



Sandnes Svømme-  
og Livrednings Klubb



## SANDNESSPRINTEN

21.- 22. APRIL 2012

Med NSF'S godkjenning og i henhold til NSF's regler og lover har Sandnes Svømme- og Livredningsklubb gleden av å invitere til åpent stevne – SANDNESSPRINTEN 2011.

Stevnet finner sted i Giskehallen i Sandnes lørdag 21. april og søndag 22. april 2012.

**Basseng:** 25 meter, 5 baner med bølgebrytende baneskillere

**Tidtaking:** Elektronisk tidtaking med manuell back-up.

**Lagledermøte:** Kun lørdag kl 10.00

**Lørdag:** Innsvømming klokken 10.00, stevnestart kl 11.00

**Søndag:** Innsvømming kl 10.00, stevnestart kl 11.00

**Premiering:** 1/3 dels premiering i hver klasse for årsklasse 01 o. e. Deltakerpremie for årsklasse 00-02. Stafett premieres i en klasse.

Ekstra premie sammenlagt på alle 50 meter øvelsene. Høyeste poengsum for hhv damer og herrer premieres med gavekort.

1.premie kr 750,-      2.premie kl 500,-      3.premie kr 350,-

**Klasser:** HC klassen svømmer sammen med funksjonsfriske, men premieres i egne klasser.

Sandnessprinten er også åpen for Mastersvømmere i alle øvelser.

**Startkontingent:** Kr 75,- pr individuelle øvelse og kr 150,- pr lag.

Kr 75,- pr deltaker for årsklasse 2002.

Startkontingent innbetales samlet for hver klubb til konto 3201.20.22130 innen og merkes "Sandnessprinten 2012 – klubb.."

**Påmelding:** Elektronisk påmelding sendes til [hans.hagenes@gagdata.no](mailto:hans.hagenes@gagdata.no) i "PRIMA" format innen onsdag 11.04, kl 24:00.

Etter anmelding i ledige baner mot dobbel startkontingent.

Spørsmål i forbindelse med stevnet kan sendes som e-mail til [bjorn@jaeder.no](mailto:bjorn@jaeder.no) eller ring tlf. 97052545.

Overnatting må ordnes av klubbene selv.

## Velkommen!

## Øvelser:

### Lørdag, 21. April:

1. 100 meter fri, herrer
2. 100 meter fri, damer
3. 50 meter butterfly, herrer
4. 50 meter butterfly, damer
5. 4x50 meter medley, herrer
6. 4x50 meter medley, damer

### PAUSE

7. 100 meter medley, herrer
8. 100 meter medley, damer
9. 100 meter bryst, herrer
10. 100 meter bryst, damer
11. 50 meter rygg, herrer
12. 50 meter rygg, damer

### Søndag, 22. April:

13. 100 meter butterfly, damer
14. 100 meter butterfly, herrer
15. 50 meter bryst, damer
16. 50 meter bryst, herrer
17. 50 meter fri, damer

### PAUSE

18. 50 meter fri, herrer
19. 100 meter rygg, damer
20. 100 meter rygg, herrer
21. 8x50 meter fri, mix

Utdeling av sammenlagtpremier vil bli foretatt umiddelbart etter øvelse 22.

Premier i hver øvelse vil bli utdelt så fort resultatene er tilgjengelige på eget premiebord i hallen.