



ASKER GRAND PRIX

2025

10 - 12 OKTOBER

HOLMEN SVØMMEHALL



Med NSF's godkjenning, og i henhold til NSF's lover og regler, har Asker Svømmeklubb gleden av å invitere svømmere **født 2012 og tidligere** til Asker Grand Prix 2025. Stevnet er ett nasjonalt stevne med internasjonal deltagelse. Stevnet foregår i Holmen svømmehall, Devikveien 6, 1394 Nesbru.

Tidsskjema

	Fredag	Lørdag			Søndag		
		A-Flight	B-Flight	Finale	A-Flight	B-Flight	Finale
Dommermøte	16:30	09:00			09:00		
Innsvømming	16:00	08:00	11:30	16:00	08:00	11:30	15:00
Stevnestart	17:30	09:30	12:30	17:00	09:30	12:30	16:00

Vi tar forbehold om endring av starttidspunkt lørdag og søndag.

Dette vil bli meddelt på livetiming etter påmeldingsfristens utløp.

Bassenget:

Bassenget har 8 baner der hver bane er 2,5m brede og 25 m lange. Bassenget har kloret ferskvann med vanntemperatur på 27°C. Under stevet blir det elektronisk tidtaking.

Det er trapp ved hvert hjørne av bassenget og det er tilkomst for rullestolbrukere rundt bassenget. Opplæringsbassenget vil være åpent for inn- og utsvømming under konkurransen.

Klasseinndeling:

Stevnet er åpent for utøvere født 2012 og eldre, para og masters. Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler.

Klassen for masters fremgår ikke i den elektroniske påmeldingsfila. Disse må derfor angis i e-posten med påmeldingen.

Poeng i parasvømming kalkuleres ut fra Australsk modell.

Påmelding:

Samlet påmelding fra klubbene sendes fortrinnsvis i **UNI_P format (fra medley.no/Victoria)** til stevne@askersvom.no innen **onsdag 1. oktober 2025**. Alle påmeldinger kvitteres med e-post. Ønske om etterpåmeldinger sendes samme e-postadresse som påmelding. Etterpåmeldinger tas inn hvis plass.

På 200, 400, 800 og 1500m er påmeldingstid obligatorisk. Arrangøren oppfordrer alle som ikke har oppnådd tid siste 12 mnd. til å melde på med stipulert tid slik GE 19.1.5 gir anledning til.

Startkontingent kr. 100,- pr. individuell start og kr. 200,- pr. stafettlag. Etterpåmeldinger godtas mot dobbel startkontingent.

For øvelser 200m eller lengre vil det om nødvendig bli innført heatbegrensninger for å avvikle stevnet innenfor oppsatte tidsrammer.

**A-Flight og B-Flight:**

På 50, 100, 200 meterne svømmes de tre beste heatene i A-Flight. Alle resterende heat på disse øvelsene svømmes i B-flight. Svømmere kan oppleve å kvalifisere seg inn på forskjellige flighter i forskjellige øvelser, og kan derfor risikere å måtte møte i både A-Flight og B-Flight samme dag.

Heatbegrensninger:

800/1500 – kun de 24 beste påmeldingstidene får svømme øvelsen.

400 fri – kun de 32 beste påmeldingstidene får svømme øvelsen.

Finaler:

400 IM og 1500 fri svømmes som direkte finale fredag kveld. Utover dette svømmes alle øvelser som A-finaler under finaleøkten. 800/400 fri svømmes som direktefinale, med de 8 beste påmeldingstidene i finalesekvensen, resterende heat i B-Flight.

B-finaler kun for 50 og 100 meters øvelsene.

For Para vil det bli svømt A-finaler i 50 meters øvelsene.

Premiering:

Forsøksheat og B-finaler premieres ikke under Asker Grand Prix. Det er kun A-finaler som premieres. Premiene er medaljer første, andre, og tredje plass samt pengepremier til første, andre, og tredje plass. Pengepremiene betales direkte til utøver. Det vil ta opp til 2 uker før pengepremiene utbetales. Det vil bli publisert skjema til utfylling av kontonummer på medley, og det vil også ligge i resepsjonen.

Stafetter premieres kun med medaljer.

A-finaler:

- Premiering skjer under finaleøktene.
- Prispenger:
 - 1. plass kr 2.000,-
 - 2. plass kr 1.000,-
 - 3. plass kr 500,-
- Om det settes norsk seniorrekord under Asker Grand Prix vil utøveren som setter rekorden med største poengøkning uavhengig av kjønn, få en premie på kr10.000,- Tilsvarende kr5.000,- for Para rekord.
- Om ingen Norgesrekord settes, tilføres årets premie neste års premiepott som vil økes for hvert år det ikke settes Norgesrekord.
- Det ble ikke satt noen norske rekorder i 2024-utgaven av Asker Grand Prix, hvilket vi si at beløpene er 20.000,- og 10.000,-



Lagledermøte, strykninger og etterpåmeldinger

Det avholdes ikke lagledermøte under Asker Grand Prix.

Strykninger skal fortrinnsvis gjøres av klubbene selv på livetiming.medley.no eller ltmobil.medley.no, klubbene får tilsendt passord for tilgang til tjenesten etter utløpet av påmeldingsfristen.

Etterpåmelding meldes til stevne@askersvom.no, prioriteres i den rekkefølgen de mottas, og tas med hvis konkurranseledelsen anser at det er plass.

Informasjon vedrørende stevnegjennomføringen fås ved henvendelse til stevneleder eller til tidtakerbordet.

Rangerte startlister og veiledende tidsskjema legges ut på www.livetiming.no etter utløpet av påmeldingsfristen, og oppdateres ved behov.

Publikum

Holmen svømmehall er universelt utformet med god adkomst for rullestolbrukere, bygget har heis. Det er begrenset med parkering ved hallen, dette gjelder også handicap parkering. De som har behov for dette, bes henvende seg til stevneleder for at slike plasser eventuelt kan holdes av om mulig.

Parkering Holmen Svømmehall

Det er svært begrenset med parkering ved Holmenhallen så vi oppfordrer alle til å benytte offentlig kommunikasjon om mulig. Hvis man kjører selv så er det viktig å parkere etter parkeringsvaktens anvisninger. Parkering ved hallen vil i første rekke forbeholdes betjening og de med spesielle behov.

Kontaktpersoner

Påmelding: Bjarne Stavnes, e-post: stevne@askersvom.no mobil: 481 91 935

Konkurranseansvarlig: Morten Tronstad, e-post: morten@ttm.no mobil: 957 07 465

Kafeteria:

Asker svømmeklubb vil ha stor kafeteria i konferanserommet i kjelleren i Holmen svømmehall. Livetiming vil bli vist på storskjerm i konferanserommet.

Salg av utstyr

Arena Store vil ha utsalg i foajeen ved inngangen til svømmehallen.



Øvelsesoppsett forsøk:

Fredag 11. oktober – Innledende øvelser starter 17:30

Stevnestart 17:30

Øvelse 1	400 IM damer**	Øvelse 2	400 IM herrer**
Øvelse 3	1500 fri damer**	Øvelse 4	1500 fri herrer**

Lørdag 12. oktober – innledende øvelser. A-Flight starter 09:30 B-Flight starter 12:30

Øvelse 5	200 fri damer	Øvelse 6	100 fri herrer
Øvelse 7	100 bryst damer	Øvelse 8	50 bryst herrer
Øvelse 9	100 butterfly damer	Øvelse 10	100 rygg herrer
Øvelse 11	50 rygg damer	Øvelse 12	200 butterfly herrer
Øvelse 13	200 IM damer	Øvelse 14	400 fri herrer*
Øvelse 15	50 fri damer	Øvelse 16	200 bryst herrer
Øvelse 17	800 fri damer*	Øvelse 18	50 butterfly herrer
Øvelse 19	200 rygg damer	Øvelse 20	4x100 fri herrer***

Søndag 13. oktober – innledende øvelser, A-Flight starter 09:30 B-Flight starter 12:30

Øvelse 21	200 fri herrer	Øvelse 22	100 fri damer
Øvelse 23	100 bryst herrer	Øvelse 24	50 bryst damer
Øvelse 25	100 butterfly herrer	Øvelse 26	100 rygg damer
Øvelse 27	50 rygg herrer	Øvelse 28	200 butterfly damer
Øvelse 29	200 IM herrer	Øvelse 30	400 fri damer*
Øvelse 31	50 fri herrer	Øvelse 32	200 bryst damer
Øvelse 33	800 fri herrer*	Øvelse 34	50 butterfly damer
Øvelse 35	200 rygg herrer	Øvelse 36	4x100 fri damer***

* Direktefinale (8 beste påmeldingstider svømmer i finalesekvensen)

** Direktefinale

*** Direktefinale i finalesekvens (alle heat svømmes i finalesekvensen)

Øvelsesoppsett finaler lørdag og søndag.

Finaler lørdag. Start A-finaler kl. 17:00

	B-finaler lørdag		A-finaler lørdag
		Øvelse 205	200 fri damer
Øvelse 106	100 fri herrer	Øvelse 206	100 fri herrer
Øvelse 107	100 bryst damer	Øvelse 207	100 bryst damer
Øvelse 108	50 bryst herrer	Øvelse 208	50 bryst herrer
Øvelse 109	100 butterfly damer	Øvelse 209	100 butterfly damer
Øvelse 110	100 rygg herrer	Øvelse 210	100 rygg herrer
Øvelse 111	50 rygg damer	Øvelse 211	50 rygg damer
		Øvelse 212	200 butterfly herrer
		Øvelse 213	200 IM damer
		Øvelse 214	400 fri herrer
Øvelse 115	50 fri damer	Øvelse 215	50 fri damer
		Øvelse 216	200 bryst herrer
		Øvelse 217	800 fri damer
Øvelse 118	50 butterfly herrer	Øvelse 218	50 butterfly herrer
		Øvelse 219	200 rygg damer
		Øvelse 220	4x100 fri herrer

Finaler søndag. Start A-finaler kl. 16:00

	B-finaler søndag		A-finaler søndag
		Øvelse 221	200 fri herrer
Øvelse 122	100 fri damer	Øvelse 222	100 fri damer
Øvelse 123	100 bryst herrer	Øvelse 223	100 bryst herrer
Øvelse 124	50 bryst damer	Øvelse 224	50 bryst damer
Øvelse 125	100 butterfly herrer	Øvelse 225	100 butterfly herrer
Øvelse 126	100 rygg damer	Øvelse 226	100 rygg damer
Øvelse 127	50 rygg herrer	Øvelse 227	50 rygg herrer
		Øvelse 228	200 butterfly damer
		Øvelse 229	200 IM herrer
		Øvelse 230	400 fri damer
Øvelse 131	50 fri herrer	Øvelse 231	50 fri herrer
		Øvelse 232	200 bryst damer
		Øvelse 233	800 fri herrer
Øvelse 134	50 butterfly damer	Øvelse 234	50 butterfly damer
		Øvelse 235	200 rygg herrer
		Øvelse 236	4x100 fri damer



Hotellavtaler:

Det foreligger avtale med følgende hoteller, ta direkte kontakt med hotellet om dere ønsker overnatting.

Quality Hotel Leangkollen, Bleikeråsen 215, 1387 Asker

Rom inkl. frokost pr. natt:

Enkeltrom kr. 995,-

Dobbelt/twin kr. 1195,-

Trippelrom kr. 1495,- (kun 6 rom på hotellet)

De tilbyr også enkel lunsj og middagsbuffet til følgende pris:

Barn opptil 16 år kr. 295,- pr måltid

Voksne kr. 395,- pr måltid

Kun én kontaktperson pr. klubb. Merk bestilling med **Asker Grans Prix – svømmestevne**.

Kontakt: irene.hermans@strawberry.no

Transport til hallen: 11 minutters gange til busstopp (Hvile), deretter 250 bussen til Holmen Sør. Bussturen tar 4 minutter og det er avgang hvert kvarter på lørdager og hver halvtime på søndager

Thon Hotel Vettre, Konglungveien 201, 1392 Vettre

Rom inkl. frokost pr. natt:

Enkeltrom kr. 1145,-

Dobbeltrom kr. 1345,-

Trippelrom kr. 1545,-

Med fullpensjon pr. natt:

Enkeltrom kr. 1745,-

Dobbeltrom kr. 2545,-

Trippelrom kr. 3345,-

Kun én kontaktperson pr. klubb. I bestillingen oppgis: Navn på klubb, post adresse, tlf. til kontaktperson, antall rom med eller uten fullpensjon og referanse nr.: **30709743**.

Kontakt: maria.salehi@olavthon.no

Transport til hallen: Like utenfor hotellet går buss 250 til Holmen Sør. Bussturen tar 4 minutter og det er avgang hvert kvarter på lørdager og hver halvtime på søndager.

