

Stavanger Svømmeklubb ønsker herved velkommen til

SSK Grand Prix 2026

08.-10. mai 2026

Stavanger Svømmehall

En del av Rogaland Spring Swim Tour (RSST)



STAVANGER
SVØMMEKLUBB

[Skriv her]

Classification: Open

Invitasjon til SSK Grand Prix 2026

Med NSF's godkjenning og etter NSF's lover og regler, har Stavanger Svømmeklubb gleden av å invitere svømmere født i 2017 og eldre, inkludert masters og parasvømmere, til SSK Grand Prix. Dette stevnet er del av Rogaland Spring Swim Tour 2026 (se eget infoskriv).

Stevnet er innenfor fristen for kvalifisering til NM Junior/ Senior langbane 2026.

Sted: Stavanger Svømmehall, Lars Hertervigs gate 4, 4005 Stavanger.

Dato: Fredag 8. mai - søndag 10. mai 2026

Bassenget: 25 meter kloret ferskvann, 6 baner med bølgebrytende baneskillere, ca. 27-28° C, påbud med badehette i alle basseng og minner om at svømmere må dusje før de går i bassenget. Det er et maks antall svømmere på 140 stk. i hovedbassenget, så vi oppfordrer til innsømming i eget basseng dersom det er mulig.

Garderobeskap: Garderobeskap kan ikke låses, så det anbefales at verdisaker tas med inn i hallen.

Tidtaking: Elektronisk tidtaking og livetiming.

RSST: Vi følger opp svømmekonseptet med Rogaland Spring Swim Tour (RSST), i samarbeid med Sandnes Svømme- og livredningsklubb, der det vil bli utbetalt en pengepremie for beste sammenlagte poengsum for utvalgte øvelser som svømmes både i Sandnes og Stavanger. Finalene deles opp i tre klasser. Se vedlegg til denne invitasjon for utfyllende informasjon.

Innsømming: Fredag kl. 15:15 – 16:45 (Påmeldte klubber får tildelt tidspunkt)
Lørdag kl. 07:15 – 08:45 (Påmeldte klubber får tildelt tidspunkt)
Søndag kl. 07:15 – 08:45 (Påmeldte klubber får tildelt tidspunkt)

Innsømming finaler starter rett etter at forsøkene er ferdige (varighet ca 1 time).

Stevnestart: Fredag 08. mai kl. 17:00
Lørdag 09. mai kl. 09:00 (Finalestart kl 16:00)
Søndag 10. mai kl. 09:00

Vi tar forbehold om endring av starttidspunkter og oppsett ved stor deltagelse eller andre forhold som vanskeliggjør gjennomføring av stevnet som planlagt (ref også info om heatbegrensning lenger ned i invitasjonen).

Pauser: Pause(r) blir satt opp ved behov og tidspunkter publisert kort tid etter påmeldingsfristens utløp.

Parasvømmere: Parasvømmere svømmer sammen med funksjonsfriske, en klasse for damer og en klasse for herrer, australsk modell.

Masters: Egne klasser for Masters i forhold til NSF sitt reglement. Ved påmelding oppgis eventuelt utøvere som skal svømme i Mastersklasse

- Finaler:** Finalene gjennomføres med tre klasser for damer og tre klasser for herrer.
Klasse 1: Jenter 2013-2015; Gutter 2012-2015
Klasse 2: Jenter 2010-2012; Gutter 2009-2011
Klasse 3: Jenter 2009 og eldre; Gutter 2008 og eldre (inkl Masters)
Forøvrig se eget infoskriv (Rogaland Spring Swim Tour)
- Stafetter:** Stafetter lørdag. Åpen klasse (årsklasse 2014 og eldre). Hver klubb kan stille med så mange lag man ønsker.
Alle stafetter avvikles i forsøks-sekvensen
Approbert stevne:
- Premiering:** Deltakerpremie til årsklasse 2014 – 2017
Forsøk: 1/3 premiering til årsklasse 2015 og eldre
Finaler: Premiering 1.-3. plass
Parasvømmere premieres i egne klasser og rangeres etter prosentvis avvik fra verdensrekorden på langbane i den respektive klasse pr 1. Januar 2026
- Bestemannspremier:**
Gavekort á kr. 1.000 (beste gutt/jente i klassene 2011 og yngre – beste gutt/jente i klassene 2010 og eldre – beste gutt/jente para uavhengig av årsklasse) basert på sum av 2 beste individuelle øvelser (i ulike svømmearter hvorav individuell medley kan telle som en øvelse). Tider oppnådd i finalesekvens eller stafett teller ikke. Om en svømmer setter en kretsrekord så premieres dette med gavekort på kr. 500 og ved Norgesrekord kr. 1.000
- Rogaland Spring Swim Tour: Se eget infoskriv
- Påmelding:** **Frist: Onsdag 29. april 2026.** Klubber sender samlet påmelding elektronisk i NSF standard påmeldingsformat til: pamelding@rogsk.no med «Påmelding SSK Grand Prix 2026 <din klubb>» i emnefeltet.
Påmeldingstid skal være bestetid satt i perioden 27. april 2025 til 29. april 2026. Har man ikke svømt øvelsen i denne perioden tillates stipulert tid, men disse vil ved heatbegrensning rangeres sist. Ved lik tid benyttes loddtrekning. Spørsmål vedrørende påmelding rettes til samme e-post.
- Etter-påmelding:** Ved ledig plass i heat mot dobbel startkontingent, ta direkte kontakt med tidtakersjef i god tid før stevne start eller i pausen.
- Startkontingent:** Kr. 100,- pr. individuell øvelse. For svømmere født 2016 og 2017 betales kun kr 100,- uansett antall starter. Lagstarter kr 200,- pr lag.
- Strykninger:** Strykninger og lagoppsett leveres på itmobil.medley.no fortløpende og så snart som mulig. Dette kan utføres på en smart telefon, iPad eller PC. Lagledere får utdelt Livetiming koder for strykninger. Bruk disse til strykninger fram mot første stevnedag slik at vi kan ha fulle heat og effektiv stevneavvikling. Mangler deres lagleder kode for strykninger, ta kontakt med tidtakersjef på pamelding@rogsk.no Ikke vent til konkurransedagen med strykninger om en vet at svømmeren ikke kommer til å stille!

