



Malvik Open 2026

7. februar 2026

Hommelvik Svømmehall

Med NSF's godkjenning og i tråd med NSF's lover og regler, innbyr Malvik Idrettslags svømmegruppe til Malvik Open 2026

Tid og sted:

Hommelvik Svømmehall, lørdag 7. februar 2026. Bassenget er 25 m med 6 baner og bølgebrytende baneskillere. Vannet er kloret og holder ca. 27°C. Det er elektronisk tidtaking under stevnet.

Innsvømming rekrutt: 08:00 - 08:50

Lagledermøte rekrutt: 08:30

Stevnestart rekrutt: 09:00

Innsvømming approbert: 11:00

Lagledermøte: 11:00

Dommermøte: 11:30

Stevnestart approbert: 12:00

Dommere

Vi setter pris på om deltakende klubber kan stille med dommere. Ta kontakt med Frode Eitrem (tlf. 924 13 044) for koordinering av dommere.

Klasseinndeling og premiering:

- Junior/Senior: Alle klasser fra 10 år (født 2016) til senior
- Rekrutter i eget stevne
- Individuelle øvelser: 1/3 premiering i alle klasser unntatt 2016.
- Rekrutter og alle 10 til 12 åringer (2014-2015-2016) får deltakerpremie.

Startkontingent

- Rekrutter: kr 100 uansett antall starter, og får én premie.
- Approbert stevne: Startkontingent kr. 100,- pr individuelle øvelse.
- 10 åringer (2016) som deltar i approbert stevne: kr 100,- uansett antall starter.
- Startkontingent etterfaktureres basert på påmelding og etteranmeldinger

Påmelding:

- Påmelding må være oss i hende i løpet av **onsdag 28.01.2026**
- Etteranmelding godtas ved ledig plass i heat, mot dobbel startkontingent
- Påmelding fortrinnsvis elektronisk med UNI_P format. Påmelding sendes samlet for hver klubb til: malvikilsvom@gmail.com

Ved spørsmål, vennligst kontakt Eli Holden på tlf: 913 55 904

Øvelser Rekrutt:

1. 25 bryst mix
2. 25 fri mix
3. 25 rygg mix
4. 25 fly mix
5. 50 fri mix
6. 4x25 fri mix

Øvelser approbert stevne Malvik Open:

1.	100 m butterfly, damer	2.	100 m butterfly, herrer
3.	100 m bryst, damer	4.	100 m bryst, herrer
5.	200 m IM, damer	6.	200 m IM, herrer
7.	200 m fri, damer	8.	200 m fri, herrer
9.	50 m fri, damer	10.	50 m fri, herrer
11.	400 m fri, damer	12.	400 m fri, herrer
PAUSE ca 30 min			
13.	100 m IM, damer	14.	100 m IM, herrer
15.	200 m rygg, damer	16.	200 m rygg, herrer
17.	50 m bryst, damer	18.	50 m bryst, herrer
19.	100 m rygg, damer	20.	100 m rygg, herrer
21.	50 m fly, damer	22.	50 m fly, herrer
23.	200 m bryst, damer	24.	200 m bryst, herrer

BADEHETTE ER PÅBUDT I HOMMELVIK SVØMMEHALL!

