



Verdal svømmeklubb vil med NSF's godkjenning og etter NSF's lover og regler invitere alle svømmevenner til krets/regionstevnet
Vikingsvøm

Tid og sted: Lørdag 14. mars kl 12.00 i Verdal svømmehall. Innsvømming og lagledermøte fra kl. 11:00
Rekruttstevne: innsvømming 09:00, stevnestart kl. 10:00

Bassenget: 6 x 25m, ferskvann og vanntemperatur på ca. 27 grader med bølgebrytende banetau. Det benyttes helautomatisk tidtakersystem med innslagsplater og resultattavle. Victoria resultatsystem og livetiming.

Påmelding: Innen 4. mars kl 23:59. Etteranmeldelse godtas mot dobbel startavgift frem til 14. mars kl 11:00. Påmelding sendes samlet for hver klubb til epost stevne@svommeklubben.no. Benytt gjerne (UNI_P) fil eller påmeldingsfunksjonen som finnes på medley.

Klasser: Alle årsklasser fra 9 år (f.2017) til senior. Funksjonshemmede i egne klasser. Rekrutter stiller i eget stevne (mixed) som kjøres før approbert stevne. Stafetter i sr. klasse.

Startavgift: Individuell start kr. 100,-. Lagstart kr. 200,-. Rekrutter og 2 yngste årsklasser i approbertstevnet kr. 100,- samlet for alle øvelser. Faktureres til klubbene i etterkant av stevnet. Oppgi epost for fakturering ved påmelding.

Premiering 1/3 premiering for f.2015 og eldre. Alle f.2014 eller senere får deltakerpremie. Det blir medaljer for stafettene.

Kontakt: Stevneleder Vidar Øvrum, 48094281. Oppfordrer deltagende klubber til å stille med dommere



Øvelser rekrutt

101	25m rygg	105	50m bryst
102	50m fri	106	25m fri
103	25m bryst	107	4x25 fri stafett
104	25m butterfly		

Øvelser approbert

1	800m fri, damer	2	800m fri, herrer
3	200m medley, damer	4	200m medley, herrer
5	50m bryst, damer	6	50m bryst, herrer
7	100m butterfly, damer	8	100m butterfly, herrer
9	50m rygg, damer	10	50m rygg, herrer
11	400m fri, damer	12	400m fri, herrer

PAUSE

13	400m ind. medley, herrer	14	400m ind. medley, damer
15	50m fri, herrer	16	50m fri, damer
17	200m rygg, herrer	18	200m rygg, damer
19	100m fri, herrer	20	100m fri, damer
21	50m butterfly, herrer	22	50m butterfly, damer
23	200m bryst, herrer	24	200m bryst, damer
25	4 x 50m fri, herrer	26	4 x 50m fri, damer



Velkommen til Verdal!

