



Kolbotn Idrettslag Svømmegruppe



Til Akershus Svømmekrets
Svømmeklubbene

Roald Amundsen Rekrutt 2009

Søndag 11. oktober 2009 i Sofiemyrhallen

Kolbotn IL Svømmegruppe har gleden av å invitere til rekruttstevne. Stevnet er åpent for alle rekrutter, og det blir deltakerpremier til alle.

Vårt mål er å arrangere stevner som stimulerer til et godt sosialt miljø og gode sportslige prestasjoner.

Bassenget er 25 meter, har 6 baner med bølgedempende baneskiller og holder ca. 27°. NB! Bruk av badehette er påbudt! Elektronisk tidtaking og livetiming ved John Erlend Christiansen (jechsoft.no)

Tidspunkter

- Innsvømming Kl. 08.00
- Lagledermøte Kl. 08.30 (kantina ved kiosken)
- Stevnestart Kl. 09.00

Påmelding

Påmelding må være påmeldingsansvarlig i hende innen torsdag 1. oktober kl. 24.00.

Påmeldingen sendes pr e-post til jech@medley.no. Påmeldingen sendes i SB-kompatibelt format. Stevneoppsett vil bli lagt ut på www.medley.no

Påmeldingsansvarlig: John Erlend Christiansen Tlf. 90973709. Arrangøren vil kunne sette begrensninger i antall påmeldte/øvelser pr. svømmer hvis stevnet viser seg å bli for langvarig.

Etteranmelding

Etteranmelding godtas i ledige baner mot dobbel startkontingent. Betaling skal da skje til stevnets kasserer Aagot Berger senest ved stevnets start.

Startkontingent

Startkontingent er kr 75,- for hele stevnet. Startkontingent betales samtidig som at påmeldinger sendes til:

Kolbotn IL Svømmegruppe, Postboks 134, 1412 Sofiemyr

Bankkonto: 6011.06.30541 merket "Roald Amundsen Rekrutt 2009"

Øvelsesoppsett Søndag 11. Oktober 2009

Jenter				Gutter			
Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse	Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse
1	25 m	Bryst	2001 o.e.	2	25 m	Bryst	2001 o.e.
3	25 m	Rygg	2001 o.e.	4	25 m	Rygg	2001 o.e.
5	25 m	Fri	2001 o.e.	6	25 m	Fri	2001 o.e.
7	50 m	Bryst	2001 o.e.	8	50 m	Bryst	2001 o.e.
9	50 m	Fri	2001 o.e.	10	50 m	Fri	2001 o.e.
11	4 x 50 fri MIX (2 gutter og 2 jenter pr lag) Årsklasse2001 o.e.						

Spørsmål

Spørsmål om annet rettes til stevneansvarlig på mobil/SMS 918 44 205

Det blir kafeteria under stevnet med salg av kaffe, brus, kaker og pølser.

Vi ønsker alle svømmere, ledere og ledsagere velkommen til Sofiemyrhallen

Adresse til hallen: Holbergs Vei 39, 1412 Sofiemyr

Med hilsen

Stevneansvarlig Henning Aasberg

For Kolbotn IL Svømmegruppe

www.kolbotnil.no