



## ÅPENT STEVNE SØNDAG 26. OKTOBER 2003

Med NSF's godkjenning og etter NSF's lover og regler har Sola Svømmeklubb gleden av å invitere til åpent stevne søndag 26. oktober 2003 i Dysjalandhallen.

Innsvømming: kl. 1100  
Lagledermøte: kl. 1115  
Stevnestart: kl. 1200

### Øvelser:

1-2 100 m fri g/j  
3-4 200 m rygg g/j  
5-6 50 m butterfly g/j  
7-8 100 m bryst g/j  
9-10 200 m medley g/j  
11-12 50 m fri g/j  
13-14 100 m rygg g/j  
15-16 50 m bryst g/j  
17-18 4x50 m medley g/j

Bassenget er 25 m, oppvarmet, og har 6 baner med bølgebrytende baneskiller.  
Manuell tidtaking.

**Påmelding:** Elektronisk påmelding sendes til [grassdal@online.no](mailto:grassdal@online.no) innen fredag 17. oktober 2003.  
Manuell påmelding må være stemplet senest 15. oktober og sendes til:  
Sola Svømmeklubb  
Postboks 81  
4098 Tananger

**Premiering:** 1. 2 og 3. plass

**Startkontingent:** kr 50,- pr. individuelle øvelse,  
kr 100,- pr. lag øvelse.

Startkontingent sendes til Sola Svømmeklubb, postboks 81, 4098 Tananger, konto nr. 3206 20 05695.

Eventuelle spørsmål kan rettes til May Brit Grytten Ree tlf.: 51 69 94 31.

Med vennlig hilsen  
for **SOLA SVØMMEKLUBB**

May Brit Grytten Ree

