

*SK Speed*  
*Svømmegruppa*

---



**Sportsklubben Speed, svømmegruppa**

**inviterer til**

# **Speed Open**

**4. november - 6. november 2016**

**på Nordtvet Bad**



## VELKOMMEN

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, inviterer SK Speed til Speed Open på Nordtvet Bad. Funksjonshemmede, med eller uten klassifisering, oppfordres særskilt til å delta.

## Påmelding

Påmelding skjer via klubbene. Uni\_p.txt fil sendes på e-post til [stevne@sk-speed.no](mailto:stevne@sk-speed.no).

Siste frist er **onsdag 26. oktober 2016**.

Funksjonshemmede i alle klasser oppfordres til å delta.

Klubbene må passe på å melde inn utøverens klasse og eventuelt underklasser og kategoriseringer i egen e-post (siden disse ikke registreres i ordinær påmeldingsfil).

## Strykninger og lagoppsett

Strykninger og lagoppsett leveres på [ltmobil.medley.no](http://ltmobil.medley.no) eller livetiming.no.

Klubbene får oppgitt passord sammen med bekreftelse av påmelding.

## Etteranmelding

Etteranmelding godtas i ledige baner mot dobbel avgift.

## Heatbegrensing

Arrangør vil kunne sette begrensning for antall heat i enkeltøvelser, stryke øvelser og/eller årsklasser dersom stevnet ellers lar seg gjennomføre innenfor en fornuftig tidsramme (8 timer pr. dag). Vi oppfordrer klubbene til å vise måtehold i antall øvelser hver utøver påmeldes.

## Startkontigent

Deltakelse koster kr. 100,- pr. individuell start. Svømmere født 2006-2007 betaler kr. 100,- uansett antall starter.

Fakturagrunnlag og faktura blir sendt elektronisk til klubben etter stevnet.

## Klasseinndeling

Funksjonshemmede, senior og årsklasser født 1997-2007.

## Premiering

1/3 premiering i alle årsklasser, unntatt 2006-2007. Det er deltakerpremier i årsklasse 04-07.

Premier for individuelle øvelser deles ut fortløpende etter hvert som resultatlister henges opp og til stevnets slutt.

## Tidsskjema

Tidsskjema			
	Fredag	Lørdag	Søndag
Innsvømming (avd. 1, 2, 4)	16.30	08.00	08.00
Lagledermøte (alle avd.)	16.30	08.00	08.00
Dommermøte	17.00	08.30	08.30
Stevnestart (avd. 1, 2, 4)	17.30	09.00	09.00
Innsvømming (avd. 3, 5)		12.30	12.30
Stevnestart (avd. 3, 5)		13.30	13.30

Lagledermøter og dommermøter holdes på Grorud samfunnshus (ved siden av badet).

Tidspunkt for stevnestart for alle avdelingene vil kunne endres, etter at påmeldingsfristen har gått ut, dersom dette er hensiktsmessig for gjennomføringen av stevnet. Sjekk tidsskjema på [livetiming.no](http://livetiming.no) for oppdatert informasjon.

Ved liten påmelding kan alle avdelinger avvikles samme dag dersom dette ellers er mulig.

## ØVELSESOPPSETT

Avdeling 1: Fredag 4. november – Stevnestart 17:30							
Øv.	Distanse	Kjønn	Årsklasse	Øv.	Distanse	Kjønn	Årsklasse
1	200 fly	Jenter	2003 o.e.	2	200 fly	Gutter	2003 o.e.
3	400 medley	Jenter	2003 o.e.	4	400 medley	Gutter	2003 o.e.
5	200 fri	Jenter	2003 o.e.	6	200 fri	Gutter	2003 o.e.
7	400 fri	Jenter	2004-2006	8	400 fri	Gutter	2004-2006

