

Asker Svømmeklubb

Trivsel, Trygghet og Fart i vann



Asker 25. november 2007.

Til Svømmeklubbene,
Norges Svømmeforbund,
Akershus Svømmekrets.

Asker Svømmeklubb inviterer til



Risenga svømmehall – Asker. Fredag 11. til søndag 13. januar 2008

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, har Asker Svømmeklubb gleden av å invitere svømmere **født 1997 og tidligere** til Asker Open 2008. Stevnet vil foregå i Risenga Svømmehall, Bragesvei 8, 1387 Asker. Bassenget har 6 baner (med bredde 2,25m), er 25 m langt og har vanntemperatur på ca. 27 grader. Vi vil gjøre vårt beste for å skape god stemning og en fin sportslig ramme rundt stevnet.

	Fredag	Lørdag	Søndag
Lagledermøte:	17.30	(08.30 hvis behov)	(08.30 hvis behov)
Innsvømming:	17.30	08.00	08.00
Stevnestart:	18.30	09.30	09.30

Stupbassenget vil være åpent for utsvømming under stevnet. Vennligst respekter at øvrige bassenger er stengt.

ØVELSESUTVALG:

Alle ÅM-øvelser er med. Vi håper på god deltakelse i S-klassene

PREMIERING:

På øvelsene 200 fri, 200 butterfly og 1500 fri er det en premieklasse med 1/3 premiering.

I øvrige individuelle øvelser er det 1/3 premiering i hver årsklasse

Pengepremie kr. 3.000 til beste klubb basert på plasseringspoeng: 7-5-4-3-2-1, for de 6 første plassene i hver premieklasse fra de individuelle øvelsene. Stafetter teller dobbelt (14-10-8-6-4-2).

For stafettene er det to premieklasser:

Utøvere født 1993 og eldre

Utøvere født 1994 -1997.

De tre beste lag i hver klasse premieres. Det kan delta yngre utøvere i et stafettlag, men en utøver kan kun svømme for ett lag per øvelse.

Premie til beste kvinne og mann (uansett klasse) med høyeste poeng i en enkeltøvelse.

Asker Svømmeklubb

Trivsel, Trygghet og Fart i vann



HEATBEGRENSNING:

På øvelsene 200 fri og 200 butterfly vil det bli maksimalt 4 heat. På 1500 fri vil det bli maksimalt 2 heat. På øvrige øvelser forbeholder oss retten til å begrense antall heat ved stor deltakelse.

STARTKONTINGENT:

Kr. 75,- pr. individuell start, kr. 150,- pr. lag i stafettene. Etteranmelding godtas mot dobbel startkontingent hvis stevneledelsen anser at det er plass.

Startkontingent skal innbetales samtidig med påmelding til Asker Svømmeklubbs bankkonto nr. 1620.16.50252, og skal være Asker svømmeklubb i hende senest 20. desember 2007.

PÅMELDING:

Påmelding (helst på e-post): askeropen@askersvom.no alternativt diskett på prima standard, stevnebørsfil e.l., må være oss i hende senest **onsdag 19. desember 2007**.

Vennligst respekter aldersbegrensningen ved påmelding. **Legg spesielt merke til at 1997-klassen har et noe begrenset øvelsesutvalg.**

Eventuell skriftlig påmelding sendes til:
Torbjørn Sund, Rosenkrantz vei 27B, 1397 Nesøya.

KONTAKTPERSONER:

Kontaktperson for S-klassene:

Ulf Riise: E-post: ulf.riise@tele2.no Tlf: 90188255

Påmelding:
Torbjørn Sund: E-post: askeropen@askersvom.no Tlf: 90559712

Øvrige henvendelser:
Jostein Rustad: E-post: josrusta@online.no Tlf: 48223932

LAGLEDERMØTE – STRYKNINGER – ETTERANMELDINGER - HEATLISTER

Laglederemøte avholdes fredag kl. 17.30. Ønske om etteranmeldinger leveres på laglederemøtet, og taes med hvis stevneledelsen anser at det er plass. Strykninger leveres skriftlig på stevnekontoret **senest en time før stevnestart**.

