



BRYNE SYMJEKLUBB

Bryne symjeklubb
Postboks 406
4349 Bryne

Org.nr.975 694 046
Bankgironr.3325 07 00291
www.brynesymjeklubb.no

Velkomen til ope stemne i Bryne symjehall laurdag 9. og sundag 10. mai 2009

Med godkjenning frå NSF har Bryne symjeklubb gleda av å invitere til ope stemne laurdag 9. og sundag 10. mai i Bryne symjehall. Stemnet vert arrangert i samsvar med NSF sine lover og reglar.

Tider laurdag: Innsymjing: kl. 10:00
Stemnestart: kl. 11.00
Lagleiarmøte: kl. 10.00

Tider sundag: Innsymjing: kl. 10.00
Stemnestart: kl. 11.00

Øvingar: Sjå side 2.

Bassenget: Bassenget er 25 meter, har 5 baner og held ca. 27 C. Bølgjebrytande baneskile. Påbode med badehette.

Tidtaking: Elektronisk

Påmelding: Elektronisk påmelding (PRIMA-format) skal sendast lagvis til hans.hagenes@gagdata.no innan sundag 3. mai 2009.

Klasser: HC klassen svømmer sammen med funksjonsfriske, men premieres i egne klasser

Stevnet er også åpent for Mastersvømmere i alle øvelser

Premiering: 1.- 3. premie årsklassar 98 o.e. Deltakarpremie for årsklassane 97-99, ein klasse for stafettar.

Startkontingent: kr 75 pr. individuell øving, kr 150 pr. lag, og kr 75 pr. deltakar i årsklasse 1999. Startkontingenten skal betalast på konto 3325.07.00291 innan sundag 3. mai. *Etterpåmelding mot dobbel startkontingent og berre dersom det er plass i eksisterande heatoppsett etter at listene er kopierte.*

Viktig info: Det er ikkje lov til å ete eller drikke inne i hallen (vatn er lov). Ikkje legg att søppel i hallen. Det er berre lov til å gå med innesko/skoovertrekk inne i hallen.

Alle symjarar *skal* dusje med såpe før dei går i bassenget. Lagleiar har særskilt ansvar for å informere utøvarane om dette, men utøvarar og foreldre har også ansvar for å følgje opp. Det er dessverre ikkje tilgjengelege oppbevaringsskap i garderobane.

Kafé: Bryne symjeklubb arrangerer kafé med eit variert utval av mat og drikke.

Øvelser: Laurdag 9. mai kl. 11.00	Sundag 10. mai kl. 11.00
Øv. 01. 1500 fri Herrer	Øv.17. 400 IM Herrer
Øv. 02. 1500 fri Damer	Øv.18. 400 IM Damer
Øv. 03. 50 bryst Herrer	Øv. 19. 100 bryst Herrer
Øv. 04. 50 bryst Damer	Øv. 20. 100 bryst Damer
Øv. 05. 100 rygg Herrer	Øv. 21. 200 fly Herrer
Øv. 06. 100 rygg Damer	Øv. 22. 200 fly Damer
Øv. 07. 100 fly Herrer	Øv. 23. 4x100 lag medley Herrer sen
Øv. 08. 100 fly Damer	Øv. 24. 4x100 lag medley Damer sen
Pause	Pause
Øv. 09. 50fri Herrer	Øv. 25. 50 rygg Herrer
Øv. 10. 50 fri Damer	Øv. 26. 50 rygg Damer
Øv. 11. 200 rygg Herrer	Øv. 27. 100 fri Herrer
Øv. 12. 200 rygg Damer	Øv. 28. 100 fri Damer
Øv. 13. 50 fly Herrer	Øv. 29. 100 IM Herrer
Øv. 14. 50 fly Damer	Øv. 30. 100 IM Damer
Øv. 15. 4x100 fri Herrer, sen	Øv. 31. 200 bryst Herrer
Øv. 16. 4x100 fri Damer, sen	Øv. 32. 200 bryst Damer

- Spørsmål om påmeldinga kan rettast til Hans Hagenes (tlf. 928 11 685 eller hans.hagenes@gagdata.no).
- Spørsmål om arrangementet kan rettast til Eirik Kårstad (tlf 47 43 47 45 eller eirik@kaarstad.com).
- Heatlister og resultat vert lagt ut på [Bryne SK sine nettsider](#).
- Stemnet med resultat kan også følgjast live på [Livetiming \(www.livetiming.no/rogaland\)](http://www.livetiming.no/rogaland).

Venleg helsing Bryne symjeklubb