

Oslo Idrettslag Svømming
ønsker velkommen til

OI OPEN

LANGBANE

21.-22. mai 2016



REDIGERT 13.05.16



Velkommen til

OI Open 21.-22. mai 2016

Oslo Idrettslag Svømming inviterer i henhold til NSF's terminliste og etter NSF's lover og regler til åpent stevne ved Tøyenbadet i Oslo.

OI Open er et stevne som har blitt arrangert i mange år, stevnet skal være en positiv arena for utøvere, trenere, ledere og foreldre. Tøyenbadet ligger sentralt i Oslo, i kort avstand fra kollektivt og hvor det også er rikelig med parkeringsplasser i området rundt svømmehallen.

Bassenget er 50 m langt og har 8 baner. Det benyttes elektronisk tidtaking og stevnet kan følges på www.livetiming.no. Oppdatert informasjon vil legges ut på våre nettsider, www.oioopen.no

Det vil være muligheter for innsvømming i forkant av stevnet. Vanntemperaturen er ca. 25 grader.

Beste svømmehilsener

Stevneutvalget

Oslo Idrettslag Svømming

stevne@oi-svomming.no

www.oioopen.no

www.oi-svomming.no



OSLO IDRETTSLAG SVØMMING - Fokus på utvikling!

Informasjon OI Open

Påmelding sendes innen onsdag 11. mai til:

stevne@oi-svomming.no som en Uni-p fil innen kl. 23.59. Påmeldinger blir bekrefetet.

Etteranmelding mot dobbel kontingent i ledige baner er mulig fram til lagledermøtet.

Stevnet er åpent for funksjonshemmede og Masters, i egne klasser i henhold til NSF sitt regelverk.

Startkontingent

kr. 100,- pr individuelle start

Kr. 200,- per lagøvelse.

Svømmere født i 2006 betaler kr. 100,- uavhengig av antall starter.

Kontingent innbetales etter faktura, som sendes ut etter endt stevne.

Stevneinndeling

Stevnet vil bli delt opp i 4 avdelinger hvor man skiller mellom Yngre (f.2003-2006) og eldre (2002 - o.e)

Heatoppsett

Heatene blir satt opp etter påmeldingstid, uansett klasse untaksvis Masters som blir satt i eget heat der hvor det er nok påmeldte til å fylle et heat

Premiering

1/3 premiering til 2005 og eldre.

Deltagerpremie til 2004-2006. Stafett premiering for 1.-3.plass. Ved eventuell lik sluttid gis det samme plassering.

Det vil bli delt ut bestemannspremie til beste jente og gutt i yngre og eldre etter FINA ranking.

Kafeteria

Er åpen under hele stevnet hvor det vil være mulig å få kjøpt baguetter, pølser, frukt, minneralvann, kaffe, kaker, etc.

Tidsplan (foreløpig):

Lørdag Yngre – stevnestart:	09:00
- Innsvømming:	08:00
- Lagledermøte: (felles)	08:00
- Dommermøte:	08:30
Lørdag – Eldre stevnestart:	14:00
- Innsvømming:	12:30
Søndag Yngre stevnestart:	09:00
- Innsvømming:	08:00
Søndag Eldre – stevnestart:	14:00
- Innsvømming:	12:30

Annet

Av sportslig hensyn forbeholder vi oss retten til å begrense antall heat eller stryke øvelser dersom stevnet ikke lar seg gjennomføre innenfor fornuftig tidsramme, eventuelt fremskyve stevnestart. Dette vil meddeles påmeldte klubber gjennom e-post om det blir nødvendig.

Kontaktpersoner

Stevneansvarlig:

Tore Eugen Kvalheim

styret@oi-svomming.no

tel. 92 42 57 88

Påmeldingsansvarlig:

Joseph Gillen

stevne@oi-svomming.no

tel. 93 60 86 51



OSLO IDRETTSLAG SVØMMING - Fokus på utvikling!

Øvelser OI Open

Lørdag morgen - yngre (2006-2003)			
Gutter		Jenter	
Øvelsnr.	Øvelse	Øvelsnr.	Øvelse
1	200 fri	2	200 fri
3	50 fly	4	50 fly
5	200 br	6	200 br
7	100 ry	8	100 ry
9	200 fly	10	200 fly
11	1500 fri	12	4x100 fri
Lørdag ettermiddag - eldre (2002 - oe)			
Gutter		Jenter	
Øvelsnr.	Øvelse	Øvelsnr.	Øvelse
13	200 fri	14	200 fri
15	50 fly	16	50 fly
17	200 br	18	200 br
19	100 ry	20	100 ry
21	200 fly	22	200 fly
23	4x100 fri	24	1500 fri * heatbeg.til 3
		49	400 IM* heatbeg, til 3

Søndag morgen - yngre (2006-2003)			
Gutter		Jenter	
Øvelsnr.	Øvelse	Øvelsnr.	Øvelse
25	100 fri	26	100 fri
27	50 br	28	50 br
29	200 im	30	200 im
31	100 br	32	100 br
33	50 fri	34	50 fri
35	4x100 fri	36	1500 fri
Søndag ettermiddag - eldre (2002 - oe)			
Gutter		Jenter	
Øvelsnr.	Øvelse	Øvelsnr.	Øvelse
37	100 fri	38	100 fri
39	50 br	40	50 br
41	200 im	42	200 im
43	100 br	44	100 br
45	50 fri	46	50 fri
47	1500 fri * heatbeg.til 3	48	4x100 fri
50	400 IM* heatbeg, til 3		

Velkommen til OI Open 21.-22. mai 2016