.

Drills

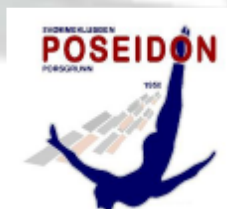
Drills vil ha pop up butikk i svømmehallen hele helgen.





TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



ØVELSESOPPSETT LØRDAG

Lørdag formiddag 09:00

Øvelse 101.	200m	Bryst	Damer
Øvelse 102.	200m	Bryst	Herrer
Øvelse 103.	100m	Rygg	Damer
Øvelse 104.	100m	Rygg	Herrer
Øvelse 105.	50m	Fri	Damer
Øvelse 106.	50m	Fri	Herrer
Øvelse 107.	100m	Butterfly	Damer
Øvelse 108.	100m	Butterfly	Herrer
Øvelse 109.	200m	Fri	Damer
Øvelse 110.	200m	Fri	Herrer

PAUSE 15 minutter

Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP

Øvelse 201.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, runde 1	Damer
Øvelse 202.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, runde 2	Damer
Øvelse 203.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, Åttendedelsfinale	Damer
Øvelse 204.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, Kvartfinale	Damer
Øvelse 205.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, Semifinale	Damer
Øvelse 206.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, Finale	Damer

PAUSE (estimert 1 time)

Lørdag ettermiddag 14:00 (estimert tid)

Øvelse 301.	400m	Fri	Damer
Øvelse 302.	400m	Fri	Herrer
Øvelse 303.	50m	Rygg	Damer
Øvelse 304.	50m	Rygg	Herrer
Øvelse 305.	100m	Bryst	Damer
Øvelse 306.	100m	Bryst	Herrer
Øvelse 307.	400m	Individuell medley	Damer
Øvelse 308.	400m	Individuell medley	Herrer

PAUSE 15 minutter

Stafetter

Øvelse 309.	4x100m	Lag medley	Damer
Øvelse 310.	4x100m	Lag medley	Herrer





TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



ØVELSESOPPSETT SØNDAG

Søndag formiddag 09:00

Øvelse 401.	100m	Individuell medley	Damer
Øvelse 402.	100m	Individuell medley	Herrer
Øvelse 403.	200m	Rygg	Damer
Øvelse 404.	200m	Rygg	Herrer
Øvelse 405.	50m	Butterfly	Damer
Øvelse 406.	50m	Butterfly	Herrer
Øvelse 407.	100m	Fri	Damer
Øvelse 408.	100m	Fri	Herrer

PAUSE 15 minutter

Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP

Øvelse 501.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, runde 1	Herrer
Øvelse 502.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, runde 2	Herrer
Øvelse 503.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, Åttendedelsfinale	Herrer
Øvelse 504.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, Kvartfinale	Herrer
Øvelse 505.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, Semifinale	Herrer
Øvelse 506.	50m	Fri, Poseidon Sparebank1 DRILLS CUP, Finale	Herrer

PAUSE (estimert 1 time)

ETTERMIDDAG KLOKKEN 14:00 (estimert tid)

Øvelse 601.	200m	Butterfly	Damer
Øvelse 602.	200m	Butterfly	Herrer
Øvelse 603.	50m	Bryst	Damer
Øvelse 604.	50m	Bryst	Herrer
Øvelse 605.	200m	Individuell medley	Damer
Øvelse 606.	200m	Individuell medley	Herrer
Øvelse 607.	1500m	Fri	Damer
Øvelse 608.	1500m	Fri	Herrer

PAUSE 15 minutter

Stafetter

Øvelse 609.	4x50m	Fri	Mix
-------------	-------	-----	-----





TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



Overnatting og måltider

SK Poseidon tilbyr overnatting i gangavstand til svømmehallen (ca. 5 min gange). Overnatting tilbys på Porsgrunn vgs. og/eller Kjølnes ungdomsskole. Alle måltider blir servert i Porsgrunn Arena (samme bygg som svømmehallen).

Rom blir anvist ved ankomst skolene etter kl 17:00 fredag. Klubbene må oppgi navn på en myndig person som kan være romansvarlig. Romansvarlig leverer overnatningslister for respektiv klubb med navn og romnummer for de som overnatter og leverer denne til vekten.

SK Poseidon vil legger til rette for para utøvere og andre med funksjonsnedsettelse, ta kontakt ved spesielle behov slik at vi kan finne en god løsning.

Ved avreise skal klubbene rydde og tømme sine eiendeler fra skolen, før 12:00 søndag. Pultene settes tilbake slik det var ved ankomst. Vakt og klubbens romansvarlig signerer utsjekksliste. Ved mangelfull rydding eller skader/ødeleggelser vil kostnadene bli belastet aktuell klubb.

Det tilbys følgende overnattinger og måltider:

- Middag fredag, 19:00-20:00
Lasagne, salat og bagetter
- Frokost lørdag, 07:00 – 09:00
Brødmatt, havregryn og havregrøt
- Lunsj lørdag 30 min før pause formiddags økt til ettermiddags økt starter
Pastasalat og brødmatt
- Middag lørdag, 18:00-20:00
Taco
- Frokost søndag, 07:00 – 09:00,
Brødmatt, havregryn og havregrøt
- Lunsj søndag 30 min før pause formiddags økt til ettermiddags økt starter
Tacogryte med pasta og brødmatt

Vi serverer glutenfri mat til hvert måltid. Andre allergier bes meldes inn ved bestilling!



SpareBank 1
SØRØST-NORGE

nel

Megaflis



TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



Priser

Overnatting på skole (pr pers pr natt):	180kr
Frokost:	75 kr
Lunsj:	95 kr
Middag:	150 kr

Kontaktpersoner:

Stevnet: Rune Kristiansen Tlf. 406 17 861
Overnatting: Rune Kristiansen Tlf. 406 17 861

rukr369@gmail.com
rukr369@gmail.com



SpareBank 1
SØRØST-NORGE

nel

Megaflis



TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



Påmelding og bestillingsskjema:

Klubb:

Lagleder:

Kontaktperson:

Epost: Tlf.:

Påmelding:

Individuelle starter (2013 - senior) stk. á kr. 100,- kr:

Stafetter stk. á kr. 200,- kr:

Deltakere i årsklassene 2014/2015 stk. á kr. 100,- kr:

Bestilling av overnatting og/eller matservering:

Overnatting på skole, fredag/lørdag stk á kr. 180 kr:

Middag fredag stk á kr. 150 kr:

Frokost lørdag stk á kr. 75 kr:

Lunsj lørdag stk á kr. 95 kr:

Middag lørdag kveld stk á kr. 150 kr:

Overnatting på skole, lørdag/søndag stk á kr. 180 kr:

Frokost søndag stk á kr. 75 kr:

Lunsj søndag stk á kr. 95 kr:

Sum kr:

Vennligst bruk dette oppsettet. Bestillingen sendes sammen med påmeldingen til SK Poseidon, stevne@skposeidon.no; innen 23.02.2024 23:59!





TELEMARK TOPPIDRETT
GYMNAS

Drills



Takk til våre sponsorer



Drills



Svømmeklubben Poseidon ønsker velkommen
Sparebank1 DRILLS Cup