- Betaling:** **Startkontingent faktureres i etterkant, oppgi fakturaadresse, e-post og kontaktperson ved påmelding.**
NB! Gebyrer og avgifter kan bli innkrevd i henhold til NSF sine lover.
GE 24 Gebyrer og avgifter Straffeavgift, som tilfaller NSF, ilegges en klubb ved:
A. påmelding av deltagere som ikke har løst startlisens, jf. GE 1B, L 24 B. for sen tilbaketrekking/uteblivelse, jf. GE 22 D og GE 36,
C. uriktig påmelding, jf. GE 22 A, pkt. 4.
D. for sent innlevert lagoppsett i NM, jf. GE 34C
E. brudd på 30 dagers fristen i forbindelse med overgang, jf. GE 15 A.
Minner da spesielt om GE 22 som sier "Påmeldingen til en utøver som ikke kan starte skal trekkes tilbake senest 1 time før stevnets start konkurransedagen." Starter som blir strøket innen frist vil uansett bli fakturert som vanlig, men unngår da evt. at gebyr blir innkrevd til NSF.
Vi ber klubbene om at trenere/lagledere blir informert om dette.
- Heat-begrensning:** Arrangør forbeholder seg retten til å innføre heatbegrensinger på alle øvelser om nødvendig for å begrense varighet på stevnet. Ved stor deltakelse vil klasser kunne bli strøket i enkelte øvelser. Evt. kan hele øvelser strykes.

Eventuelle endringer vil bli lagt ut på <http://livetiming.medley.no> samt kommunisert til påmeldingsansvarlige i klubbene dagen etter påmeldingsfristens utløp.
- Lagledermøte:** Kort info møte fredag ca. 16:20 på møterom 2. etg i svømmehallen.
- Tidsskjema:** Tidsskjema for stevnet, inkludert estimert start for hver øvelse vil være tilgjengelig kort tid etter påmeldingsfristens utløp. All informasjon om stevnet blir lagt ut på <http://livetiming.medley.no>
- Er du dommer?** Er du dommer og skal være med din klubb til SSK Grand Prix 2025? Da setter vi stor pris på om du kan tenke deg å stille som dommer på en eller flere økter. Gi da beskjed til dommerutvalget i Rogaland svømmekrets på mail: rsk.dommerutvalg@gmail.com.
- Overnatting:** Overnatting må ordnes på egen hånd.
- Servering:** Åpen kafeteria under hele stevnet.
- Parkering:** Parkering på kommunale parkeringsplasser i sentrum mot betaling
- Spørsmål:** Eventuelle spørsmål rettes til stevneansvarlig Inge Andre Omundsen på e-post: iaomenx@gmail.com

Viktig info re. 2016 og 2017 årsklassene:

På Svømmetinget april 2016 ble det åpnet opp for at 9 års klassen kan starte på approberte stevner. Vi ber om at trenere og lagledere IKKE melder på utøvere i 2016/2017 klassen som ikke har full kontroll på svømmeregler eller mangler andre svømmetekniske ferdigheter. Svømmernes første stevne skal være en positiv opplevelse og det blir det ikke om utøver har problemer med å svømme distansen pga manglende ferdigheter eller blir disket av andre årsaker.

Øvelsesoppsett

SSK Grand Prix den 8. – 10. mai 2026

Fredag FORSØK	Lørdag FORSØK	Søndag FORSØK
1.100 Rygg Herrer	7. 200 Fri Herrer	19. 400 IM Herrer
2.100 Rygg Damer	8. 200 Fri Damer	20. 400 IM Damer
3.100 Fri Herrer	9. 50 Bryst Herrer	21. 100 Fly Herrer
4.100 Fri Damer	10. 50 Bryst Damer	22. 100 Fly Damer
5.1500 Fri Herrer	11. 4x50 Medley Herrer	23. 50 Rygg Herrer
6.1500 Fri Damer	12.4x50 Medley Damer	24. 50 Rygg Damer
	13. 200 Rygg Herrer	25. 100 Bryst Herrer
	14. 200 Rygg Damer	26. 100 Bryst Damer
	15. 50 Fly Herrer	27. 50 Fri Herrer
	16. 50 Fly Damer	28. 50 Fri Damer
	17. 100 IM Herrer	
	18. 100 IM Damer	
Lørdag FINALER		
100 Rygg Herrer		
100 Rygg Damer		
50 Fly Herrer		
50 Fly Damer		
100 Fri Herrer		
100 Fri Damer		
50 Bryst Herrer		
50 Bryst Damer		
200 Fri Herrer		
200 Fri Damer		

Svømmere, ledere, dommere og alle andre interesserte ønskes hjertelig velkommen til tre spennende dager i Stavanger Svømmehall!

TAKK TIL VÅRE SAMARBEIDSPARTNERE



NOR KLINIKKEN



PRO:MELINGS
GAVER OG PROFILERING

BS BYGG-SERVICE AS

Moller Bil  **KLUBBEN.no**
Sør-Rogaland *Vi kan svømming*