



INNBYDELSE TIL

ARABERSWIM

Haugesund 5. og 6. september 2026

Haugesund Svømmeklubb har gleden av å invitere til åpent stevne, med NSF's godkjenning, i Haraldshallen i Haugesund. Stevnet arrangeres med NSF's lover og regler.

Haraldshallen svømmehall:

Bassenget inneholder klorert ferskvann, er 25 meter langt, har 6 baner og holder en temperatur på ca. 27 grader. Bølgebrytende baneskiller. Elektronisk tidtaking. Det er påbudt med badehette.

Klasseinndeling:

Herrer og Damer: Masters, funksjonshemmede, senior, alle årsklasser fra og med 2017. Funksjonshemmede svømmer sammen med funksjonsfriske, men premieres i egne klasser.

Påmelding og påmeldingsfrist:

Elektronisk påmelding sendes på e-post: pamelding@rogsk.no innen 30. august 2026, kl 24.00. Stevneoppsettet kan lastes ned fra www.medley.no

Strykninger og lagoppsett:

Leveres så raskt som mulig på ltmobil.medley.no.

For påmelding som trekkes etter den ordinære fristens utløp, frafalles ikke pliktig kontingent. En påmeldt deltaker som ikke kan starte pga. endringer i programmet, har rett til å få kontingent for den enkelte start tilbakebetalt. Påmeldingen til en utøver som ikke kan starte, skal trekkes tilbake senest 1 time før stevnets start konkurransedagen.

Straffeavgift, som tilfaller NSF, ilegges en klubb ved: A. påmelding av deltagere som ikke har løst startlisens, for sen tilbaketrekking/uteblivelse, uriktig påmelding, brudd på 30 dagersfristen i forbindelse med overgang.

Startkontingent:

Startkontingenten er 100 kroner per individuell start. For årsklassene 2016 og 2017 er startkontingenten 100 kroner per utøver.

Startkontingenten betales samtidig med påmeldingen til bankkonto: 3240 42 61885. Innbetaling merkes med klubbens navn og "Araberswim 2026".

Premiering:

1/3 premiering: Det blir vanlig 1/3 premiering i forhold til antall påmeldte i hver øvelse.

Deltakerpremie: til alle svømmere født i 2015 til 2017.

Årets Araber: går til den jente og gutt som oppnår høyest poengsum på 400 fri + en valgfri øvelse. Premien er et gavekort på kr. 1500 kroner. Vi benytter FINA poengtabell for utregning av bestemannspremiene.

Lagledermøte:

Det avholdes ikke lagledermøte, men kontakt stevneleder Carsten Kickstat (907 31 269) eller HSKs styreleder Kristian Kämäräinen (975 90 482) dersom dere har spørsmål.

Vi nås også på e-postadressen: **hsk.sekretar@gmail.com**

Starttidspunkter:

Dag	Innsvømming	Stevnestart
Lørdag	09.00	10:00
Søndag	09.00	10:00

Øvelsesoppsett:

Øvelse gutter:	Lørdag	Øvelse jenter:
1	200 fri menn	
	400 m. fri damer	2
3	50 m. rygg	4
5	100 m. butterfly	6
7	50 bryst	8
Pause		
9	100 m. bryst	10
11	50 m. fri	12
13	100 m. individuell medley	14
15	200 m. rygg	16

Øvelse jenter:	Søndag	Øvelse gutter:
17	200 fri damer	
	400 fri menn	18
19	200 m. bryst	20
21	100 m. fri	22
Pause		
23	200 m. butterfly	24
25	200 m. individuell medley	26
27	50 m. butterfly	28
29	100 m. rygg	30

Overnatting:

Thon Hotel Saga i Haugesund sentrum har rabatterte idrettspriser for klubbene som deltar på Araberswim. Tilbudet gjelder også for stevnets dommere.

Priser:

- 1200 kr - Standardrom for en person, per natt
- 1500 kr - Standardrom for to personer, per natt
- 1800 kr - Standardrom for tre personer, per natt
- 1400 kr - Superiorrom for en person, per natt
- 1700 kr - Superiorrom for to personer, per natt
- 1600 kr - Businessrom for en person, per natt
- 1900 kr - Businessrom for to personer, per natt

Link til rombestilling: [Overnatting til Araberswim 4.-6. Sep v/Haugesund Svømmeklubb](#)

Denne lenken er aktiv fram til mandag 24. august. Hotellet operer med «først til mølla»-prinsippet for klubbene som ønsker å benytte seg av dette tilbudet.

Spørsmål angående hotellovernattingen kan tas direkte med Thon Hotel Saga på e-post: Saga@thon.no eller telefonnummer: 52 86 28 00 (Henvis da til Araberswim og referansenummer: 30882179).

Skoleovernatting

Gjennom Haugesund kommune er det mulig å skaffe skoleovernatting på Hauge skole. Adresse: Haugevegen 31, 5523 Haugesund. (Det tar 15-20 minutter å gå fra skolen til svømmehallen).

Klubber som ønsker å benytte seg av skoleovernattingstilbudet, må melde fra om dette til Haugesund Svømmeklubb senest 16. august på e-postadressen: hsk.sekretar@gmail.com Henvendelsen må inneholde navn og telefonnummer til reiseleder som skal overnatte på skolen, samt antall på hvor mange svømmere/trenere/reiseledere som overnatter.

Kontakt:

Har dere spørsmål vedrørende stevnet, ta kontakt med stevneleder Carsten Kickstat (907 31 269) eller HSKs styreleder Kristian Kämäräinen (975 90 482).

Vi nås også på e-postadressen: hsk.sekretar@gmail.com