



HØSTBØLGEN

2026 / HOMMELVIK

Dette er et krets-/regionstevne, med NSF sin godkjenning og iht. forbundets lover og regler. Stevnet er et samarbeid mellom Malvik IL og TS&LK og kjøres på 6 x 25m i Hommelvik. Stevnet er åpent for masters, senior, junior og para.

Tid: Lørdag 7.nov kl. 12.00 og søndag 8.nov. kl. 10.00
Lagledermøtet avholdes lørdag kl. 11.00

Påmelding: Sendes pamelding@tslk.no via påmeldingsløsning på medley.no innen 28.okt. Bruk Lenex-format. Påmeldinger bekreftes og startlister publiseres løpende. Etteranmelding godtas frem til lagledermøtet mot dobbel startkontingent.

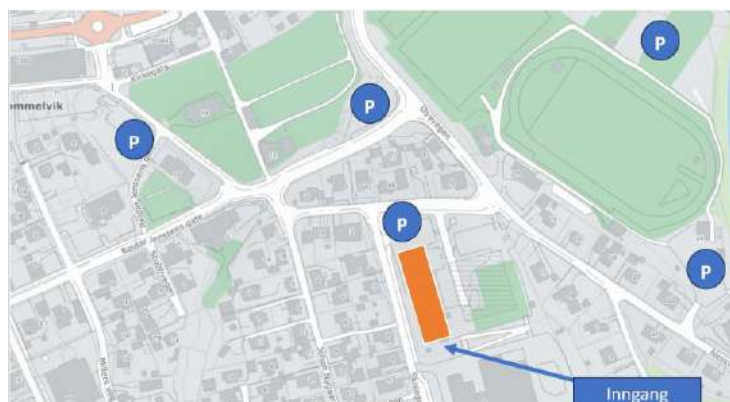
Livetiming: På dette stevnet bruker vi Swimify. Livetiming på <https://live.swimify.com/> og egen app «Swimify Live». Livetiming-løsning på livetiming.medley.no og ltmobil.medley.no benyttes ikke.

Startkontingent: Kr 100,- pr individuell start, kr 200 pr lagstart. Det blir sendt ut faktura til klubbene etter stevnet. Årsklasse 2016 og 2017 betaler kun en startkontingent uavhengig av antall starter.

Premiering: 1/3 premiering i hver årsklasse. Premier til 1.-3.plass på stafettene
Damer/jenter: Masters, senior, -08-09-10-11-12-13-14-15-16-17 og para.
Herrer/gutter: Masters, senior, -08-09-10-11-12-13-14-15-16-17 og para.
Alle 9-12 åringer får deltakerpremie. Kun deltakerpremie til 2016-2017

Overnatting: Må ordnes på egen hånd. Scandic Hell. **Telefon:** [74 84 48 00](tel:74844800)

Parkering:



Øvelsesutvalg:

Lørdag 7.nov. **Stevnestart kl. 12.00** **Innsvømming kl. 11.00**

NR	ØVELSE	KLASSE	NR	ØVELSE	KLASSE
1.	400m fri	Herrer / gutter	2.	400m fri	Damer / jenter
3.	50m bryst	Herrer / gutter	4.	50m bryst	Damer / jenter
5.	100m rygg	Herrer / gutter	6.	100m rygg	Damer / jenter
7.	50m fri	Herrer / gutter	8.	50m fri	Damer / jenter
9.	100m butterfly	Herrer / gutter	10.	100m butterfly	Damer / jenter
11.	200m bryst	Herrer / gutter	12.	200m bryst	Damer / jenter
13.	400m IM	Herrer / gutter	14.	400m IM	Damer / jenter
15.	KOMPIS-STAFETTEN 4x50m Medley	Herrer, en klasse	16.	KOMPIS-STAFETTEN 4x50m Medley	Damer, en klasse

30min pause etter øvelse 8. Vi forbeholder oss retten til å gjøre endringer ved for liten/stor deltakelse

Søndag 8.nov. **Stevnestart kl. 10.00** **Innsvømming kl. 09.00**

NR	ØVELSE	KLASSE	NR	ØVELSE	KLASSE
17.	100m IM	Herrer / gutter	18.	100m IM	Damer / jenter
19.	100m bryst	Herrer / gutter	20.	100m bryst	Damer / jenter
21.	200m rygg	Herrer / gutter	22.	200m rygg	Damer / jenter
23.	50m butterfly	Herrer / gutter	24.	50m butterfly	Damer / jenter
25.	200m IM	Herrer / gutter	26.	200m IM	Damer / jenter
27.	100m fri	Herrer / gutter	28.	100m fri	Damer / jenter
29.	50m rygg	Herrer / gutter	30.	50m rygg	Damer / jenter
31.	4x50m fri	En klasse	32.	4x50m fri	En klasse

30min pause etter øvelse 24. Vi forbeholder oss retten til å gjøre endringer ved for liten/stor deltakelse

Malvik IL og TS&LK håper vi sees i Hommelvik 😊

