

**KVÆRNER**

Invitasjon til Kværner Swim Cup

**Stord svømmehall - Kulturhuset, Leirvik
Lørdag 24. og Søndag 25. oktober 2015**

Stord Symjeklubb har gleden av å invitere til Kværner Swim Cup i svømming for senior, junior,, funksjonshemmede og masters. Stevnet er approbert og følger NSF's lover og regler. Bassenget er 25m og har 6 baner.

Elektronisk tidtaking.

KONTAKTPERSONER:

Påmelding:

Ståle Liset, mob.47419840
stale.liset@me.com

Arrangement og overnatting:
Leif Magne Malme mob.45411324
leif-magne.malme@kvaerner.com

INNSVØMMING:

Lørdag 09.30
Søndag 08.30

LAGLEDERMØTE:

Lørdag 09.35
Søndag 08.45

STEVNESTART:

Lørdag 10.30
Søndag 09.30

PÅMELDINGSFRIST:

Påmeldingsfrist er Onsdag 14.oktober.
Påmeldingen ønskes sendt som e-post, benytt fortrinnsvis Jechsoft Victoria.
(xml-fil for stevne oppsett vil bli lagt ut på medley.no)
Påmelding for rekrutt øvinger skal sendes i egen påmelding.
OBS: maks 3 øvelser per svømmer per dag
(semifinaler og finaler Kværner cup teller ikke som enkelt øvelse)
HEATBEGRENSNING 400 M FRI + 200 M FLY

(Se øvelseliste)

STARTKONTINGENT:

Individuell kr. 75.- pr. øvelse
Lag kr. 125.- pr. øvelse
Pr.deltaker i årsklasse 2005 kr. 75,- selv om de deltar på flere øvelser.

Startkontingent sendes samtidig med påmeldingen til:

Stord IL Svømming
PB 478
5403 Stord
Bankkonto: 3520 50 43185
Merk: Kværner Cup 2015

PREMIERING:

1/3 premiering i alle øvelser og klasser etter NSF sine regler og premisser (2004 og eldre)
Deltakerpremie: til alle svømmere født i 2003, 2004 og 2005
Stafetter premieres i en klasse.
Ekstra premiering i CUP øvelsene.

OVERNATTING:

Det vil bli mulighet til å overnatte på skole.
Pris: 65,- pr. person pr. natt.
De tilreisende må selv ordne med frokost/bespisning.
Betaling av overnatting sendes sammen med påmelding til:

Stord IL Svømming

PB 478
5403 Stord
Bankkonto: 3520 50 43185
Merk: Overnatting 2015

For overnatting på hotell, se vedlagte oversikt.
Hver klubb bestiller direkte til hotellet.

REKRUTTØVELSER
i pausen av approbert stevne - hver dag

LØRDAG Rekrutt		
NR	ØVELSE	
R1	50 M RYGG	Gutter - uapprobert
R2	50 M RYGG	Jenter - uapprobert
R3	50 M FRI	Gutter - uapprobert
R4	50 M FRI	Jenter - uapprobert
SØNDAG Rekrutt		
R5	50 M BRYST	Jenter - uapprobert
R6	50 M BRYST	Gutter - uapprobert
R7	25 M FRI	Jenter - uapprobert
R8	25 M FRI	Gutter - uapprobert

KVÆRNER™



APPROBERT STEVNE

I år blir det lagt inn 50 m fri og 50 m bryst som CUP, dvs. at man har forsøksheat ved første økt, semifinale lørdag ettermiddag for de 12 beste uansett aldersklasse. For de 6 beste blir det finale på søndagen.

LØRDAG approbert		
NR	ØVELSE	
1	50 M RYGG	JENTER
2	50 M RYGG	GUTTER
3	200 M BRYST	JENTER
4	200 M BRYST	GUTTER
5	50 M FRI	JENTER
6	50 M FRI	GUTTER
7	4 X 50 M MEDLEY	JENTER
8	4 X 50 M MEDLEY	GUTTER
9	50 M BRYST	JENTER
10	50 M BRYST	GUTTER
	PAUSE	
11	50 M FRI – SEMIFINALE	JENTER
12	50 M FRI – SEMIFINALE	GUTTER
13	100 M BUTTERFLY	JENTER
14	100 M BUTTERFLY	GUTTER
15	50 M BRYST – SEMIFINALE	JENTER
16	50 M BRYST – SEMIFINALE	GUTTER
17	200 M MEDLEY	JENTER
18	400 M FRI maks 10 HEAT	GUTTER
SØNDAG approbert		
19	50 M BUTTERFLY	GUTTER
20	50 M BUTTERFLY	JENTER
21	100 M BRYST	GUTTER
22	100 M BRYST	JENTER
23	200 M RYGG	GUTTER
24	200 M RYGG	JENTER
25	50 M FRI – FINALE	GUTTER
26	50 M FRI – FINALE	JENTER
	PAUSE	
27	50 M BRYST – FINALE	GUTTER
28	50 M BRYST – FINALE	JENTER
29	200 M FRI	GUTTER
30	200 M FRI	JENTER
31	200 M BUTTERFLY maks 2 HEAT	GUTTER
32	200 M BUTTERFLY maks 2 HEAT	JENTER
33	4 X 50 M FRI	GUTTER
34	4 X 50 M FRI	JENTER
35	200 M MEDLEY	GUTTER
36	400 M FRI maks 10 HEAT	JENTER

**Vi kjører livetiming i foajeen utenfor svømmehallen.
Det blir salg av mat og drikke i kafeteria og salg av svømmeutstyr under stevnet.
Sport1 stiller og med salgstelt med div. sportsutstyr og klær.**