



Stavanger Svømme Club

Stavanger Svømme Club SSC har gleden av å invitere til åpent stevne i Stavanger Svømmehall **05.10.2003**

Basseng:

25 meter, 6 baner, bølgebrytende baneskiller.
Elektronisk tidtaking.

Deltageravgift:

Pris: 50,- per start ved elektronisk påmelding.

Påmelding : Frist 25 september.

Sendes til Terje Fadnes på;
e-mail: terje.fadnes@akerkvaerner.com
på PRIMA format (eks. Stevne Børsen).
Eller på diskett til:
Terje Fadnes
Dugane 42
4048 Hafrsfjord
tlf. 915 44 808

Betales inn til:

Stavanger Svømme Club SSC
Postboks 151
4001 Stavanger
konto: 5413.06.36937

Premiering :

1,2 og 3 får premie uansett .

100m rygg og 400m fri inngår i Rogalands karusellen

Stevnetider:

Innsvømming: kl. 09.00
Lagledermøte: kl. 09.30
Stevnestart: kl. 10.00

Øvelsesoppsett :

Øvelse	1/2	400m fri	(jente / gutt)
Øvelse	3/4	50m rygg	(jente / gutt)
Øvelse	5/6	200m bryst	(jente / gutt)
Øvelse	7/8	50m fly	(jente / gutt)
Øvelse	9/10	100 m medley	(jente / gutt)
Øvelse	11/12	200 m fri	(jente / gutt)

Pause

Øvelse	13/14	200 m fly	(jente / gutt)
Øvelse	15/16	50 m fri	(jente / gutt)
Øvelse	17/18	200 m medley	(jente / gutt)
Øvelse	19/20	50 m bryst	(jente / gutt)
Øvelse	21/22	100 m rygg	(jente / gutt)
Øvelse	23/24	800 m fri	(jente / gutt)

Vi forbeholder oss retten til å begrense antall heat for 800m fri og alle 200m øvelsene, ved stor påmelding. Tilbakemelding om dette vil bli gitt innen 28.09.2003.