



ISHAVSSVØM VINTER 2009

INNBYDELSE

Tromsø svømmeklubb har, med NSF's godkjenning og i henhold til NSF's lover og regler, gleden av å innby til åpent stevne.

ISHAVSSVØM VINTER 2009
Inkludert "Isbryteren" 6x50 m butterfly mix-stafett
Lørdag 21. og søndag 22. februar 2008
i Stakkevollan svømmehall, Tromsø

Stevnet er approbert av NSF og arrangeres i henhold til NSF's lover og regler

Bassenget:

Stevnet arrangeres i Stakkevollan svømmehall, Tromsø. Ferskvannsbassenget er 25 meter langt og har 6 baner med bølgeskillere. Vanntemperatur er ca 27⁰ celsius. Det er elektrisk tidtaking med Omega innslagsplater og tidtakeranlegg.

Stevnestart, innsvømming, ledermøte og sekretariat

Stevnestart lørdag 21. februar kl 10:00. Stevnestart søndag 22. februar kl 10:00

Innsvømming starter 1 time før stevnestart begge dager.

Stevnet begge dager deles i formiddagsstevne og ettermiddagsstevne. Ettermiddagsstevnene starter ved øvelse 9 på lørdag og øvelse 23 på søndag.

Lagledermøte lørdag kl 08:30. Det er ikke lagledermøte søndag.

Sekretariatet i svømmehallen er bemannet fra lagledermøtets start til stevneslutt begge dager.

Program

Øvelse nr.	Lørdag		Øvelse nr.	Søndag	
Start 10:00	Formiddagsøkt		Start 10:00	Formiddagsøkt	
1	200 rygg	herrer/gutter	16	400 fri	damer/jenter
2	200 rygg	damer/jenter	17	400 fri	herrer/gutter
3	50 butterfly	herrer/gutter	18	50 bryst	damer/jenter
4	50 butterfly	damer/jenter	19	50 bryst	herrer/gutter
5	100 bryst	herrer/gutter	20	100 rygg	damer/jenter
6	100 bryst	damer/jenter	21	100 rygg	herrer/gutter
7	4x50 lag medley	herrer/gutter	22	4x50 lag medley	damer/jenter
PAUSE m. pausesvøm			PAUSE m. pausesvøm		
Start 15:00	Ettermiddagsøkt		Ettermiddagsøkt		
8	200 medley	herrer/gutter	23	100 butterfly	damer/jenter
9	200 medley	damer/jenter	24	100 butterfly	herrer/gutter
10	50 rygg	herrer/gutter	25	50 fri	damer/jenter
11	50 rygg	damer/jenter	26	50 fri	herrer/gutter
12	4x50 fri	herrer/gutter	27	200 bryst	damer/jenter
13	4x50 fri	damer/jenter	28	200 bryst	herrer/gutter
PAUSE m. pausesvøm			PAUSE		
14	800 fri	herrer/gutter	29	Isbryteren 6x50 butterfly	Mix, min. 3 jenter
15	800 fri	damer/jenter			

Påmelding og startavgift

Bruk KOBLEN påmeldingsfil og send som e post til Yngve Lund yngvlu@online.no
Senest **lørdag 14. februar** kl 24:00. Evt. bruk NSF's påmeldingsskjema eller tilsvarende. Påfør svømmerens navn og fødselsår, deretter alle øvelser med påmeldte tider. Vi minner om at NSF har oppdaterte bestetider for alle approberte svømmere på www.medley.no Tromsø svømmeklubb vil etter stevnet innrapportere oppnådde tider til denne rankinglisten. **Husk kontaktperson med telefonnummer.** Dersom ikke e-post benyttes sendes påmeldingen til: Tromsø svømmeklubb. Postboks 103. 9251 Tromsø.

Startavgift: Individuell start kr 75, lagstart kr 100,- 10-åringer betaler en startavgift uavhengig av antall starter. Startavgifter innbetales samtidig med påmeldingen til Tromsø Svømmeklubb konto: 4750 07 00935

Klasseinndeling og premiering

Herrer/Gutter: Senior, 1991-92, 1993-94, 1995-96, 1997-98, 1999

Damer/Jenter: Senior, 1991-92, 1993-94, 1995-96, 1997-98, 1999

Vi har egne klasser for funksjonshemmede etter NSF's lover. Disse settes opp i ordinære heat. Klassene må spesifiseres i påmeldingen for hver enkelt øvelse.

Det er 1/3 premiering, unntatt i stafetten der de tre beste lagene premieres. I tillegg er det bestemannspremie for høyeste poengsum i en øvelse etter NSF tabellen i hver klasse. For å få bestemannspremie må utøver ha deltatt i minimum 4 øvelser. Det er også premie til beste dame- og herresvømmer sammenlagt over 3 individuelle øvelser etter FINA – tabellen.

Deltakerpremie til alle 10-åringene (1999-årsklassen).

I stafettene konkurreres det i en felles klasse for herrer/gutter og en felles klasse for damer/jenter. "Isbryteren" svømmes som en mix-stafett med en klasse, med minimum 3 damer/jenter på hvert lag.

Kvalifiseringstider

Det er ingen kvalifiseringskrav.

Heatoppsett/strykninger/etteranmeldinger

Program utleveres klubbene ved ankomst, eller kan hentes i sekretariatet. Etteranmeldinger godtas i ledige baner mot dobbel startavgift. I forhold til etteranmeldinger gjør vi oppmerksom på at dersom det er flere etteranmeldinger enn ledige baner vil det bli foretatt loddtrekning. Strykninger og etteranmeldinger til både lørdag og søndag meldes på ledermøtet lørdag. Vi oppfordrer til at strykninger og etteranmeldinger (forutsatt ledig bane og dobbel startavgift) innrapporteres senest 24 timer før stevnestart på e-post til Yngve Lund yngvlu@online.no eller stevneleder.

Overnatting

Overnatting på skole for kr 70 per natt. Ansvarlig Eva Fiske 48299477. Deltakere tar selv med liggeunderlag og sovepose. **Husk å bestille skoleovernatting samtidig med påmeldingen!**

Matsservering

Enkel og sund mat og drikke kan kjøpes i svømmehallen begge dager. Det blir også varm mat til lunsj. All salg mot kontant betaling. **Lørdag kveld serveres Pizza og drikke fra Yonas for 100 kr. pr. person. Pizza-bufféen bestilles og betales også kontant i kaféen på stevnet.**

Spørsmål rettes til:

Stevneleder Alf Are Johansen 91572825 eller e-post alfajo@online.no

Bruk også hjemmesiden til TSK: <http://www.tsk-swimclub.no>

Velkommen til ISHAVSSVØM VINTEREN 2009!