

Modum Svømmeklubb



**Modum Svømmeklubb**

**inviterer til**

**MODUMSVØM 2022**

**Lørdag 2. April**



**Modum Svømmeklubb har gleden av å innby til åpent stevne.**

**Stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Stevnet arrangeres i Furumo Svømmehall på Geithus. Geithus ligger sentralt i Modum Kommune, Midt mellom Drammen og Hønefoss, langs RV35. Bassenget er 25m langt, har 6 baner og holder en temperatur på 27 grader C. I tillegg har vi et basseng på 12,5m som vi benytter til utsvømming.**

**Vi benytter helelektronisk tidtaking med veggmontert resultattavle og vendeplater.**

**Startlister og resultatlister legges ut på <http://livetiming.medley.no/>**



**STEVNESTART: KL. 10.30**  
**INNSVØMMING: KL. 09.00**

**LAGLEDERMØTE: KL. 09.30**  
**(2. etasje i Furumo Svømmehall)**

**30 MIN PAUSE ETTER ØVELSE 10.**

### **Klasser:**

Bassenget er 25 m og har 6 baner, stevnet arrangeres i henhold til NSF's lover og regler. Stevnet er åpent for alle klasser, gutter og jenter født i 2013 og eldre.

### **Premiering:**

Deltagerpremie til årsklassen 2010 - 2013.  
Ellers 1/3 premiering i hver øvelse/årsklasse fra 2011 o.e.  
(Premiekort fra Klubben).

### **Påmelding:**

Klubben bruker dataprogrammet Jechsoft Victoria  
Påmelding ønskes i format uni.p Victoria.  
Påmelding pr e-post sendes til [jo@dpnd.no](mailto:jo@dpnd.no)

Kontaktperson: Jarle Olafsen tlf. 98087785

### **Påmeldingsfristen er: 23.03.2022**

Det er mulighet for etteranmelding i ledige baner mot dobbel startkontingent.

**Merk! vi setter ikke opp ekstra heat på lagledermøtet.**

Det må fremgå av påmeldingen om man skal delta som masters.

Innmelding av stafetlag gjøres via livetiming.no.

"Arrangøren oppfordrer alle som ikke har oppnådd tid siste 12 mnd. Til å melde på med stipulert tid slik § G22A6 i generelle regler for idretten gir anledning til"

### **Startkontingent:**

Startkontingent: kr. 100,- pr. individuell øvelse og kr. 200,- pr. lag.  
2012 og 2013 årsklasse betaler kun 100,- uavhengig av antall starter.

Faktura blir sendt elektronisk til klubbene etter stevnet.

Vi ber om at e-postadresse direkte til betalingsansvarlig i klubben blir oppgitt sammen med påmeldingen.

Modum Svømmeklubb  
E-post: modumsk@live.no  
Postboks 11, 3361 Geithus  
Bankkonto: 2270 07 65605  
Merk. Modumsvøm 2022 + "klubb"

**KAFETERIA, med godt utvalg av mat og drikke!**



## **ØVELSEOPPSETT:**

**Øvelse 1. 400m fri, damer**

**Øvelse 2. 400m fri, herrer**

**Øvelse 3. 50m butterfly, damer**

**Øvelse 4. 50m butterfly, herrer**

**Øvelse 5. 200m rygg, damer**

**Øvelse 6. 200m rygg, herrer**

**Øvelse 7. 50m bryst, damer**

**Øvelse 8. 50m bryst, herrer**

**Øvelse 9. 4\*50m fri, damer**

**Øvelse 10. 4\*50m fri, herrer**

**Pause 30 min**

**Øvelse 11. 100m fri, damer**

**Øvelse 12. 100m fri, herrer**

**Øvelse 13. 200m individuell medley, damer**

**Øvelse 14. 200m individuell medley, herrer**

**Øvelse 15. 50m rygg, damer**

**Øvelse 16. 50m rygg, herrer**

**Øvelse 17. 50m fri, damer**

**Øvelse 18. 50m fri, herrer**

**Vi ønsker svømmere, dommere, ledere og publikum hjertelig  
velkommen!**