



Nordre Land Idrettslag
Svømming

Til

Svømmeklubbene - Svømmekretsene - Norges Svømmeforbund

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, har Nordre Land Idrettslag svømming gleden av å invitere til det sjette

Landsbystevnet



Dokka svømmehall - Dokka

Søndag 5. februar 2012 kl 13.30



Bassenget er nybygd i 2006, og er et superraskt 25 meters saltvannsbasseng i en hall med befriende godt innklima! Det har 6 baner og en vanntemperatur på 28 grader.

Stevnet avvikles todelt

Først et uapprobert rekruttstevne for årsklassene 2003 og 2004, samt eldre nybegynnere. Deretter det approberte hovedstevnet for årsklassene 2002-1993 og senior. På hovedstevnet må alle ha lisens.

- Rekruttstevnet starter kl. 11.00 - med innsømming fra kl. 10.00
- Hovedstevnet starter kl. 13.30 - med innsømming fra kl 12.30
- Lagledermøter: For rekruttstevnet kl. 10.15 - og for hovedstevnet kl. 12.45.

Landsbystevnet 2012



Nordre Land Idrettslag
Svømming

Øvelsesprogram

Rekruttstevnet - Født 2003 og 2004, samt eldre nybegynnere			
Jenter		Gutter	
Nr	Øvelse	Nr	Øvelse
1	50 m bryst	2	50 m bryst
3	25 m rygg	4	25 m rygg
5	25 m butterfly	6	25 m butterfly
7	50 m fri	8	50 m fri
9	25 m bryst	10	25 m bryst
11	25 m fri	12	25 m fri
13	4 x 25 meter fri (blandet lag)		

Hovedstevnet - årsklasser 2002-1993 og senior			
Jenter		Gutter	
Nr	Øvelse	Nr	Øvelse
1	200 m rygg	2	200 m rygg
3	50 m bryst	4	50 m bryst
5	100 m fri	6	100 m fri
7	50 m butterfly	8	50 m butterfly
9	100 m rygg	10	100 m rygg
11	 Landsbystafetten 6 x 50 meter fri Samlet alder ikke over 90 år og minst to av hvert kjønn		
15 minutter pause			
12	400 m fri	13	400 m fri
14	100 m bryst	15	100 m bryst
16	50 m fri	17	50 m fri
18	50 m rygg	19	50 m rygg
20	100 m medley	21	100 m medley

PÅMELDING:

Påmelding sendes som e-post til bjornsaur@hotmail.com

Send helst påmeldingsfil (uni-p)

Påmeldinger må være mottatt senest mandag 30. januar kl. 23.00.

Etteranmeldinger mulig på lagledermøtene - i ledige baner - mot dobbel startkontingent.

Landsbystevnet 2012



Nordre Land Idrettslag Svømming

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:

Nordre Land Idrettslag svømming v/Bjørn Saur, Bekkefarete 3b, 2870 DOKKA.
Kontonr 1604.12.58733. Kontantoppgjør til kasserer på stevnet ved etteranmeldinger.

KLASSEINDELING:

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.

PREMIERING:

På rekruttstevnet får alle en premie totalt. Premieutdeling foregår klubbvis umiddelbart etter at rekruttstevnet er slutt.

På hovedstevnet er det deltagerpremie til alle født 2000-2002. I tillegg er det 1/3 premiering pr. øvelse og årsklasse, unntatt for de født i 2002. Fortløpende premieutdeling under hovedstevnet. Premie til 1, 2 og 3.plass på stafettene. Stafetten premieres umiddelbart etter at siste stafettheat er avviklet.

RESULTATLISTER:

Under stevnet henges resultatlister fortløpende opp på en resultatvegg. Etter stevnet vil resultatlistene ligge på www.medley.no og på hjemmesidene til Nordre Land Idrettslag svømming www.nlinett.no

Under stevnet vil det være rikholdig kiosksalg☺

Kontaktpersoner:

Vedrørende påmelding:	Bjørn Saur	tlf. 93 45 38 08
Vedrørende stevnet:	Johnny Schjørlien	tlf. 97 65 95 90

***Vi ønsker svømmere, ledere og publikum velkommen
til Dokka og vårt superraske svømmebasseng!***

Landsbystevnet 2012



Nordre Land Idrettslag
Svømming



Nordre Land Idrettslag

100 år

1912-2012

Landsbystevnet 2012