



Innbydelse til Lilleputten (rekrutt) 27. september og Trondheimsmedleyen 27.-28. september 2025

Med godkjenning av NSF og etter NSFs lover og regler inviterer Vestbyen IL svømming til Lilleputten og Trondheimsmedleyen 27.-28. september i Husebybadet.

Husebybadet er 25 m. langt, har seks baner med antiwave banedelere. Bassenget har ferskvann som holder ca. 27-28 °C. Det vil bli benyttet elektronisk tidtaking.

Lilleputten (rekruttstevne) 27. september 2025

Stevnestart lørdag kl. 10.45.

Innsvømming lørdag kl. 10.00.

Lagledermøte: lørdag kl. 10.00.

Trondheimsmedleyen 27.-28. september 2025

Stevnestart lørdag kl. 12.45, søndag kl. 10.00.

Innsvømming: lørdag kl. 11.45 og søndag kl. 09.00.

Lagledermøte lørdag kl. 11.45 og søndag kl. 09.00.

Dommermøte: lørdag kl. 12.15 og søndag kl. 09.30.

Påmelding

Påmelding innen 19.september. Benytt gjerne påmeldingsløsning på medley.no Påmeldingen kan også sendes elektronisk til pamelding@vestbyentrondheim.no , UNI_P format samlet fra hver klubb. Merk filen med Trondheimsmedley 2025_klubbens navn. Stevneoppsettet lastes ned fra medley.no.

Påmeldingsansvarlig: Øystein Handberg, oystein.handberg@gmail.com

Arrangementsansvarlig: Tom Haarsaker, tomham@start.no

REMA 1000
Saupstad



Idrett 
Uten Alkohol

Startkontingent

Lilleputten, 100 kr. uansett antall øvelser.

Trondheimsmedleyen kr. 100 pr. øvelse. Årsklasse 2015 og 2016 kan delta på det approberte stevnet og betaler kr 100 uansett antall øvelser. Etteranmelding godtas dersom det er ledig plass i heatene, kr. 200 pr. øvelse. Lagstarter kr. 200. Det blir sendt ut faktura til klubbene etter stevnet.

Premiering

Lilleputten: Alle som deltar på Lilleputten premieres med en deltakerpremie.

Trondheimsmedleyen: Det konkurreres i klassene senior og hver årsklasse for junior. Det er 1/3 premiering i alle individuelle øvelser. Årsklasse 2013 og 2014 premieres med en deltakerpremie i tillegg til 1/3 premiering. Årsklasse 2015 og 2016 premieres kun med deltakerpremie. Svømmere med funksjonsnedsettelse premieres etter årsklasse og HC-klasse.

Det tildeles **bestemannspremie** til den som oppnår høyest poengsum i sammenlagtøvelsene 100m bfl, 100m rygg, 100 m bryst og 100 m fri i klasse junior og senior, gutter, jenter og para.

Stevneprogram

Lilleputten

Lørdag 27. september 2025 kl. 10.45

Øvelse 100	25m butterfly
Øvelse 200	50m rygg
Øvelse 300	50m bryst
Øvelse 400	50m fri
Øvelse 500	4x50m fri (mix)

Trondheimsmedleyen

Lørdag 27. september 2025 kl 13.15

JENTER		GUTTER	
Øvelse 1	100m butterfly jenter *	Øvelse 2	100m butterfly gutter *
Øvelse 3	50m fri jenter	Øvelse 4	50m fri gutter
Øvelse 5	100m medley jenter	Øvelse 6	100m medley gutter
Øvelse 7	200m bryst jenter	Øvelse 8	200m bryst gutter
velse 9	4x100m Medley Mix (2 gutter og 2 jenter)		
Pause 30 min			
Øvelse 10	100m rygg jenter *	Øvelse 11	100m rygg gutter *
Øvelse 12	400m fri jenter	Øvelse 13	400m fri gutter
Øvelse 14	50m bryst jenter	Øvelse 15	50m bryst gutter

Søndag 28. september 2025 kl 10.00

GUTTER		JENTER	
Øvelse 16	100m fri gutter *	Øvelse 17	100m fri jenter *
Øvelse 18	50m rygg gutter	Øvelse 19	50m rygg jenter
Øvelse 20	200m medley gutter	Øvelse 21	200m medley jenter
Øvelse 22	200m butterfly gutter	Øvelse 23	200m butterfly jenter
Øvelse 24	4x100m fri gutter	Øvelse 25	4x100m fri jenter
Pause 30 min			
Øvelse 26	100m bryst gutter *	Øvelse 27	100m bryst jenter *
Øvelse 28	50m butterfly gutter	Øvelse 29	50m butterfly jenter
Øvelse 30	200m rygg gutter	Øvelse 31	200m rygg jenter
Øvelse 32	200m fri gutter	Øvelse 33	200m fri jenter

Øvelser merket * hører med til sammenlagt øvelsene som gir poeng til bestemannspremie. Under øvelse 9, 10,11, 18, 19, 30 og 31 kan det benyttes ryggstartere om ønskelig.

Overnatting

Det er ikke organisert skoleovernatting for stevnet.

For hotellovernattning kan [Quality Hotel Panorama](#) på Tiller tilby dere følgende rom/priser:

- Enkeltrom 1 150,-
- Dobbeltrom 1 250,-
- Trippelrom 1 350,- / den tredje sengen er en 120cm seng som kan ta 2 pers, altså maks kapasitet 4 pers på rommet. Anbefales dog kun for små/ynge personer. (Pris 1 550,-)

Bruk denne lenken for bestilling: [Spesialtilbud Vestbyen Svømming Trondheimsmedleyen](#)

VESTBYEN IL SVØMMING ØNSKER ALLE VELKOMMEN TIL HUSEBYBADET!

Takk til våre støttespillere:

REMA 1000
Saupstad

**OK
EA**

Idrett
Uten Alkohol

