

TRONDHEIMSMEDLEYEN 2011

INNBYDELSE TIL VESTBYENS 90 ÅRS-JUBILEUMSSTEVNE

Med godkjenning av NSF og etter NSFs lover og regler inviterer Vestbyen Trondheim til **Trondheimsmedleyen** i Husebybadet lørdag 8. og søndag 9. oktober. I pauser i stevnet avvikles stevne for rekrutter, dvs. svømmere født 2001 og seinere. Rekruttene betaler 75 kr. uansett antall starter og får én premie. Tiåringene kan delta i juniorøvelsene. De blir da dømt som juniorer og kan bli disket. Husebybadet er 25 meter langt, har seks baner, kiefer baneskillere og ferskvann som holder ca 28 grader C.

Innsømming lørdag kl. 14.00, søndag kl. 09.00.

Stevnestart lørdag kl. 15.00, søndag kl. 10.00.

Lagledermøte lørdag kl. 14.15. **Website:** www.vestbyen-il.no

Lørdag:	Søndag:
øv. 1. 100 bfl jenter*	Øv.17. 100 bryst gutter *
øv. 2. 100 bfl gutter*	Øv.18. 100 bryst jenter*
øv. 100. 25 bfl rekrutt	Øv.400. 50 bryst rekrutt
øv. 3. 50 fri jenter	Øv.19. 50 rygg gutter
øv. 4. 50 fri gutter	Øv.20. 50 rygg jenter
øv. 200. 50 rygg rekrutt	Øv.500. 50 fri rekrutt
øv. 5. 100 medley jenter	Øv.21. 200 medley gutter
øv. 6. 100 medley gutter	Øv.22. 200 medley jenter
øv. 300. 4x25 medley rekrutt	Øv.600. 4x50 fri rekrutt
øv. 7. 200 bryst jenter	Øv.23. 200 bfl gutter
øv. 8. 200 bryst gutter	Øv.24. 200 bfl jenter
Pause	Pause
Øv. 9. 100 rygg jenter*	Øv.25. 100 fri gutter*
Øv.10. 100 rygg gutter*	Øv.26. 100 fri jenter*
Øv.11. 400 fri jenter	Øv.27. 50 bfl gutter
Øv.12. 400 fri gutter	Øv.28. 50 bfl jenter
Øv.13. 50 bryst jenter	Øv.29. 400 medley gutter
Øv.14. 50 bryst gutter	Øv.30. 400 medley jenter
Øv.15. 4x100 medley jenter	Øv.31. 4x50 fri gutter
Øv.16. 4x100 medley gutter	Øv.32. 4x50 fri jenter

Premiering: Det konkurreres i klassene senior og hver årsklasse junior. Det er 1/3 premiering i alle individuelle øvelser. I stafett konkurreres i én klasse. De tre beste lagene blir premiert med medalje. Det tildeles bestemannspremie til den som oppnår høyest poengsum i sammenlagtøvelsene 100m bfl, 100m rygg, 100m bryst og 100m fri i klasse junior og senior, gutter og jenter (4 premier). Vandrepremie, som må vinnes 3 ganger, går til beste klubb.

Påmelding til Nils Jørgen Gaasvik, e-post: gaanil@statkart.no, innen torsdag 29. september, helst i uni_p-format. **Etteranmelding kun i stafett!** Ved spørsmål kan en ringe 72 84 69 07.

Overnatting fra lør. til søn. på b.hage like ved: 100 kr. per pers. Bestilles og betales ved påm.

Startkontingent: 75 kr. pr. individuell start og 150 kr. pr. stafettlag. Rekruttstafett er gratis. Startkontingenten betales ved påmelding til Vestbyen IL Svømming, Postboks 9658 Saupstad 7478 Trondheim, kontonr. 0530.2975282.

**VESTBYEN IL SVØMMING ØNSKER KLUBBER FRA NORD OG SØR
VELKOMMEN TIL HUSEBYBADET!**