

Lambadalekene 6-7.juni 2026

Velkommen til Lambadalekene. Vi gjennomfører ikke lagledermøte, så all informasjon kommer derfor på e-post og livetiming.no: [Stevnedetaljer](#)

Se invitasjon og tidsskjema for innsvømming, tider og stevnestart.

Strykninger

Strykning av påmeldte svømmere og oppsett av lag meldes fortrinnsvis elektronisk på stevnets livetiming-side. Frist for strykning er en time før stevnestart hver dag.

Livetiming: <https://livetiming.medley.no/stevnedetaljer.aspx?stevnenr=4433>

Parkering

Kan gjøres i skolegården på Lambertseter skole hele lørdag og søndag.

Oppvarming og hvile

Det er mulighet for oppvarming i gymsalen (bak svømmehallen). Dersom gymsalen blir benyttet oppfordrer vi til at alle rydder etter seg når man er ferdig for dagen.

Åpningstider gymsal

Lørdag: 08:00-14:30

Søndag: 12:30- 14:30

Heatlister

Det vil legges ut på livetiming, det vil ikke bli printet i papirform.

Sjekk gjerne ut <https://ltmobil.medley.no>

Registrering i svømmehall

For å unngå trengsel i startområdet vil vi ha registrering før hver øvelse. Registreringen er på langsiden på motsatt side av tribunen. Svømmerne skal melde seg i registreringen i god tid:

- 50-100m: 3 heat før
- 200m: 2 heat før

Lambada Swimwear

Vår butikk holder åpen under mesterskapet. Her selges svømmetøy og utstyr fra Arena. Vi tar både kort og kontant.

Medisinsk bistand / Førstehjelp

Ved behov for assistanse/førstehjelp ta kontakt med badevaktene i hallen. Stevneleder kan også kontaktes på telefon 90970988.

Legevakt Oslo: Trondheimsveien 233, 0587 Oslo

Tlf: 23487200

Ambulanse: 113

Reisevei

Se www.ruter.no. Nærmeste stoppested er Lambertseter.

Rutetider finnes på www.ruter.no eller i Ruter-appen. Her kjøpes også billetter.

Resultater, oppdateringer og saker fra Lambadalekene:

www.livetiming.no

Vår hjemmeside: www.lsvk.no

Facebook: Lambertseter Svømmeklubb

Instagram: lambertseter_svk

Vi gleder oss til en spennende og innholdsrik helg med dere!

Med vennlig hilsen

Jenny Langeland

Stevneleder

E-post: jenny@lsvk.no

Mobil: 95189254