



" RIL-KRUTTEN "

INNBYDELSE TIL REKRUTTSTEVNE I RANDABERGHALLEN SØNDAG 20. NOVEMBER

Vi har igjen gleden å invitere til rekruttstevne i Randaberghallen i Randaberg.

Tid og sted: Søndag 20. November 2005 i Randaberghallen.

Innsvømming fra kl 10.00

Lagledermøte kl 10.15

Stevnestart kl 11.00

Øvelser:

Øvelse nr	Distanse	Kjønn	Øvelse nr	Distanse	Kjønn
1 – 2	50 m fri	Jenter/Gutter	9 – 10	50 m bryst	Jenter/Gutter
3 – 4	25 m fri	Jenter/Gutter	11 – 12	25 m bryst	Jenter/Gutter
5 – 6	50 m rygg	Jenter/Gutter	13 – 14	25 m b.fly	Jenter/Gutter
7 – 8	25 m rygg	Jenter/Gutter	15	4 x 25 m fri	Mix

Hver svømmer får delta i max 3 distanser, i tillegg stafett.

Påmelding:

Elektronisk påmelding ved bruk av Stevnebørsen **senest søndag 13.**

november til e-mail-adresse: hakon.haugvaldstad@lyse.net.

Manuell påmelding **senest 11. november**. Etterpåmelding kun dersom plass i heatene.

Spørsmål angående påmelding kan rettes til Håkon Haugvaldstad, tlf. 51418421/47058455

Betaling:

Kr 75,- i startkontingent pr. deltaker som settes inn på RIL-Svømming sin konto nr. 3230 07 38124 ved påmelding (merkes "RIL-Krutten")

Premiering: Deltagerpremie til alle.

Bassenget: 25 meter, med 6 baner og bølgedempende baneskiller. Vanntemperatur 28° C. Manuell tidtaking. Påbudt med badehette.



Servering: Under stevnet vil der være kafe med salg av mat og drikke i direkte tilknytning til svømmehallen.

Eventuelle spørsmål om stevnet kan rettes til Thor Magne Larsen, tlf. 90 59 03 28.
Innbydelse, heatlister og resultatlister blir lagt ut på vår hjemmeside
<http://www.svomming.com/randaberg>

Vel møtt til Randaberghallen

Med vennlig hilsen
Randaberg IL – Svømmegruppe

Thor Magne Larsen
Stevneleder