Startlister legges ut på: www.askersvom.no senest 1 uke før stevnet. Heatlister vil bli satt opp etter strykningene **hver stevnedag** og distribuert til klubbene før stevnestart.

For å få en så effektiv stevneavvikling som mulig anmoder vi klubbene å levere de strykninger de kjenner til **så tidlig som mulig** (helst dagen før).

KAFETERIA:

Asker Svømmeklubb vil ha kafeteria med salg av mat og drikke under stevnet. På lørdag og søndag vil det være anledning til å få kjøpt middag. Den **må forhåndsbestilles** og betales ved påmelding. Menyen er som følger:

Meny Lørdag:

Gryterett
m/Ris og grønnsaker - kr. 55,-

Meny Søndag:

Ovnsbakt Ørret (skinn og benfri)
m/Urtesmør, Poteter og Grønnsaker - kr. 55,-

Asker Svømmeklubb

Trivsel, Trygghet og Fart i vann



Asker Open 11. - 13. januar 2008

Fredag kl. 18.30

1	200	fri	jenter	max 4 heat	senior – 1996	åpen klasse
2	200	fri	gutter	max 4 heat	senior – 1996	åpen klasse
3	200	butterfly	jenter	max 4 heat	senior – 1996	åpen klasse
4	200	butterfly	gutter	max 4 heat	senior – 1996	åpen klasse
5	1500	fri	jenter	max 2 heat	senior – 1996	åpen klasse
6	1500	fri	gutter	max 2 heat	senior – 1996	åpen klasse

Lørdag kl. 09.30

7	200	medley	jenter	1994 – 1997
8	200	medley	gutter	1994 – 1997
9	50	rygg	jenter	1994 – 1996
10	50	rygg	gutter	1994 – 1996
11	100	bryst	jenter	1994 – 1997
12	100	bryst	gutter	1994 – 1997
13	200	rygg	jenter	1994 – 1996
14	200	rygg	gutter	1994 – 1996
15	50	butterfly	jenter	1994 – 1997
16	50	butterfly	gutter	1994 – 1997
17	100	fri	jenter	1994 – 1996
18	100	fri	gutter	1994 – 1996
19	4x50	fri	jenter	1994 – 1997
20	4x50	fri	gutter	1994 – 1997



Asker Svømmeklubb

Trivsel, Trygghet og Fart i vann

Lørdag kl. 15.00

21	200	medley	jenter	1993 og eldre
22	200	medley	gutter	1993 og eldre
23	50	rygg	jenter	1993 og eldre
24	50	rygg	gutter	1993 og eldre
25	100	bryst	jenter	1993 og eldre
26	100	bryst	gutter	1993 og eldre
27	200	rygg	jenter	1993 og eldre
28	200	rygg	gutter	1993 og eldre
29	50	butterfly	jenter	1993 og eldre
30	50	butterfly	gutter	1993 og eldre
31	100	fri	jenter	1993 og eldre
32	100	fri	gutter	1993 og eldre
33	4x50	fri	jenter	1993 og eldre
34	4x50	fri	gutter	1993 og eldre

Søndag kl. 09.30

35	400	fri	jenter	1994 – 1997
36	400	fri	gutter	1994 – 1997
37	50	bryst	jenter	1994 – 1997
38	50	bryst	gutter	1994 – 1997
39	100	butterfly	jenter	1994 - 1996
40	100	butterfly	gutter	1994 – 1996
41	50	fri	jenter	1994 – 1996
42	50	fri	gutter	1994 – 1996
43	100	rygg	jenter	1994 – 1997
44	100	rygg	gutter	1994 – 1997
45	200	bryst	jenter	1994 – 1996
46	200	bryst	gutter	1994 – 1996

Asker Svømmeklubb

Trivsel, Trygghet og Fart i vann



Søndag kl. 15.00

47	400	fri	jenter	1993 og eldre
48	400	fri	gutter	1993 og eldre
49	50	bryst	jenter	1993 og eldre
50	50	bryst	gutter	1993 og eldre
51	100	butterfly	jenter	1993 og eldre
52	100	butterfly	gutter	1993 og eldre
53	50	fri	jenter	1993 og eldre
54	50	fri	gutter	1993 og eldre
55	100	rygg	jenter	1993 og eldre
56	100	rygg	gutter	1993 og eldre
57	200	bryst	jenter	1993 og eldre
58	200	bryst	gutter	1993 og eldre

Vi tar forbehold om endring av start tidspunkter for lørdag og søndag ved stor deltakelse.

