



Innbydelse til Ishavssvøm 2010

- Innbydelse** Tromsø svømmeklubb inviterer til Ishavssvøm 2010 i Stakkevollan svømmehall lørdag 27. og søndag 28. februar. Ishavssvøm er et åpent stevne som arrangeres etter NSF's lover og regler. Stevnet er åpent for funksjonshemmende svømmere fra 10 år og eldre.
- Bassenget** Bassenget er kloret ferskvann. Det er 25 meter langt og har 6 baner med bølgebrytende banetau. Vanntemperatur er 27 grader celsius.
- Stevnestart** Lørdag 27. februar 2010:
Formiddagsstevnet starter klokken 1000.
Ettermiddagsstevnet vil bli annonsert før pausen mellom formiddags- og ettermiddagsstevnet.
- Søndag 28. februar 2010:
Formiddagsstevnet starter klokken 1000.
Ettermiddagsstevnet vil bli annonsert før pausen mellom formiddags- og ettermiddagsstevnet.
- Innsvømming** 1 time før stevnestart begge dager og begge økter.
- Lagledermøte** Lagledermøte klokken 0900 begge dager.
- Sekretariat** Sekretariatet i svømmehallen vil bære bemannet fra lagledermøtets start til stevneslutt begge dager.
- Påmelding** Påmelding innen **lørdag 20. februar 2010 klokken 2400**
Påmelding sendes via e-post til larsgimse@gmail.com
Vi ber om at påmeldingen skjer via påmeldingsfilen fra Kobben (UNI_P).

NFS sitt påmeldingsskjema kan også brukes. Skjemaet må inneholde svømmerens navn, fødselsår, øvelsesnummer og øvelse samt svømmeren sin tid på øvelsene.

Husk å oppgi kontaktperson med telefonnummer.

Dersom påmelding ikke sendes pr. e-post kan påmelding sendes pr post til Tromsø Svømmeklubb, postboks 103, 9251 Tromsø.

Startavgift	Årsklasse 2000,- kr. 75,- uansett antall starter. Årsklasse 1999 og eldre kr. 70,- pr start. Lagstart kr. 100,- Startavgiften betales samtidig som påmelding til Tromsø Svømmeklubb sin konto 47500 07 00935
Etteranmeldinger	Etteranmeldinger godtas i ledige baner mot dobbel startavgift. Er det flere etteranmeldinger enn ledige baner vil det bli foretatt loddtrekning. Etteranmeldinger og strykninger lørdag og søndag meldes på lagledermøtene. Vi ber om at etteranmeldinger og strykninger, som er kjent før stevnestart, meldes på e-post til larsgimse@gmail.com eller til stevneleder senest 24 timer før stevnestart.
Program	Programmet vil bli utlevert til klubbene ved ankomst eller det kan hentes i sekretariatet i svømmehallen.
Klasseinndeling	Herrer/gutter: Senior, 1991, 1992, 1993, 1994, 1995, 1996, 1997, 1998, 1999 og 2000. Damer/jenter: Senior, 1991, 1992, 1993, 1994, 1995, 1996, 1997, 1998, 1999 og 2000. Vi har egne klasser for funksjonshemmede etter NSF sine lover. Disse settes opp etter ordinære heat. Klassene må spesifiseres i påmeldingen for hver enkelt øvelse.
Premiering	For årsklassene 1999 og eldre vil det være 1/3 premiering i hver årsklasse samt senior. Årsklassene 2000 rangeres ikke og premieres med deltakerpremie til alle. Årsklassene 1998 og 1999 premieres med deltakerpremie i tillegg til 1/3 premiering.
Bestemannspremie	Det er bestemannspremie for høyeste poengsum i en øvelse etter NSF sin tabell i hver årsklasse. For å få bestemannspremie må utøver ha deltatt i minimum 4 øvelser. Det er i tillegg premie til beste dame- og herresvømmer sammenlagt etter 3 øvelser i henhold til FINA sin tabell.
Stafetter	I stafettene konkurreres det i en felles klasse for herrer/gutter og en felles klasse for damer/jenter.

Isbryteren, 6 X 50 m butterfly, svømmes som mix-stafett, med minimum 3 damer/jenter på hvert lag. Isbryteren svømmes som en felles klasse.

Tidtaking Det blir elektronisk tidtaking. Tromsø svømmeklubb bruker Kobben resultatservice. Resultatene blir lagt ut på Tromsø svømmeklubb sin hjemmeside. Etter stevnet vil Tromsø svømmeklubb oversende resultatene til medley.

Kvalifiseringskrav Det er ingen kvalifiseringskrav til Ishavssvøm

Overnatting Vi tilbyr overnatting på Stakkevollan skole som ligger like ved svømmehallen. Pris pr person pr døgn er 70,-. Overnatting må bestilles samtidig med innsending av påmelding og skal inneholde antall personer det bestilles overnatting for pr døgn. Det skal være minimum 1 voksen ansvarlig person fra hver klubb som overnatter på skolen sammen med svømmerne. Svømmerne må selv ta med liggeunderlag og sovepose. Spørsmål vedrørende overnatting kan rettes til Eva Fiske på e-post til eva@myrbakk.no eller mobil 482 99

Kafé Enkel og sunn mat og drikke kan kjøpes i kafeen som er i svømmehallen begge dager. Det vil bli salg av varm lunsj på lørdag. Lørdagskvelden serveres det pizza og brus fra Yonas for 100,- pr person like etter stevneslutt. Pizza-buffeen bestilles og betales i kafeen frem til start av ettermiddagsstevnet lørdag.

Spørsmål Spørsmål kan rettes til stevneleder Per Christian Gundersen på mobil 473 50 220 eller e-post pcgundersen@c2i.net

Vi ber dere følge med på hjemmesiden til Tromsø svømmeklubb på www.tsk-swimclub.no

Velkommen!

Øvelsesoppsett

Øvelse nr. Start 10:00	Lørdag 27.februar Formiddagsøkt		Øvelse nr.	Søndag 28.februar Start 10:00 Formiddagsøkt	
1	4 X 50 fri	herrer/gutter	17	200 medley	damer/jenter
2	4 X 50 fri	damer/jenter	18	200 medley	herrer/gutter
3	200 rygg	herrer/gutter	19	100 fri	Damer/jenter
4	200 rygg	damer/jenter	20	100 fri	herrer/gutter
5	50 butterfly	herrer/gutter	21	50 bryst	damer/jenter
6	50 butterfly	damer/jenter	22	50 bryst	herrer/gutter
7	100 bryst	herrer/gutter	23	100 rygg	damer/jenter
8	100 bryst	damer/jenter	24	100 rygg	herrer/gutter
PAUSE m. pausesvøm			PAUSE m. pausesvøm		
Start annonseres Ettermiddagsøkt			Ettermiddagsøkt		
9	400 medley	herrer/gutter	25	100 butterfly	damer/jenter
10	400 medley	damer/jenter	26	100 butterfly	herrer/gutter
11	50 rygg	herrer/gutter	27	50 fri	damer/jenter
12	50 rygg	damer/jenter	28	50 fri	herrer/gutter
13	400 fri	herrer/gutter	29	200 bryst	damer/jenter
14	400 fri	damer/jenter	30	200 bryst	herrer/gutter
PAUSE			PAUSE		
15	4x50 lag medley	damer/jenter	31	Isbryteren 6x50 butterfly	Mix, 3 jenter og
16	4x50 lag medley	herrer/gutter			3 gutter