



FAUSKE SVØMMEKLUBB

Postboks 200, 8201 Fauske

Hovedsponsor



PolarCup 2026

06. – 07. juni

*Åpent stevne for svømmere fra 2017 og eldre, samt
parasvømmere*



Stevnet arrangeres etter Norges Svømmeforbunds lover og regler



FAUSKE SVØMMEKLUBB

Postboks 200, 8201 Fauske

Hovedsponsor



Fauskebadet:

Bassenget er kloret ferskvann på ca. 27 grader. 25 m – 6 baner – bølgedempende baneskillere. Vi har også et terapibasseng som kan brukes til utsvømming.

Stevnet starter:

Lørdag	Formiddag	kl. 09.00
	Ettermiddag	kl. 16:00
Søndag	Formiddag	kl. 09:00

Innsvømming:

Lørdag	Formiddag	kl. 07.30
	Ettermiddag	kl. 15:00
Søndag	Formiddag	kl. 07:30

Lagledermøte:

Lørdag kl.08.00, I rom ved siden av garderobene

Dommermøte:

Lørdag kl. 08.00 på møterom

Påmelding:

Frist for påmelding fredag 29.5 kl. 23.59

Benytt påmeldingsfunksjonene på medley.no eller send uni_p fil til fauskesk@gmail.com

Påmeldingen er ikke registrert før du har fått bekreftelse på mail.

Etteranmelding mulig mot dobbel startpris og plass i bane.

Ved spørsmål kontakt fauskesk@gmail.com tlf. 94288463

Strykninger/ Lag:

Alle strykninger gjøres i livetiming og skal være gjort før lagledermøte. Alle lag må registreres via livetiming FØR lagledermøte lørdag kl. 7.30

Kode til livetiming vil bli sendt ut til klubbene etter påmelding er registrert.

Startkontingent:

Individuell start kr. 100,- pr. øvelse.

Svømmere født i 2015, eller yngre, betaler kr. 100,- uansett antall starter.

Lagstart kr. 200,- pr. øvelse.

Etteranmeldinger aksepteres, mot dobbel startavgift.

Tidtaking:

Det er elektronisk tidtaking.



Premiering:

- Deltakerpremie til årsklassen 2017, 2016, 2015 og 2014 . deles ut etter defileringen før stevnestart. Resultater for årsklassene 2017 og 2016 rangeres ikke.
- Parasvømmere premieres etter NFT's/NSF's regler, norsk klasseinndeling.
- 1/3 premiering for årsklassene 2015 og eldre.
- Det er kun en klasse i alle stafetter, og de premieres med 1., 2., og 3. plass.
- Premiering for øvelser med forsøk og finaler: 1. plass kr. 500, 2. plass kr. 200 og 3. plass kr. 100. Forsøkene premieres ikke.
Øvelsene 50 rygg og 50 Butterfly svømmes som Kickout. Det er forsøk og finale. Finalen svømmes etter kick. Første runde ryker de to dårligste tidene, neste runde de neste to og sånn holder vi på til vi står igjen med de tre beste.
Bestemannspremie for beste kvinnelig og mannlig funksjonsfriske og parautøver: Høyest poengsum uansett klasse, sum av de 4 beste øvelser, kr. 1 500,-.

Servering:

Kafeteriaen i svømmehallen er åpen under hele stevnet begge dager.

Kost/losji:

Vi tilbyr overnatting og mat på Fauske videregående skole. Påmelding til overnatting og matbestilling gjøres via medley.no. Kan også sendes til fauskesk@gmail.com

Frist for påmelding overnatting er 29.5 kl 23.59

Oppgi hvor mange som overnatter og hvem som er ansvarlig kontaktperson med kontaktinformasjon. Dersom det er noen med allergier o.l. så meld fra om dette i påmeldingen. Meld også ca når dere ankommer Fauske slik at vi kan ta imot dere.

En voksen fra hver klubb må overnatte sammen med svømmerne og ta ansvar for disse. Underlag og sovepose/sengetøy medbringes.



FAUSKE SVØMMEKLUBB

Postboks 200, 8201 Fauske

Hovedsponsor



Vi kan tilby en pakkeløsning som inneholder:

- Fredag: Kveldsmat fra kl. 19:00
- Lørdag: Frokost fra kl. 06.30 – 08.00.
Lunsj i langpausen
Middag fra kl. 19:00 på Vestmyra Videregående skole
- Søndag: Frokost fra kl. 06:30 – 08:00.
Matpakke

Fullpensjon fredag til søndag kr. 1 300,- pr pers. Andre priser finnes på medley.no

Kontaktpersoner:

- **Stevneleder:** Marit Elin Alexandersen,
marit.alex@outlook.com tlf. 90369653
- **Påmeldingsansvarlig:** Trine Olsen,
fauskesk@gmail.com tlf. 942 88 463
- **Overnatting/bespising:** Jørgen Hunstad,
Jhunsta88@hotmail.com tlf. 97529557

Dommer/aspirant: Har du/eller noen i klubben lyst til å gå som dommer under stevnet?

Ta kontakt med Bjørn Thomas Johansen,
btjohansen@hotmail.com tlf. 938 22 283

Overdommer vil være Anneline Vassbakk Løyning

Betaling: Klubbene faktureres etter stevnet.



Øvelsesutvalg

<p><u>Lørdag 06. juni kl. 09:00</u></p> <ol style="list-style-type: none">1. 800 fri K2. 800 fri M3. 100 IM - forsøk K4. 100 IM - forsøk M <p>Pause 5 minutter</p> <ol style="list-style-type: none">5. 200 rygg K6. 200 rygg M7. 100 bryst K8. 100 bryst M9. 50 fri K10. 50 fri M <p>Pause 5 minutter</p> <ol style="list-style-type: none">11. 4 x 50 Medley mix <p><u>Lørdag 11. juni kl. 16:00</u></p> <ol style="list-style-type: none">12. 200 butterfly K13. 200 butterfly M14. 50 bryst K15. 50 bryst M16. 200 IM K17. 200 IM M18. 100 rygg K19. 100 rygg M <p>Pause 15 min</p> <ol style="list-style-type: none">20. 100 IM finale K21. 100 IM finale M <p>Pause 10 min</p> <ol style="list-style-type: none">22. 4x50 fri K23. 4x50 fri M <p>Premieutdeling 4x50 medley, 100 IM og 4 x50 fri stafett</p>	<p><u>Søndag 07. juni kl. 09:00</u></p> <ol style="list-style-type: none">24. 400 IM M25. 400 IM K26. 50 rygg M – forsøk27. 50 rygg K – forsøk28. 50 Butterfly M – Forsøk29. 50 Butterfly K – Forsøk <p>Pause 5 minutter</p> <ol style="list-style-type: none">30. 100 fri M31. 100 fri K32. 100 Butterfly M33. 100 Butterfly K34. 200 bryst M35. 200 bryst K <p>Pause 20 minutter</p> <ol style="list-style-type: none">36. 50 rygg – Kickout37. 50 rygg – Kickout38. 50 butterfly – Kickout39. 50 butterfly – Kickout <p>Pause 5 min</p> <ol style="list-style-type: none">40. 4x100 IM M41. 4x100 IM K <p>Premieutdeling 50 rygg, 50 butterfly, 4x100 IM og Bestemann/kvinne og para</p>
--	---

VI ØNSKER ALLE HJERTELOG VELKOMMEN TIL POLAR CUP 2026!