



# VESTBYEN

## Innbydelse til Vårmønstringen 2026

Med godkjenning av NSF og etter NSFs lover og regler inviterer Vestbyen IL Svømming til Vårmønstringen 2026.

### Tid og sted

Lørdag 7. mars 2026, Husebybadet, Blisterhaugvegen 13, 7078 Saupstad

### Rekrutt:

Stevnestart kl. 10:45

Innsvømming kl. 10:00

Lagledermøte kl. 10:00

### Approbert:

Stevnestart kl. 13:00

Innsvømming kl. 12:00

Lagledermøte kl. 12:00

Dommermøte kl. 12:30

### Bassenget

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 og stevnet vises på [livetiming.medley.no](http://livetiming.medley.no)

### Påmelding

Påmelding innen 25. februar. Benytt gjerne påmeldingsløsning på [medley.no](http://medley.no). Påmeldingen kan også sendes elektronisk til [pamelding@vestbyentrondheim.no](mailto:pamelding@vestbyentrondheim.no), UNI\_P format samlet fra hver klubb. Merk filen med Vårmønstringen 2026\_klubbens navn. Stevneoppsettet lastes ned fra [medley.no](http://medley.no)

### Klasser

**Rekrutt:** En klasse (mixed) fra 7 år (2019).

**Approbert:** Alle årsklasser fra 9 år (2017) til senior (2007 og eldre). Egen paraklasse. Stafett en klasse.

### Startavgift

**Rekrutt:** kr. 100,- uansett antall øvelser.

**Approbert:** Årsklasse 2016 og 2017 kr 100,- uansett antall øvelser. Startkontingent for øvrige klasser kr. 100,- pr øvelse. Etteranmelding godtas dersom det er ledig plass i heatene, kr. 200,- pr øvelse.

Lagstart kr. 200,- pr lag.

## Premiering

**Rekrutt:** Deltakerpremie til alle. Felles utdeling ved rekruttstevnets slutt.

**Approbert:** Deltakerpremie for utøvere født 2014-2017. 1/3 premiering med gavekort fra klubben.no for alle årsklasser 2015 og eldre. Parasvømmere premieres i egne klasser og rangeres etter prosentvist avvik fra verdensrekord i respektive klasse. Stafetten premieres med medalje til 3 beste lag. Premier for individuelle øvelser blir delt ut etter hvert som resultatlistene blir hengt opp og frem til stevneslutt.

## Kontakt

Påmeldingsansvarlig: Dagfinn Bell, [dagfinn.bell@gmail.com](mailto:dagfinn.bell@gmail.com)

Arrangementsansvarlig: Tom Haarsaker, [tomham@start.no](mailto:tomham@start.no)

## Stevneprogram

### Rekrutt:

|            |              |
|------------|--------------|
| Øvelse 100 | 50 Bryst mix |
| Øvelse 200 | 25 Rygg mix  |
| Øvelse 300 | 25 Fly mix   |
| Øvelse 400 | 50 Fri mix   |
| Øvelse 500 | 4x50 Fri mix |

### Approbert:

| GUTTER       |                                         | JENTER    |                  |
|--------------|-----------------------------------------|-----------|------------------|
| Øvelse 1     | 400m fri gutter                         | Øvelse 2  | 400m fri jenter  |
| Øvelse 3     | 100m rygg gutter                        | Øvelse 4  | 100m rygg jenter |
| Øvelse 5     | 50m fri gutter                          | Øvelse 6  | 50m fri jenter   |
| Øvelse 7     | 200m fly gutter                         | Øvelse 8  | 200m fly jenter  |
| Pause 30 min |                                         |           |                  |
| Øvelse 9     | 200m fri gutter                         | Øvelse 10 | 200m fri jenter  |
| Øvelse 11    | 50m bryst gutter                        | Øvelse 12 | 50m bryst jenter |
| Øvelse 13    | 200m IM gutter                          | Øvelse 14 | 200m IM jenter   |
| Øvelse 15    | 100m fly gutter                         | Øvelse 16 | 100m fly jenter  |
| Øvelse 17    | 4x50m medley mix (2 gutter og 2 jenter) |           |                  |

Takk til våre støttespillere:

**REMA 1000**  
Saupstad



**Idrett**  
Uten Alkohol