



## INVITASJON TIL ÅPNINGSSTEVNE Søndag 12.09.2010

### Hokksund Svømmehall

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, har Øvre Eiker Svømmeklubb gleden av å invitere til åpningsstevne i Hokksund svømmehall **søndag 12. september 2010**.

Stevnet er åpent for utøvere i aldersklassene 2000 og eldre, *herunder Masters klasser*. Det må fremgå av påmeldingen om man skal delta som masters. Øvrige påmeldinger for svømmere født 1990 og tidligere vil bli premiert i seniorklassen.

Bassenget er 25 m, har 5 baner, ferskvann og vanntemperatur på ca. 27 grader C.

Vi vil bruke halvautomatisk tidtakeranlegg med resultatavle.

<u>Stevnestart</u>	<u>Innsvømming</u>	<u>Lagledermøte</u>
Kl. 11:00	Fra kl. 09.30	Kl. 10:15

#### Påmelding

Klubben bruker dataprogrammet Jechsoft Victoria. Påmelding kan skje på diskett eller på e-post til: [wsoenju@online.no](mailto:wsoenju@online.no). Påmeldingen må være oss i hende innen fredag **03.09.2010**

Eventuell skriftlig påmelding sendes til:

Øvre Eiker Svømmeklubb

v/Wenche Sønju

Lerbergveien 4

3300 HOKKSUND

e-post: [wsoenju@online.no](mailto:wsoenju@online.no)

#### Startkontingent

Startkontingenten er kr. 75 for individuelle øvelser og kr. 150 for lagstarter.

Svømmere født i 2000 betaler kun kr. 75 uavhengig av antall øvelser de svømmer.

#### **Startkontingenten innbetales ved påmelding til:**

Øvre Eiker Svømmeklubb

Postboks 241

3301 HOKKSUND

**Kontonummer.: 1638 03 72537**

Etteranmelding i ledig bane godtas mot dobbelt startkontingent, som betales kontant på stevnedag.

#### Premiering

Det er 1/3-premiering i hver øvelse/årsklasse. Svømmere født i 1998, 1999 vil i tillegg få en deltakerpremie.

Svømmere født i 2000 vil kun få en deltakerpremie. Stafetter og masterklasser premieres med medaljer.

#### Informasjon

Nærmere informasjon om stevnet finner dere på klubbens hjemmeside: <http://www.oesk.com/> eller ved å ringe til Wenche Sønju, tlf. 32753392 eller Jon Peter Wium, tlf. 91843250

**Det vil være et variert kiosk salg under stevnet.**

## ØVELSESOPPSETT – ÅPNINGSSTEVNE 12.09.2010

Øvelse 1:	400 fri jenter	Øvelse 2:	400 fri gutter
Øvelse 3:	50 bryst jenter	Øvelse 4:	50 bryst gutter
Øvelse 5:	200 fri jenter	Øvelse 6:	200 fri gutter
Øvelse 7:	100 rygg jenter	Øvelse 8:	100 rygg gutter
Øvelse 9:	50 butterfly jenter	Øvelse 10:	50 butterfly gutter
Øvelse 11:	200 bryst jenter	Øvelse 12:	200 bryst gutter
Øvelse 13:	100 fri jenter	Øvelse 14:	100 fri gutter
Øvelse 15:	4 x 50 medley - 95 og yngre	Øvelse 16:	4 x 50 medley - 95 og yngre
Øvelse 17:	4 x 50 medley - 94 og eldre	Øvelse 18:	4 x 50 medley – 94 og eldre

### PAUSE

Øvelse 19:	800 fri jenter (maks. 2 heat)	Øvelse 20:	800 gutter (maks. 2 heat)
Øvelse 21:	200 medley jenter	Øvelse 22:	200 medley gutter
Øvelse 23:	50 rygg jenter	Øvelse 24:	50 rygg gutter
Øvelse 25:	100 butterfly jenter	Øvelse 26:	100 butterfly gutter
Øvelse 27:	100 bryst jenter	Øvelse 28:	100 bryst gutter
Øvelse 29:	50 fri jenter	Øvelse 30:	50 fri gutter
Øvelse 31:	100 medley jenter	Øvelse 32:	100 medley gutter
Øvelse 33:	200 rygg jenter	Øvelse 34:	200 rygg gutter

VELKOMMEN TIL STEVNET!

