



Kretskamp Rogaland- og Agder Svømmekrets

Agder Svømmekrets har den glede å invitere til Kretskamp mellom Rogaland- og Agder svømmekrets. Stevnet arrangeres etter Norges Svømmeforbunds lover og regler, og avholdes i Ueneshallen, Flekkefjord, søndag 23. september 2012.

Arrangør er Flekkefjord Svømmeklubb i samarbeid med Agder Svømmekrets.

Aldersgruppe: 1998/1999/2000/2001.

Poengberegning for 1 – 6 plass er som følger: Poeng 7-5-4-3-2-1 ind.

Poengberegning på stafettøvelsene (ett lag fra hver krets): Poeng 5-2 i stafetter.

Oppvarming: Kl.11.00

Stevnestart kl.12.00

Lagledermøte: kl.11.15

Bassenget: 25 m, oppvarmet, bølgebrytende baneskiller.

Øvelsesrekkefølge:

Øv. 1-8: 200m fri jenter 2001 til gutter 1998

Øv. 9-16: 100m bryst 2001 jenter til gutter 1998

Øv. 17-18: 50m bfl. jenter 2001 til gutter 2001

Øv. 19-24: 100m bfl jenter 2000 til gutter 1998

Pause 30 min.

Øv. 25-32: 200m medley jenter 2001 til gutter 1998

Øv. 33-40: 100m rygg jenter 2001 til gutter 1998

Øv. 41: 4x50m medley jenter 2000/2001

Øv. 42: 4x50m medley gutter 2000/2001

Øv. 43: 4x100m medley jenter 1998/1999

Øv. 44: 4x100m medley gutter 1998/1999

Påmelding på vanlig måte med Victoria til Torstein Michalsen, mailadresse: tmichals@online.no innen mandag 17. september.

Premiering: Vandrepokal (sist vunnet av Rogaland Svømmekrets)

Steinar Tangstad

Sportslig leder Agder Svømmekrets

Tlf: 482 62 691

Mailadresse: medley60@gmail.com