NAMSOS SVØMMEKLUBB ARRANGERER MED NSFS GODKJENNING OG I TRÅD MED GJELDENDE LOVER OG REGLER:

Julesprinten 2020

Approbert stevne
12.desember 2020

Bassenget:	25 meter, har 4 baner, med bølgedempende baneskillere, ferskvann og en temperatur på ca. 25 grader.
Tidtaking:	Elektronisk tidtaking med lystavle. Victoria resultatsystem og livetiming.
Klasseinndeling:	Senior. Alle klasser fra 11 år (født 2009) til senior. Alle født 2010 og 2011 kan delta i approberte øvelser. Stevnet er åpent for funksjonshemmende.
Begrensninger:	Pga. koronasituasjonen og gjeldende smittevernregler avgrenses deltakelse til utøvere med gyldig lisens og medlemskap i Namsos Svømmeklubb.
Påmelding:	Påmelding senest innen 10.desember 2020, kl. 24:00. Etteranmeldinger godkjennes ved plassledighet i heat mot dobbel startkontingent. Påmelding elektronisk foretrekkes. Uni_r-filer gjøres tilgjengelig på medley.no. NSF skjema (maskinskrevet) eller maskinskrevet liste (eks.Excel) med samme opplysninger godtas. Påmelding skal sendes til epostadresse: stevne@namsos-sk.org
Startkontingent:	Kr 50,- pr individuell start, kr 100,- pr lagstart. Fødselsår 2010 og 2011 kr 50,- for hele stevnet uavhengig av antall starter.
Start- og resultatlister:	Legges ut på www.livetiming.no
Premiering:	Individuelle øvelser: 1/3 dels premiering. Alle født 2010-2011 i approbert stevne, deltagerepremie og premiering ihht. barneidrettens bestemmelser.
Premieutdeling:	Premier hentes fortløpende ved oppsatt premiebord.
Stevnestart:	Lørdag 12.desember 2020, kl. 16:00
Innsvømming:	Lørdag 12.desember 2020, kl. 15:30-15:50
Lagledermøte:	Lørdag 12.desember 2020, kl. 15:00
Publikum:	Pga. koronasituasjonen og gjeldende smittevernregler, tillater svømmeanlegget ikke adgang for publikum. Unntak er utøvere, trenere/ledere og arrangørstab.
Betaling:	Fakturagrunnlag for startkontingenter utsendes i etterkant av stevnet. Vår konto 4400.40.82149.

Øvelser

Lørdag			
Avdeling 1	1	800 K	
	2	800 M	
	3	100 individuell medley K	
	4	100 individuell medley M	
	5	50 bryst K	
	6	50 bryst M	
	7	100 rygg K	
	8	100 rygg M	
	Pause		
	9	200 individuell medley K	
	10	200 individuell medley M	
	11	50 rygg K	
	12	50 rygg M	
	13	100 butterfly K	
	14	100 butterfly M	
	15	50 fri K	
	16	50 fri M	

Smittevernregler

Leses nøye før påmelding og stevnestart

Smitteverntiltak for Julesprinten 202 er utarbeidet med bakgrunn i smittevernregler fra FHI og Norges Svømmeforbund.

Retningslinjer:

- Stevnet gjennomføres lørdag 12.desember 2020. Anlegget er da stengt for offentlig bading/svømming.
- Stevnet gjennomføres med maksimal personbelastning på 50 personer, herunder 30 svømmere og 20 trenere/funksjonærer.
- Stevnet arrangeres for og forbeholdes utøvere fra Namsos Svømmeklubb.
- Alle voksne må holde minst 1 meter avstand til andre utenfor egen husstand.
- Barn er unntatt 1-metersregelen i svømmehallen og i vannet. 1-metersregelen gjelder dog også for disse i garderobe- og dusjarealer.
- Dusjsoner er stengt av for å opprettholde nødvendig avstand i dusjene. Plakater på dørene angir hvor mange som kan oppholde seg der samtidig.
- Samme løsning gjelder for inngang til garderobesone.
- Det etableres egen garderobevakt for hver av de to garderobene.
- Personer smittet av korona, i karantene eller med symptomer på luftveisinfeksjon (som feber, sår hals, rennende nese, hoste eller nedsatt allmenntilstand) skal ikke delta på stevnet.
- Vi forbeholder oss retten til å bortvise utøver eller andre ved brudd på smittevernreglene.
- Det vil ikke være kiosksalg under arrangementet.
- Treningsstudio holdes åpent av anleggseier, da dette er adskilt fra bassengdel og utøvere/trenere/funksjonærer ikke vil oppholde seg eller bruke dette arealet under stevnet.