



Åpent stevne i Stavanger Svømmehall 26 – 27 mars 2011



## INVITASJON TIL ÅPENT STEVNE

**Lørdag 26 og søndag 27 mars 2011- Stavanger Svømmehall**

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, har Stavanger Svømme Club gleden av å invitere svømmere født i 2001 og eldre til åpent stevne i Stavanger Svømmehall lørdag 26 og søndag 27 mars 2011.

### ***Stevnestart:***

Lørdag:

Stevnestart kl. 11.00

Innsvømming kl. 10.00

Lagledermøte kl. 10.00

Søndag:

Stevnestart kl. 10.00

Innsvømming kl. 09.00

### ***Øvelsesoppsett:***

lørdag formiddag

---

1	400m	fri	herrer	begrensning av heat
2	400m	fri	damer	begrensning av heat
3	50m	bryst	herrer	
4	50m	bryst	damer	
5	200m	rygg	herrer	
6	200m	rygg	damer	
7	50m	fri	herrer	
8	50m	fri	damer	
9	8x50m	fri	4damer/4herrer	

---

**aktiv**  
TRENINGSSENTER

**MX**  
SPORT **STADION**



Åpent stevne i Stavanger Svømmehall 26 – 27 mars 2011



#### lørdag ettermiddag

10	100m	butterfly	herrer	
11	100m	butterfly	damer	
12	200m	bryst	herrer	
13	200m	bryst	damer	
14	50m	rygg	herrer	
15	50m	rygg	damer	
16	400m	medley	herrer	begrensning av heat
17	1500m	fri	damer	begrensning av heat

#### søndag formiddag

18	100m	fri	damer	
19	100m	fri	herrer	
20	200m	butterfly	damer	
21	200m	butterfly	herrer	
22	50m	fri	damer	
23	50m	fri	herrer	
24	200m	medley	damer	
25	200m	medley	herrer	
26	4x50m	bryst	2damer/2herrer	

#### søndag formiddag

27	200m	fri	damer	
28	200m	fri	herrer	
29	100m	rygg	damer	
30	100m	rygg	herrer	
31	400m	medley	damer	begrensning av heat
32	1500m	fri	herrer	begrensning av heat

OG JA, DET ER 50M FRI BÅDE LØRDAG OG SØNDAG.

### **Premiering:**

Deltakerpremie til alle i 1999, 2000 & 2001 klassen + 1/3 premiering til årsklasse 2000 og eldre.

**aktiv**  
TRENINGSSENTER

**MX**  
SPORT **STADION**



Åpent stevne i Stavanger Svømmehall 26 – 27 mars 2011



### ***Startkontingent:***

kr 75,- pr individuell øvelse, kr 150,- pr lagøvelse og kr 75,- for alle øvelser klasse 2001.

Betaling sendes samtidig med påmeldingen til;  
SSC, postboks 151, 4001 Stavanger, Bankgiro 3201.44.38873

### ***Påmelding:***

Frist: Lørdag 19 mars 2011 kl. 24:00  
Sendes elektronisk i NSF standard påmeldings format til Hans Hagenes  
[hans.hagenes@gagdata.no](mailto:hans.hagenes@gagdata.no)

Etteranmelding i ledige baner mot dobbel startkontingent.

Evt spørsmål rettes til Rune Victor Johnsen ([stevne@stavangersc.com](mailto:stevne@stavangersc.com))  
Tlf: 481 26 022 (mob)

Det blir åpen kafeteria.

***Da ønskes svømmere, ledere, dommere og alle andre interesserte velkommen.***