Avdeling 2: Lørdag 5. november – Stevnestart 09:00							
Øv.	Distanse	Kjønn	Årsklasse	Øv.	Distanse	Kjønn	Årsklasse
9	100 fly	Jenter	2003 o.e.	10	100 fly	Gutter	2003 o.e.
11	100 rygg	Jenter	2003 o.e.	12	100 rygg	Gutter	2003 o.e.
13	100 medley	Jenter	2003 o.e.	14	100 medley	Gutter	2003 o.e.
15	50 bryst	Jenter	2003 o.e.	16	50 bryst	Gutter	2003 o.e.
17	200 medley	Jenter	2003 o.e.	18	200 medley	Gutter	2003 o.e.
19	200 bryst	Jenter	2003 o.e.	20	200 bryst	Gutter	2003 o.e.

Avdeling 3: Lørdag 5. november – Stevnestart 13:30							
Øv.	Distanse	Kjønn	Årsklasse	Øv.	Distanse	Kjønn	Årsklasse
21	100 fly	Jenter	2004 o.y.	22	100 fly	Gutter	2004 o.y.
23	100 rygg	Jenter	2004 o.y.	24	100 rygg	Gutter	2004 o.y.
25	100 medley	Jenter	2004 o.y.	26	100 medley	Gutter	2004 o.y.
27	50 bryst	Jenter	2004 o.y.	28	50 bryst	Gutter	2004 o.y.
29	200 medley	Jenter	2004 o.y.	30	200 medley	Gutter	2004 o.y.
31	200 bryst	Jenter	2004 -2005	32	200 bryst	Gutter	2004 -2005

Avdeling 4: Søndag 6. november – Stevnestart 09:00							
Øv.	Distanse	Kjønn	Årsklasse	Øv.	Distanse	Kjønn	Årsklasse
33	50 fly	Jenter	2003 o.e.	34	50 fly	Gutter	2003 o.e.
35	100 fri	Jenter	2003 o.e.	36	100 fri	Gutter	2003 o.e.
37	50 rygg	Jenter	2003 o.e.	38	50 rygg	Gutter	2003 o.e.
39	100 bryst	Jenter	2003 o.e.	40	100 bryst	Gutter	2003 o.e.
41	200 rygg	Jenter	2003 o.e.	42	200 rygg	Gutter	2003 o.e.
43	400 fri	Jenter	2003 o.e.	44	400 fri	Gutter	2003 o.e.

Avdeling 5: Søndag 6. november – Stevnestart 13:30							
Øv.	Distanse	Kjønn	Årsklasse	Øv.	Distanse	Kjønn	Årsklasse
45	50 fly	Jenter	2004 o.y.	46	50 fly	Gutter	2004 o.y.
47	100 fri	Jenter	2004 o.y.	48	100 fri	Gutter	2004 o.y.
49	50 rygg	Jenter	2004 o.y.	50	50 rygg	Gutter	2004 o.y.
51	100 bryst	Jenter	2004 o.y.	52	100 bryst	Gutter	2004 o.y.
53	200 rygg	Jenter	2004 -2005	54	200 rygg	Gutter	2004 -2005

## Startlister

Startlister, tidsskjema og resultater vil bli lagt ut på stevnets hjemmeside på [livetiming.no](http://livetiming.no).

## Kafeteria

Kafeteria med godt utvalg i frukt, mat og drikke er åpen under hele stevnet.

## Nordtvet bad

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

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

## Reise og parkering

Det er mulig å ta t-bane linje 5 og gå av på Kalbakken stasjon. Det er derfra ca. 10 min å gå til badet.

Parkering på samfunnshusets parkering og Nordtvet skole er tillatt for deltakere og publikum.

## Spørsmål om

- påmelding rettes til Håkon Røed, tlf. 97 50 63 38 eller [stevne@sk-speed.no](mailto:stevne@sk-speed.no)
- annet rettes til Marianne Olsen, tlf. 92 67 12 11 eller [marianne.olsen@sk-speed.no](mailto:marianne.olsen@sk-speed.no)

# Velkommen til Speed Open 2016

