



## ØVRE EIKER SVØMMEKLUBB

*Øvre Eiker Svømmeklubb har gleden av å invitere*

### ***Nyttårsstevne i Hokksund Søndag 05. januar 2020***

#### **Velkommen**

Med NSF godkjennelse og i.h.t NSF lover og regler har Øvre Eiker Svømmeklubb gleden av å invitere til åpningsstevne i Hokksund søndag 05. januar kl.10:00

#### **Bassenget Og Tidtaking**

Bassenget er 25 m og har 5 baner. Vanntemperaturen er ca. 27 grader celsius. Det benyttes helautomatisk tidtaking med resultattavle på vegg, samt livetiming.

#### **Årsklasser**

Stevnet er åpent for alle svømmere født i 2011 og eldre. Eldste juniorklasse for gutter 2002 og jenter 2003. Stafetten svømmes i en felles klasse.

#### **Påmelding**

Påmelding må være oss i hende senest **20 desember.** Klubben bruker dataprogrammet Jechsoft Victoria. Påmelding skal skje pr. e-post på en uni\_p txt fil til: [oppmann@oesk.no](mailto:oppmann@oesk.no)

Vi oppfordrer alle som IKKE har oppnådd tid de siste tolv måneder, til å melde på med stipulert tid, slik de generelle regler for idretten gir anledning til.

#### **Startkontingenter**

Kr 100.- pr. individuell start og kr. 200.- pr. lagstart. Svømmere i årsklasse 2011 og 2010 betaler kun 100.- uavhengig av antall starter. Etteranmeldinger godtas i ledig bane mot dobbel startkontingent. Startkontingent faktureres klubben etterskuddsvis. All betaling MÅ gå gjennom deltagerklubben og ikke direkte fra utøvere. Vi ber om at e-post til klubbens kasserer blir oppgitt sammen med påmeldingen.

#### **Premiering**

Det er 1/3-dels premiering i alle årsklasser, unntatt årsklasse 2011 og 2010 som kun får deltagerpremie. Årsklassene 2009 og 2008 får i tillegg til 1/3-premiering, også deltagerpremie.

I tillegg blir det trukket et gavekort, verdi kr 1000,- til en gutt og en jente født i 2009 eller eldre, som har vunnet en øvelse under stevne.

#### **Innsømming og lagledermøte**

Innsømming: kl. 08:30  
Lagledermøte: kl. 09:00  
Stevnestart: kl. 10:00

### **Kafeteria**

Et rikt utvalg av mat og drikke vil være å få kjøpt i kafeteria tilknyttet svømmehallen.

Det blir også salg av svømmetøy og utstyr.

### **Annen Informasjon**

Spørsmål om stevnet kan stilles til stevneleder Alexandra Flaathen tlf.41212403 [leder@oesk.no](mailto:leder@oesk.no) eller Oppmann Hilde Iren Perry tlf.48251292 [oppmann@oesk.no](mailto:oppmann@oesk.no)

Inngang kr 50 for voksne, fri inngang for barn.

Det er gratis parkering rett utenfor svømmehallen, som for øvrig ligger midt i Hokksund sentrum.

**Vi tar forbehold om heatbegrensning.**

## **ØVELSESOPPSETT**

|     |               |        |
|-----|---------------|--------|
| 1.  | 400 fri       | Jenter |
| 3.  | 200 bryst     | Jenter |
| 5.  | 50 rygg       | Jenter |
| 7.  | 200 medley    | Jenter |
| 9.  | 50 bryst      | Jenter |
| 11. | 100 butterfly | Jenter |
| 13. | 4 x 50 fri    | Jenter |

|     |               |        |
|-----|---------------|--------|
| 2.  | 400 fri       | Gutter |
| 4.  | 200 bryst     | Gutter |
| 6.  | 50 rygg       | Gutter |
| 8.  | 200 medley    | Gutter |
| 10. | 50 bryst      | Gutter |
| 12. | 100 butterfly | Gutter |
| 14. | 4 x 50 fri    | Gutter |

## **PAUSE**

|     |              |        |
|-----|--------------|--------|
| 19. | 100 fri      | Jenter |
| 17. | 100 rygg     | Jenter |
| 19. | 50 butterfly | Jenter |
| 21. | 100 bryst    | Jenter |
| 23. | 50 fri       | Jenter |
| 25. | 200 rygg     | Jenter |
| 27. | 1500 fri     | Jenter |

|     |              |        |
|-----|--------------|--------|
| 20. | 100 fri      | Gutter |
| 18. | 100 rygg     | Gutter |
| 20. | 50 butterfly | Gutter |
| 22. | 100 bryst    | Gutter |
| 24. | 50 fri       | Gutter |
| 26. | 200 rygg     | Gutter |
| 28. | 1500 fri     | Gutter |

# **VELKOMMEN SKAL DERE VÆRE**