



## GRØTSTEVNE

Årets grøtstevne blir i Vormedalshallen søndag 19. desember.

Innsvømming kl. 13.30, stevnestart kl. 14.00.

Maks 2 øvelser pr. svømmer.

Deltagerpremie til alle.

Stevnet er åpent for svømmere, søsken, foresatte og andre interesserte.

**Påmeldingsfrist: Senest søndag 5. desember.**

Påmelding sendes på sms eller epost til Laila: 99106993 / [laila.alvestad.larsen@tele2.no](mailto:laila.alvestad.larsen@tele2.no)

Etter stevnet blir det fest i gymsalen med kafe, lodder, premieutdeling og utdeling av plaketter oppnådd siden forrige klubbstevne.

### ØVELSER:

200 m medley, 200 bryst eller 200 fri (velg kun en av øvelsene)

50 fri

100 m bryst

50 m rygg

100 m fri

50 m bryst

100 m rygg

25 m fri (med eller uten flytehjelp)

---

Klubbstevne i Vormedalshallen søndag 19. desember 2010

### **Svømmerens navn:**

E-post:

Øvelse 1:

### **Fødselsår:**

Telefonnr:

Øvelse 2:

### Søsken:

1. Navn:

Fødselsår:

2. Navn:

Fødselsår:

Øvelse 1:

Øvelse 2:

Øvelse 1:

Øvelse 2:

Antall voksne som kommer:

Antall barn (inkludert svømmerne):

Foresattes underskrift: