



har gleden av å invitere dere til

Glomma Cup Uapprobert 2024



Inngang skjer fra hovedinngangen på fremsiden. Det er også mulig å slappe av ute i den store kafeteriaen under pausen eller i mellom øvelsene.

ALLE FÅR PREMIE : -)

NB! Helautomatisk elektronisk tidtaking med resultattavle.

lørdag 7. september 2024

Approbert stevne arrangeres søndag 8.september

Innsvømming kl.: 12.00 - Stevnestart kl.: 13.00
Lagledermøte kl.: 12.10

Øvelser

Damer			Herrer		
Øvelse	Distanse	Klasse	Øvelse	Distanse	Klasse
1	25 m bryst	Alle	2	25 m bryst	Alle
3	50 m fri	Alle	4	50 m fri	Alle
5	25 m rygg	Alle	6	25 m rygg	Alle
7	50 m bryst	Alle	8	50 m bryst	Alle
9	100 m medley	Alle	10	100 m medley	Alle
PAUSE- 30 min					
11	25 m fri	Alle	12	25 m fri	Alle
13	50 m rygg	Alle	14	50 m rygg	Alle
15	100 fri	Alle	16	100 fri	Alle
17	25 m butterfly	Alle	18	25 m butterfly	Alle
19 4x25 m fri mix					

Bassenget i Kongstenhallen er 25m langt, har 6 baner med ferskvann som holder 27 °C

Alle mottar en deltager premie.

- Påmelding: Sendes elektronisk til stevne@kongstensvommerne.no
samlet fra klubb, fortrinnsvis via medley.
innen 28. august 2024
Bernt Ole - Mob 913 67 853
Etteranmelding er mulig i ledige baner mot dobbel startkontingent.
- Startkontingent: Kr. 100,- pr. deltager og kr. 200,- pr. lagstart.
Startkontingent faktureres i etterkant av stevnet.
- Tidtaking: Helautomatisk elektronisk tidtaking med resultattavle. Jechsoft
- Spørsmål: Kan rettes til stevneleder, Morten Reed Breivik,
morten@kongstensvommerne.no