



INNBYDELSE TIL HAUGALAND KRAFT OPEN

30. og 31. mai 2026

Karmøyhallen, Kopervik

Med godkjenning av NSF og i henhold til NSF's lover og regler har Karmøy Svømmeklubb gleden av å invitere til svømmestevne i Karmøyhallen.

Adresse:

Karmøyhallen, Eidsbakkane 13, 4250 KOPERVIK

Dato:

Lørdag 30. og søndag 31. mai 2026

Bassenget:

25m basseng, kloret ferskvann, 6 baner, temperatur ca. 28 grader. Eget utsvømmingsbasseng. Det vil bli benyttet elektronisk tidtaking og livetiming under stevne.

Påmelding:

Elektronisk påmelding ved bruk av UNI_P (Prima format) sendes til:

pamelding@rogsk.no innen **22. mai 2025 kl. 23.59**.

Stevneoppsett kan lastes ned fra medley.no i Victoria. Etterpåmeldinger i ledige baner mot dobbel startkontigent. Strykninger og lagoppsett sendes så raskt som mulig på ltmobil.medley.no Kontaktperson påmeldinger: Merete Monsen,

pamelding@rogsk.no

Klasser:

Alle årsklasser f.o.m. 2017 t.o.m senior, masters og HC. På svømmetinget april 2016 ble det åpnet opp for at 9 års klassen kan starte på approberte stevner. Vi ber trenere og lagledere IKKE melde på utøvere i 2017 klassen som ikke behersker øvelsene.

Premiering:

1/3-premiering i forhold til antall påmeldte i hver øvelse. Deltagerpremie til alle svømmere født i 2014-2017.

Overnatting:

Overnatting på hotell må ordnes av den enkelte klubb.

Mulighet for overnatting på Kopervik videregående skole. Frist for booking av overnatting er 15. mai. Ta kontakt med Daniel Sandhåland på dagliglederksk@gmail.com.

Kafe:

Det vil være åpen kafe under hele stevnet, med mulighet for både varm og kald mat og drikke.

Startkontigent: Kr. 100,- pr. start
Kr. 100,- for deltakere født i 2016, 2017 uavhengig av antall starter. Faktura sendes i etterkant av stevnet.

Stevneleder:

Torfinn Gaupås, tgaupaas@hotmail.com, 90514515

Tidspunkt:

Dag	Innsvømming	Lagledermøte	Stevnestart
Lørdag	Kl. 09.00	Kl. 09.15	Kl. 10.00
Søndag	Kl. 09.00		Kl. 10.00

Øvelser:

Øvelser gutter	Lørdag	Øvelser jenter
1	4x50 medley	2
3	800 fri	4
5	100 IM	6
7	50 rygg	8
9	100 bryst	10
11	50 fri	12
	Pause ca. 30 minutt	
13	4x100 fri	14
15	200 bryst	16
17	200 rygg	18
19	50 fly	20
21	400 fri	22
Øvelser jenter	Søndag	Øvelser gutter
23	1500 fri	24
25	200 fly	26
27	50 bryst	28
29	100 rygg	30
31	200 fri	32
	Pause ca. 30 minutt	
33	4x200 fri	34
35	200 IM	36
37	100 fly	38
39	400 IM	40
41	100 fri	42

Etter stevnets avslutning blir resultatlister og resultatfiler lagt ut på www.livetiming.no
Svømmere, ledere, trenere og dommere ønskes velkommen til Karmøyhallen!

Med vennlig hilsen
Styret i Karmøy Svømmeklubb



Sponsorer:



Skudenes & Aakra
Sparebank



STILLAS
GRUPPEN



Åkra Bilimport



