



SANDNES SVØMME- OG LIVREDNINGSKLUBB

SANDNESSPRINTEN

29.-30. APRIL 2017

Med NSF'S godkjenning og i henhold til NSF's regler og lover har Sandnes Svømme- og Livredningsklubb gleden av å invitere til åpent stevne – SANDNESSPRINTEN 2017.

Stevnet finner sted i Giskehallen i Sandnes lørdag 29. april og søndag 30. april 2017.

Basseng: 25 meter, 5 baner med bølgebrytende baneskillere

Tidtaking: Elektronisk tidtaking med manuell back-up.

Lagledermøte: Kun lørdag kl 09:00.

Lørdag: Innsvømming klokken 09:00, stevnestart kl 10.00

Søndag: Innsvømming kl 09:00, stevnestart kl 10.00

Premiering: 1/3 dels premiering i hver klasse for årsklasse 06 o. e. Deltakerpremie for årsklasse 05-08. Stafett 1/3 dels premiering i en klasse .

Ekstra premie sammenlagt på alle 50 meter øvelsene. Høyeste poengsum for hhv damer og herrer premieres med gavekort.

1.premie kr 750,- 2.premie kl 500,- 3.premie kr 350,-

Klasser: HC klassen svømmer sammen med funksjonsfriske, men premieres i egne klasser. Vi oppfordrer klubbene til ikke å melde på 2008 svømmere som ikke er godt forberedt for øvelsene. Sandnessprinten er også åpen for Mastersvømmere i alle øvelser.



SANDNES SVØMME- OG LIVREDNINGSKLUBB

Startkontingent: Kr 100,- pr individuelle øvelse og kr 200,- pr lag.

Kr 100,- pr deltaker for årsklasse 07 og 08.

Startkontingent innbetales samlet for hver klubb til konto 3201.20.22130 innen 19. april og merkes "Sandnessprinten 2017 + klubb."

Påmelding: Elektronisk påmelding sendes til pamelding@rogsk.no "PRIMA" format innen onsdag 19. april, kl 24:00.

Etterpåmelding i ledige baner mot dobbel startkontingent.

Spørsmål i forbindelse med stevnet kan sendes som e-mail til oppmann@sandnes-slk.no

eller ring Lars Ove Vik tlf. 98204878.

Velkommen!



SANDNES SVØMME- OG LIVREDNINGSKLUBB

Øvelser

Lørdag, 29. april:

1. 100 meter fri, herrer
2. 100 meter fri, damer
3. 50 meter butterfly, herrer
4. 50 meter butterfly, damer
5. 100 meter medley, herrer
6. 100 meter medley, damer
7. 4x50 meter rygg, herrer
8. 4x50 meter rygg, damer

PAUSE

9. 100 meter bryst, herrer
10. 100 meter bryst, damer
11. 50 meter rygg, herrer
12. 50 meter rygg, damer
13. 4x50 meter butterfly, herrer
14. 4x50 meter butterfly, damer

Søndag, 30. april:

15. 100 meter butterfly, damer
16. 100 meter butterfly, herrer
17. 50 meter fri, damer
18. 50 meter fri, herrer
19. 4x50 meter bryst, damer
20. 4x50 meter bryst, herrer

PAUSE

21. 50 meter bryst, damer
22. 50 meter bryst, herrer
23. 100 meter rygg, damer
24. 100 meter rygg, herrer
25. 4x50 meter fri, damer
26. 4x50 meter fri, herrer

Utdeling av sammenlagtpremier vil bli foretatt umiddelbart etter øvelse 26.
Premier i hver øvelse vil bli utdelt så fort resultatene er tilgjengelige på eget premiebord i hallen.

Sportslig hilsen

Sandnes Svømme- og Livredningsklubb