

## Rekruttstevne søndag 17. April 2005

Sande Svømmeklubb har gleden av å invitere til vårt første rekruttstevne som skal arrangeres i Dysjalandhallen søndag 17.april 2005

Innsvømming	kl 10.00
Stevnestart	kl 11.00
Lagledermøte	kl 10.15

### Øvelser:

1 - 2	50 m bryst	jenter / gutter
3 - 4	25 m bryst	jenter / gutter
5 - 6	50 m rygg	jenter / gutter
7 - 8	25 m rygg	jenter / gutter
9 - 10	100 m medley	jenter / gutter
11 - 12	50 m fri	jenter / gutter
13 - 14	100 m bryst	jenter / gutter
15 - 16	25 m fri	jenter / gutter
17 - 18	100 m fri	jenter / gutter
19 - 20	25 m butterfly	jenter / gutter
21	4 x 25 m mix lag	

**Bassenget:** 6 baner med bølgedempende baneskiller

**Påmelding:** Påmelding sendes elektronisk til [hilding@online.no](mailto:hilding@online.no) innen 10 april 2005 Etterpåmelding kun hvis plass i heatene.

**Premiering:** Deltakerpremie til alle

**Startkontigent:** kr 50.- pr svømmer innbetales til kontonr 3206.20.91796 og merkes rekruttstevne

Spørsmål kan rettes til Hilding Aareskjold på telefon 908 79 2 76.

Ellers blir alt om stevnet lagt ut på vårt nettsted [www.sande-svømmeklubb.com](http://www.sande-svømmeklubb.com)

Hilsen

Sande svømmeklubb

Hilding Aareskjold