



Til: Svømmeklubbene- Svømmekretsene-Norges Svømmeforbund

I henhold til terminlisten og NSF's lover og regler, inviterer Gjøvik svømmeklubb igjen til:

GJØVIK OPEN 2012

Gjøvik Svømmeklubb

GJØVIK SVØMMEHALL - SØNDAG 18. MARS

OM STEVNET:

Stevnet avvikles todelt: Først et uapprobert rekruttstevne for årsklassene 2003 og 2004, samt eldre nybegynnere - deretter det approberte hovedstevne for årsklassene 2002-1993 og senior.

Svømmere kan bare delta på en av stevnedelene. Deltakerne på hovedstevnet må på ha lisens.

- Rekruttstevnet starter kl. 10.00 - med innsvømming fra kl. 09.15.
- Hovedstevnet starter kl. 12.30 - med innsvømming fra kl. 11.30.
- Lagledermøter er for rekruttstevnet kl. 09.15 og for hovedstevnet kl. 11.30.

ØVELSESPROGRAMMET:

Rekruttstevnet – årgang 2003 og 2004, samt eldre nybegynnere:			
Jenter		Gutter	
1	50 m Fri	2	50 m Fri
3	50 m Bryst	4	50 m Bryst
5	25 m Butterfly	6	25 m Butterfly
7	25 m Fri	8	25 m Fri
9	25 m Rygg	10	25 m Rygg
11	25 m Bryst	12	25 m Bryst
<i>Premieutdeling for rekruttstevnet – med klubbvis opprop og innmarsj</i>			

Hovedstevnet – årgang 2002 og eldre:			
Kvinner		Menn	
1	200 m Medley	2	200 m Medley
3	50 m Bryst	4	50 m Bryst
5	50 m Rygg	6	50 m Rygg
7	100 m Fri	8	100 m Fri
9	4x50 m Fri	10	4x50 m Fri
<i>Premieutdeling for stafettene</i>			
<i>Pause... (ca 30 min.)</i>			
11	200 m Bryst	12	200 m Bryst
13	50 m Butterfly	14	50 m Butterfly
15	100 m Bryst	16	100 m Bryst
17	50 m Fri	18	50 m Fri

PÅMELDING:

Påmelding sendes med e-post til ad@styrmand.no

Påmeldinger må være sendt inn senest mandag 12. mars, kl. 23.00.

Etteranmeldelser mulig på lagledermøtene – i ledige baner – mot dobbel startkontingent.

STARTKONTINGENT:

Deltakerne på rekruttstevnet betaler kun kr. 75,- totalt - uansett antall starter.

Startkontingenten på hovedstevnet er kr. 75,- pr. start for de født 2001 eller før, mens de født 2002 betaler kun kr. 75,- for hele stevnet. På stafettene er startkontingenten kr. 150,- pr. lag.

Startkontingenten innbetales ved påmelding til: Gjøvik Svømmeklubb, postboks 243, 2803 Gjøvik – til konto. **2010.22.50711**. Ta med kvittering. Kontantoppgjør til kasserer på stevnet ved etteranmeldinger.

KLASSEINNDELING:

Rekruttstevnet har en åpen klasse – for de født 2003 og 2004, samt eventuelle eldre *nybegynnere*.

På hovedstevnet er det årsklasseinndeling – for de født 2002-1993, samt senior.

På stafettene er klasseinndelingen *ynge* (2002-2000), *junior* (1999-1993) og *senior*. For å kunne stille seniorlag må minst en av deltakerne holde senioralder.

PREMIERING:

På rekruttstevnet får alle en deltakerpremie. Premieutdeling i hallen rett etter at rekruttøvelsene er avsluttet.

På hovedstevnet er det deltakerpremie til alle 2000-2002. Det er 1/3 premiering pr. øvelse og årsklasse for alle født i 2001 og tidligere. Fortløpende premiering under hovedstevnet. Premieutdeling for stafettene blir rett før pausen.

RESULTATLISTER:

Under stevnet henges resultatlistene fortløpende opp på en resultatvegg. Etter stevnet vil resultatlistene legges på www.medley.no og på hjemmesidene til Gjøvik Svømmeklubb: www.gjoviksvommeklubb.no.

... FOR ØVRIG:

Under stevnet vil det være utlodning og kiosksalg - med mat og drikke og andre godbiter...

Kontaktperson:

Åsmund Dybvik – GSK, telefon: 917 80 625, e-post: ad@styrmand.no.

Vi ønsker svømmere, ledere og publikum velkommen!

Gjøvik Svømmeklubb