



## Innbydelse til Vårmønstringen 21. april 2018

Med godkjenning av NSF og etter NSFs lover og regler inviterer Vestbyen IL svømming Trondheim til **Vårmønstringen 2018** i Husebybadet. Husebybadet er 25 m. langt, har seks baner med antiwave baneledere. Bassenget har ferskvann som holder ca. 27-28 °C. Det vil bli benyttet elektronisk tidtaking.

<b>Stevnestart REKRUTT</b>	<b>kl. 10.00</b>
<b>Stevnestart JUNIORSTEVNET</b>	<b>kl. 11.30</b>
<b>Innsvømming</b>	<b>kl. 09.00</b>
<b>Lagledermøte</b>	<b>kl. 09.00</b>
<b>Dommermøte</b>	<b>kl. 09.30</b>

### ØVELSER REKRUTTSTEVNET:

Øv 100. 25 m b.fly, gutter og jenter
Øv 200. 25 m rygg, gutter og jenter
Øv 300. 50 m bryst, gutter og jenter
Øv 400. 50 m fri, gutter og jenter
Øv 500. 4*50 fri (mix)

### ØVELSER JUNIORSTEVNET:

<b>Herrer</b>	<b>Damer</b>
Øv 1. 800 m fri herrer*	Øv 2 800 m fri damer*
Øv 3. 50 m fri herrer	Øv 4 50 m fri damer
Øv 5. 200 m b.fly herrer	Øv 6. 200 m b.fly damer
<b>PAUSE 30 min etter øvelse 6</b>	
Øv 7. 100 m rygg herrer	Øv 8 100 m rygg damer
Øv 9. 50 m bryst herrer	Øv 10. 50 m bryst damer
Øv 11. 200 m IM herrer	Øv 12. 200 m IM damer
Øv 13. 100 m fri herrer	Øv 14. 100 m fri damer
Øv 15. 50 m b.fly herrer	Øv 16. 50 m b.fly damer
Øv 17. 200 m fri herrer	Øv 18. 200 m fri damer
Øv 19. 50 m medley mix	

\*Det blir heatbegrensning for øvelse 1 og 2, tre heat pr. øvelse. Under øvelse 7, 8 og 19 kan det benyttes ryggstartere om ønskelig.

**Premiering:** Det konkurreres i klassene senior og hver årsklasse for junior. Det er 1/3 premiering i alle øvelser. Årsklasse 2007 og 2006 premieres med en deltakerpremie i tillegg til 1/3 premiering. Årsklasse 2009 og 2008 premieres kun med deltakerpremie. Rekrutter premieres med en deltakerpremie. Svømmere med funksjonsnedsettelse premieres etter årsklasse og HC-klasse.

**Påmelding** til, [pamelding@vestbyentrondheim.no](mailto:pamelding@vestbyentrondheim.no) innen 7. april.

Påmeldingen skal være elektronisk, UNI\_P format. Stevneoppsett kan lastes ned fra [medley.no](http://medley.no). Årsklasse 2009 og 2008 kan delta på approbert stevnet og betaler kr 100,- uansett antall øvelser. Startkontingent for øvrige svømmere er kr. 100,- pr. øvelse. Etteranmelding godtas dersom det er ledig plass i heatene, kr. 200,- pr. øvelse. Lagstarter kr. 200,-. Rekrutter betaler kr. 100,- uansett antall øvelser.

**VESTBYEN IL SVØMMING ØNSKER ALLE VELKOMMEN TIL HUSEBYBADET!**