



Til Akershus Svømmekrets og svømmeklubbene.

Invitasjon til:

McDonalds Rekrutt Cup 2026

Ås Idrettslag Svømming inviterer til rekruttstevne i Nordbytun svømmehall (Emely Kirkeruds vei 6, 1407 Vinterbro).

Stevnet er satt til søndag 20. september kl. 09.00, innsvømming fra kl 08.15.

Tidsskjema kan endres ut i fra antall påmeldinger.

Påmeldinger sendes via medley eller i form av Uni_p og tekstfil til sebastian@dehnes.com, senest onsdag 9. september kl. 23.59.

Stevnet er åpent for alle født 2019 og eldre.

Stevnet er åpent for publikum og det vil være en åpen kafeteria med salg av diverse mat og drikke.

Startkontingent kr. 100 pr. deltager uavhengig av antall starter.
Startkontingent faktureres klubbene etter stevnet. Faktura blir sendt pr e-post.

Bassenget er 25m langt, har 6 baner, ferskvann, bølgebrytende baneskillere og vann-temperatur på ca. 27 grader. Stevnet avholdes med elektronisk tidtaking.

Kontaktperson stevneleder Sebastian Dehne og påmeldingsansvarlig:
mobil 406 36 022 og epost sebastian@dehnes.com.

Etteranmelding i ledige baner godtas på stevnedagen.

Nr.	Øvelse	Kjønn	Nr.	Øvelse	Kjønn
1	50m fri	jenter	9	25m fri	jenter
2	50m fri	gutter	10	25m fri	gutter
3	25m rygg	jenter	11	100 IM	jenter
4	25m rygg	gutter	12	100 IM	gutter
5	25m bryst	jenter	13	50m bryst	jenter
6	25m bryst	gutter	14	50m bryst	gutter
7	25m butterfly	jenter	15	50m rygg	jenter
8	25m butterfly	gutter	16	50m rygg	gutter
			17	4 x 50m fri mix	jenter/gutter

Vel møtt på Nordbytun! - Ås IL Svømming