



SK SPEED

Svømmegruppa

Til svømmeklubbene i Oslo og Akershus svømmekretser!

SK Speed inviterer til

Rekruttstevne

lørdag 6. mars 2010

på Nordtvet Bad

I henhold til terminlista for Oslo Svømmekrets har SK Speed Svømmegruppa gleden av å invitere alle født 2004 og eldre til rekruttstevne lørdag den 6. mars 2010. Funksjonshemmede, med eller uten klassifisering, oppfordres særskilt til å delta. Halvelektronisk tidtaking.

BASSENGET

Nordtvet Bad har 25 m ferskvannsbasseng med 6 baner, bølgedempende baneskiller og vann-temperatur på ca. 27°C.

Tidspunkter	
Innsømming	8.45
Lagledermøte	8.45
Dommermøte	9.15
Stevnestart	9.30

Tidsskjema for øvelsene vil bli lagt ut på våre sider (www.sk-speed.no) to dager før stevnet.

PÅMELDING

All påmelding må skje i stevnebørsformat (uni_p) via klubbene. Påmelding fra klubbene må være SK Speed i hende

innen torsdag 25. februar 2010 kl. 23.59.

Etteranmeldinger godtas **frem til lagledermøtets slutt** i ledige baner mot dobbel betaling. Betaling skal da skje til stevnets kasserer senest ved stevnets start. Påmeldingen sendes som e-post til stevne@sk-speed.no. Påmeldingen sendes i Stevnebørs-kompatibelt format. Arrangøren vil kunne sette begrensninger for antall deltakere i enkeltøvelser eller i totalt antall øvelser pr. svømmer (også for enkeltårsklasser) hvis stevnet ellers viser seg å bli for langvarig. Begrensninger vil skje dersom stevnet ellers vil overstige tre timer i varighet.

STARTKONTINGENT

Deltakelse koster kr. 75,- pr. deltaker (uansett antall starter) og klubbene betaler kr. 150,- pr stafettlag. Startkontingenten sendes samtidig med påmeldingen til SK Speed, Postboks 5 Kalbakken, bankkonto 1645.16.66103.

PREMIERING

Deltakerpremie til alle.

Øvelsesoppsett

Jenter				Gutter			
Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse	Øv.nr	Distanse	Art	Årsklasse
1	25 m	bryst	2000-2004	2	25 m	bryst	2000-2004
3	50 m	fri	2004 o.e.	4	50 m	fri	2004 o.e.
5	50 m	butterfly	2002 o.e.	6	50 m	butterfly	2002 o.e.
7	25 m	rygg	2000-2004	8	25 m	rygg	2000-2004
9	100 m	fri	2002 o.e.	10	100 m	fri	2002 o.e.
11	4x50	fri	2002 o.e.	12	4x50	fri	2002 o.e.

Pause

13	25 m	fri	2000-2004	14	25 m	fri	2000-2004
15	100 m	bryst	2002 o.e.	16	100 m	bryst	2002 o.e.
17	50 m	rygg	2002 o.e.	18	50 m	rygg	2002 o.e.
19	50 m	bryst	2002 o.e.	20	50 m	bryst	2002 o.e.
21	100 m	medley	2002 o.e.	22	100 m	medley	2002 o.e.
23	4x50		medley, mix				2002 o.e.

ANNEN INFORMASJON

Kafeteria i god stil slik vi er vant med på slike stevner. Stevnet er åpent også for funksjonshemmede. Dørene til anlegget åpnes for svømmere og publikum kl. 8.30.

ADRESSEN

Adressen til Nordtvet Bad er Gårdsveien 4 (mellom Nordtvet Gård og Nordtvet skole og Grorud samfunnshus).

SPØRSMÅL

- rettes til Stevneutvalget på mobil 97 50 63 38 eller stevne@sk-speed.no.

VELKOMMEN!

Ola Viken og Håkon Røed
Stevneutvalget SK Speed

E-post: stevne@sk-speed.no