



FRISINN SPORTSKLUBB - SVØMMEGRUPPEN

Postboks 6079
4088 Stavanger

Stavanger 29.oktober 2004

Til: Svømmeklubbene
Rogaland Svømmekrets
Oppsatte dommere
Stavanger Svømmehall

Med NSF's godkjenning har vi gleden av å invitere til:

ÅPENT STEVNE "JULESPRINTEN" I STAVANGER SVØMMEHALL, SØNDAG 5. DESEMBER 2004 KL. 11.00

| | | |
|-----------------|---|--------------------------|
| Øvelser: | 1: 50 m rygg jenter | 2: 50 m rygg gutter |
| | 3: 50 m bryst jenter | 4: 50 m bryst gutter |
| | 5: 100 m medley jenter | 6: 100 m medley gutter |
| | 7: 50 m butterfly jenter | 8: 50 m butterfly gutter |
| | 9: 50 m fri jenter | 10: 50 m fri gutter |
| | 11: 8 x 50 m fri mix (min. 3 av hvert kjønn på hvert lag) | |

Årsklasser: Jenter 1994 og eldre
Gutter 1994 og eldre

Stevnestart: Kl. 11.00

Lagledermøte: Kl. 10.15

Innsvømming: Kl. 10.00

Regler: Stevnet går etter NSF's lover og regler

Premiering: 1/3 premiering.
1994-årsklassen premieres som rekrutter

- HC klasse:** HC klassen svømmer sammen med funksjonsfriske, men premieres i egen resultatklasse
- Påmeldingfrist:** Elektronisk påmelding ved bruk av Stevnebørsen eller tilsvarende sendes til: Kjelljan@online.no. innen fredag 26 november 2004
- Pr. post Innen onsdag 24. november, til:
Kjell Jan Nådland, Jakob Jåthuns gt 5 4020 Stavanger, eller fax: 51853561
- Startkontingent:** Kr. 75,- pr. øvelse pr. svømmer
Kr. 100,- pr. lag i stafettene
- Etteranmelding godtas på lagledermøte hvis plass i heat mot dobbel startkontingent.
- Innbetaling:** Innen fredag 26 november sendes startkontingenten til:
Frisinn Svømmegruppe
v/Siv Grønseth
Heskestadv. 12
4015 Stavanger
Konto nr: 3201 13 35461
- Bassenget:** Bassenget er 25 meter, ferskvann, har 6 baner og holder en vanntemperatur på 26 grader. Det er elektronisk tidtaking og bølgebrytende baneskiller.
- Kontaktperson:** Kjell Nådland, tlf. 913 46 767

HJERTELIG VELKOMMEN TIL JULESPRINTEN 2004

Frisinn Svømmegruppe