Vi ønsker svømmere, trenere, ledere og øvrige svømmeinteresserte velkommen til en hyggelig svømmehelg i Risenga svømmehall.

Asker Svømmeklubb

Trivsel, Trygghet og Fart i vann



KLASSEINNDELING FOR FUNKSJONSHEMMEDE DELTAKERE

Det internasjonale klassifiseringssystemet fra International Paralympic Committee, adoptert av NSF, benyttes. (Om klassifisering se www.svomming.no-svømming-funksjonshemmede-klassifisering).)

Dette betyr at det konkurreres i følgende klasser på øvelsene nedenfor:

KLASSER

	Fri/rygg/butterfly	Bryst	Medley
Bevegelseshemmede	S1 – S10	SB1 – SB9	SM1 – SM9
Synshemmede	S11 – S12	SB11 – SB12	SM11 – SM12
Utviklingshemmede	S14	SB14	SB14
Hørselshemmede	S15	SB15	SB15

Når det gjelder **S-klassene 1-12 og 15** deles disse i junior og senior!

I **S-klasse 14** skilles det ikke ved alder, men ved bestetid oppnådd de siste 12 måneder etter følgende tabell (treningstid i mangel av konkurransetid). Den følgende tabellen er ikke fullstendig.

HERRER:

	Klasse CB		Klasse CC		Klasse CD
	Bestetid		Bestetid		Bestetid
	Fra	Til	Fra	Til	Fra – og bedre
50 m Fri	1:18,43	1:02,26	1:02,25	0:48,87	0:45,86
100 m Fri	2:53,14	2:17,43	2:17,42	1:41,26	1:41,25
50 m Rygg	1:27,12	1:09,16	1:09,15	0:50,96	0:50,95
100 m Rygg	3:09,13	2:30,12	2:30,11	1:50,61	1:50,60
50 m Bryst	1:37,62	1:17,49	1:17,48	0:57,10	0:57,09
100 m Bryst	3:35,36	2:50,94	2:50,93	2:05,95	2:05,94
50 m Butterfly	1:24,21	1:06,85	1:06,84	0:49,26	0:49,25
100 m Butterfly	3:09,10	2:30,09	2:30,08	1:50,95	1:50,94
200 m Medley	7:06,94	6:18,75	6:18,74	4:09,68	4:09,67

DAMER:

	Klasse CB		Klasse CC		Klasse CD
	Bestetid		Bestetid		Bestetid
	Fra	Til	Fra	Til	Fra – og bedre
50 m Fri	1:29,52	1:11,06	1:11,05	0:52,36	0:52,35
100 m Fri	3:14,84	2:34,66	2:34,65	1:53,95	1:53,94
50 m Rygg	1:40,16	1:19,51	1:19,50	0:58,58	0:58,57
100 m Rygg	3:35,00	2:50,65	2:50,64	2:05,74	2:05,73
50 m Bryst	1:51,66	1:28,63	1:28,62	1:05,31	1:05,30
100 m Bryst	4:02,81	3:12,73	3:12,72	2:22,00	2:21,99
50 m Butterfly	1:34,38	1:14,92	1:14,91	0:55,20	0:55,19
100 m Butterfly	3:32,56	2:48,72	2:48,71	2:04,32	2:04,31
200 m Medley	7:57,19	6:18,75	6:18,74	4:39,07	4:39,06

Påmeldingen **skal** inneholde bestetider for alle. Videre oppdeling innen S14 gjør det selvfølgelig spesielt viktig for denne.

NB! Ønske om **start i vannet** merkes for den enkelte svømmer i den enkelte øvelse med **W** i påmeldingen.

Vi vil ta ekstra hensyn ved startprosedyren der vi ser det er behov for litt ekstra tid for å gjøre seg klar.