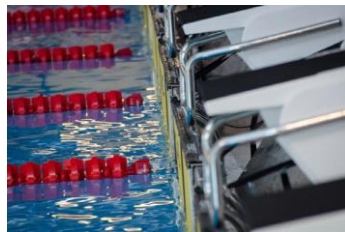




**AQUARAMA
OPEN**
SVØMMESTEVNE
KRISTIANSAND



forsidefoto/gratistilform: forumhaugenA&E



Varodd SK og Vågsbygd SLK er stolte av å kunne invitere til stevne i vårt flotte 50m basseng i Kristiansand, 14. – 16. juni 2019.

Aquarama Open arrangeres for syvende gang, og vi håper på et godt arrangement som gir gode opplevelser for utøvere, trenere og ledere. Aquarama ligger i sentrum, midt på Bystranda med kort avstand til alle hoteller, tog, flybuss osv.

Bassenget har 10 langbaner med Omegapaller. Det benyttes elektronisk tidtaking, og stevnet kan følges på www.livetiming.no. Aquarama har ca 700 tilskuerplasser. Det vil bli muligheter til oppvarming i varmtvannsbasseng. Vanntemperatur er ca 27 grader.

Stevnet arrangeres i henhold til Norges svømmeforbunds lover og regler.

Påmelding sendes senest 24. mai til:
Torstein Michalsen
E-mail: tmichals@online.no

Startkontingent
Kr. 100,- pr. individuelle start. Kr. 200,- pr. lagøvelse

Etteranmelding i ledige baner godtas mot dobbel startkontingent, som må betales kontant i sekretariatet.

Startkontingenten betales til konto. 3060 34 41857.
Merk tydelig AQ Open «klubb». Startkontingent må betales innen 24. mai.
Faktura for bespising samt overnatting på scandic faktureres når fristen er ute.

Betaling fra utlandet:
Kontoen heter: Aquarama Open
BIC/SWIFT er: DNBANOKK
IBAN: NO2330603441857
3060.34.41857

Stevnekontoret vil være åpent fra fredag 14. juni kl. 10.00.

Lagledermøte fredag 14. juni i Aquarama kl. 10.30.
Det er ikke lagt opp til flere lagledermøter.

For informasjon før stevnet:

Caroline Thorstensen
Tlf: +47 47 63 42 34
E-mail: caroline@vslk.no / booking@vslk.no

KLASSER

Stevnet gjennomføres med følgende klasser:

For damer

Klasse A = 2002 – senior

Klasse B = 2003 og 2004

Klasse C = 2005 og 2006

Klasse D = 2007 og 2008

For herrer

Klasse A = 2000 – senior

Klasse B = 2001 – 2002

Klasse C = 2003 – 2004

Klasse D = 2005 – 2006

Klasse E = 2007 – 2008

Masters = egne klasser i forhold til NSF sitt reglement

Funksjonshemmede = en klasse for damer og en for herrer, australsk modell. Rangeres etter prosentvis avvik fra verdensrekorden på langbane i den respektives klasse pr. 1. januar 2019.

STEVNESTART

Fredagkl. 12.00

Lørdagkl. 09.00

Finaler kl. 17.30

Søndag kl. 09.00

Estimert stevneslutt søndag kl. 16

INNSVØMMING

Fredag 14. juni kl. 10.15-11.45

Lørdag 15. juni kl. 07.00-08.45

kl. 16.30.-17.15

Søndag 16. juni kl. 07.00-08.45

I tillegg er det eget utsvømmingsbasseng som kan benyttes til angitte tidspunkt.

PREMIERING

Individuelt 1/3 premiering i alle klasser. Deltakerpremier til alle deltakere i klasse 2007 og 2008. Premiene er verdikuponger

1. plass kr. 100

2. plass kr. 75

3. plass kr. 50

Øvrig premiering kr. 25

Funksjonshemmede premieres etter Australsk modell hvor sluttid måles i prosent mot verdensrekorden på langbane publisert pr. 1. januar 2019 i respektive HC-klasse.

Premiering superfinaler:

- | | |
|----------|----------|
| 1. plass | kr. 1500 |
| 2. plass | kr. 1000 |
| 3. plass | kr. 500 |

Stafett (kun superfinalen) kr. 1000 til 1. plass, 600 til 2. plass og kr. 400 til 3. plass.

Stafett

De 3 beste stafettklubbene sammenlagt får pengepremie. Klubbene kan stille med flere lag som teller i poengkampen (poeng 10,9..1). Superfinalen telles ikke med. Der er det egen premiering.

- | | |
|----------|----------|
| 1. plass | kr. 4000 |
| 2. plass | kr. 3000 |
| 3. plass | kr. 2000 |

Ellers ingen premiering i stafett.

Bestemannspremie

Kr 4.000, 3.000, 2.000 til stevnets tre høyeste poengsummer etter Fina-2018 poengtabell. Egen klasse for gutter og jenter

Kr 3.000, 2.000, 1.000 til de 3 beste enkeltresultat for HC utøvere. Svømmerne rangeres etter prosentvis avvik fra verdensrekorden i sin klasse på langbane pr. 1. januar (australsk modell).

Kun en premie pr utøver.

FINALER

Det svømmes superfinale på 200 medley, 100 rygg, 100 bryst, 100 fri, 100 butterfly og 4*50 LM. Kun en klasse.

