

# GRØTSTEVNE



**Karmøy svømmeklubb sitt sommerstevne blir i Vormedalshallen søndag 14. desember.**

**Innsvømming kl. 13.30, stevnestart kl. 14.00.**

Maks 3 øvelser pr. svømmer.

Deltagerpremie til alle.

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

**Påmeldingsfrist: Senest fredag 5. desember!!**

Påmelding sendes på epost til Laila: [lalvorm@gmail.com](mailto:lalvorm@gmail.com)

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

## **ØVELSER:**

**200 m medley**

**200 fri**

**200 rygg**

**200 bryst**

**100 m fri**

**50 m bryst**

**100 m rygg**

**50 m fri**

**100 m bryst**

**50 m rygg**

**100 m butterfly**

**25 m fri (med eller uten flytehjelp)**

**400 m fri**

Oppmuntrer alle som ønsker å delta i klubbmesterskapet 2014 om å velge øvelser som teller der: 200 m medley, 200 m bryst, 100 m rygg, 100 m butterfly og 400 m fri.

***NB!! I påmeldingen må dere oppgi hvor mange voksne og barn som kommer på klubbstevnet.***