

Innbydelse til: **TERJE VIGEN**

lørdag - søndag, 10. - 11. oktober 2026
Levermyr svømmehall, Grimstad



Grimstad svømmeklubb ønsker Svømmere, Trenere, Ledere og Familie velkommen til årets Terje Vigen stevne i Levermyr svømmehall lørdag-søndag 10. – 11. oktober 2026.

Stevnet gjennomføres i henhold til NSF's lover og regler og vårt 25 meters basseng har fem baner, kiefer baneskillere og OMEGA startpaller. Stevnet kan også følges på Livetiming.

Vi har med mange ÅM øvelsene på programmet, og vi håper at mange benytter seg av dette til å kvalifisere seg for LÅMØ 2027.

Kiosksalg under hele stevnet.

Stevnestart*

Lørdag:

Innsvømming	kl.08.30
Lagledermøte	kl.09.00
Dommermøte	kl.09.30
Stevnestart	kl.10.00

Søndag:

Innsvømming	kl.08.30
Dommermøte	kl.09.30
Stevnestart	kl.10.00

**Vi forbeholder oss retten til å justere tidspunktene, dersom dette er hensiktsmessig for gjennomføringen av stevnet. Sjekk tidsskjema på livetiming.no for oppdatert informasjon*

Aldersklasser:

Stevnet er åpent for alle årsklasser 2017 og eldre, para, senior og masters. Masters må angi klasse og årstall ved påmelding. Startlisens skal være løst før stevnestart.

Startkontingent:

Kr 100 for individuelle øvelse og kr 200 for stafettlag.

Svømmere født i 2017 betaler kr 100 uavhengig av antall starter.

Etteranmeldelse i ledige baner mot dobbel startavgift som betales med Vipps på lagledermøtet.

Påmeldingsfrist: 1. oktober

Påmelding via Medley.no eller sendes på elektronisk format f.eks word, excel eller standadformat uni_p til Marcus Olsen på e-post: marcus@ksa.no

Startkontingent betales samlet pr klubb til Grimstad svømmeklubb,

Kontonummer: **3000 67 81108**

Innbetalingsfrist samme som påmeldingsfristen **1. oktober**

Innbetalingen merkes med: Terje Vigen og klubbens navn

Andre henvendelser henstilles til stevneleder; Tatiana Mazur via e-post: tatiana.s.mazur@gmail.com eller tlf +47 950 02 532

Premiering:

Det er 1/3 premiering til og med klasse 2015. Deltagerpremier til klasse 2014, 2015, 2016 og 2017. Yngste 2 klasser (2016 og 2017) vil etter regelverket ikke bli rangert og mottar kun deltakerpremien

Øvelser:

Øvelse	Distanse	Øvelse	Distanse
Lørdag			
1	100 butterfly gutter	2	100 butterfly jenter
3	200 fri gutter	4	200 fri jenter
5	50 bryst gutter	6	50 bryst jenter
7	200 rygg gutter	8	200 rygg jenter
9	50 butterfly gutter	10	50 butterfly jenter
Pause			
11	1500 fri gutter	12	1500 fri jenter
13	200 medley gutter	14	200 medley jenter
15	100 bryst gutter	16	100 bryst jenter
17	200 butterfly gutter	18	200 butterfly jenter
19	4x100 fri gutter	20	4x100 fri jenter
Søndag			
21	400 fri jenter	22	400 fri gutter
23	100 medley jenter	24	100 medley gutter
25	50 rygg jenter	26	50 rygg gutter
27	100 fri jenter	28	100 fri gutter
Pause			
29	400 medley jenter	30	400 medley gutter
31	200 bryst jenter	32	200 bryst gutter
33	50 fri jenter	34	50 fri gutter
35	100 rygg jenter	36	100 rygg gutter
37	4x50 medley jenter	38	4x50 medley gutter

Presisering:

- Årsklasse 2014 – 2017 kan ikke delta i øvelse 11, 12, 29 og 30
- Vi tar forbehold om endringer og innføring av heatbegrensning. Starttidspunkter kan bli forskjøvet ut fra størrelsen på stevnet.
- Det blir satt opp et forventet tidsskjema. Tidsskjemaet er veiledende og svømmere og ledere bes følge med på livetiming for øvelsesstart.

Dommere:

Er du dommer og vil dømme, ta gjerne kontakt med vår dommeransvarlig Daniel Mårtensson på: daniel.erik.martensson@gmail.com eller tlf. 913 16 663 dersom du har anledning til å hjelpe oss med en økt eller fler.

VELKOMMEN TIL GRIMSTAD!

Med sportslig hilsen
Grimstad svømmeklubb