Det blir A- og B-finaler på alle 100 meterne!

ØVELSER

| ØVELSE DAMER | | ØVELSE HERRER | |
|-----------------------------|--------------|---------------|--------------|
| FREDAG 14. JUNI 2019 | | | |
| 1 | 400 FRI | 2 | 400 FRI |
| 3 | 100 RYGG | 4 | 100 RYGG |
| 5 | 50 FRI | 6 | 50 FRI |
| 7 | 100 BRYST | 8 | 100 BRYST |
| 9 | 200 FLY | 10 | 200 FLY |
| 11 | 1500 FRI | 12 | 1500 FRI |
| LØRDAG 15. JUNI 2019 | | | |
| 13 | 200 MEDLEY | 14 | 200 MEDLEY |
| 15 | 100 FRI | 16 | 100 FRI |
| 17 | 50 BRYST | 18 | 50 BRYST |
| 19 | 200 RYGG | 20 | 200 RYGG |
| 21 | 100 FLY | 22 | 100 FLY |
| 23 | 4*50 LM | 24 | 4*50 LM |
| SØNDAG 16. JUNI 2019 | | | |
| 45 | 400 MEDLEY | 46 | 400 MEDLEY |
| 47 | 8*50 FRI MIX | 48 | 8*50 FRI MIX |
| 49 | 200 BRYST | 50 | 200 BRYST |
| 51 | 200 FRI | 52 | 200FRI |
| 53 | 50 RYGG | 54 | 50 RYGG |
| 55 | 50 FLY | 56 | 50 FLY |

SUPERFINALER LØRDAG KL 17.30

Øvelse:

25 200 medley damer
26 200 medley herrer
27 100 rygg damer B-finale
28 100 rygg damer A-finale
29 100 rygg herrer B-finale
30 100 rygg herrer A-finale
31 100 bryst damer B-finale
32 100 bryst damer A-finale
33 100 bryst herrer B-finale
34 100 bryst herrer A-finale

35 100 fri damer B-finale
36 100 fri damer A-finale
37 100 fri herrer B-finale
38 100 fri herrer A-finale
39 100 butterfly damer B-finale
40 100 butterfly damer A-finale
41 100 butterfly herrer B-finale
42 100 butterfly herrer A-finale
43 4x50 LM damer
44 4x50 LM herrer

PRESISERING:

8*50 fri Mix. 4 gutter + 4 jenter

Årsklasse 2007 og 2008 kan ikke delta i øvelse 11, 12, 45 og 46

Vi tar forbehold om endringer og innføring av heatbegrensning. Starttidspunkter kan bli forskjøvet ut fra størrelsen på stevnet.

OVERNATTING OG BESPISNING

Vi har følgende mat og overnattingspakker og tilby under stevnet:



Scandic hotel bystranda (Østre strandgate 74) Ligger vegg i vegg med Aquarama

| | |
|--------------|---------------------|
| Enkeltrom | kr. 1095,- pr. natt |
| Dobbeltrum | kr. 1495,- pr natt |
| 3 – sengsrom | kr. 1850,- pr natt |
| 4 – sengsrom | kr. 2095,- pr. natt |

Bestilling sendes til booking@vslk.no

Navn på svømmere/ledere/trenere fordelt på rom må sendes inn senest 24. mai.

Etter denne datoen er det ikke mulig å gjøre endringer.

Det sendes faktura på de bestilte hotellrom straks fristen er utløpt.



Radisson blu Caledonien hotel (Vestre strandgate 7)

Bestilling med bookingkode «AQCALEDONIEN» sendes til booking@vslk.no

| | |
|--------------|---------------------|
| Enkeltrom | kr. 1230,- pr. natt |
| Dobbeltrum | kr. 1495,- pr. natt |
| 3 – sengsrom | kr. 1795,- pr. natt |
| 4 – sengsrom | kr. 2050,- pr. natt |

Hotell dronningen (Vestre strandgate 7)

Bestilling med bookingkode «AQDRONNINGEN» sendes til booking@vslk.no

| | |
|--------------|---------------------|
| Enkeltrom | kr. 995,- pr. natt |
| Dobbeltrum | kr. 1295,- pr. natt |
| 3 – sengsrom | kr. 1595,- pr. natt |
| 4 – sengsrom | kr. 1850,- pr. natt |

Bespisning

Det vil være mulig å bestille lunsj (125kr) og middag (165kr)

Middag fredag: Thai kylling med ris og salat
Lunsj lørdag: Pasta carbonara med salat og brød
Middag lørdag: Gratinerte tacolefser med salat
Lunsj søndag: Lasagne med salat og brød

Det vil også være mulig å bestille baguetter til fredag (kan hentes kl 11.30 I sekretariatet)
Og til søndag (kan hentes I sekretariatet ved stevneslutt)
Pris på baguett: 90kr

For mer info se vår nettside: <http://aqo.no/>

KONTAKTPERSONER

Stevneleder
Petter Bratland, kho eig@online.no +47 90 08 63 43

Stevnekontor:
Randi Rypestøl, randiryp@gmail.com +47 91 86 46 02

Overnatting/bespisning:
Caroline Thorstensen, booking@vslk.no, +47 47 63 42 34

Velkommen til Aquarama Open 2019.



**AQUARAMA
OPEN
SVØMMESTEVNE
KRISTIANSAND**

