

INVITASJON TIL



Velkommen, Søndag 29.11.2015

Med NSF's godkjenning og etter NSF's lover og regler, har svømmegruppen i Gol IL gleden av å invitere svømmere født i 2005 og eldre til HALLINGSVØM på Gol, søndag 29. november 2015. Bassenget er 25m og har 5 baner, ferskvann og vanntemperatur på ca. 28 grader C. Stevnet vil benytte **elektronisk tidtaking og resultattavle, uten innslagsplater**. Svømmehallen har sentral beliggenhet i Gol. Fra Sentrumsvegen er det skiltet til IDRETTSANLEGG. Svømmehallen ligger v.a.v Biblioteket.

Stevnestart	Innsvømming	Lagledermøte
Kl. 11:00	Fra kl. 09:45	Kl. 10:00

Påmelding

Klubben bruker dataprogrammet Jechsoft Victoria. Påmelding ønskes i foretrukket uni.p Victoria. Påmelding pr e-post sendes til svein.atle.pettersen@gmail.com

Påmeldingsfristen er **18.11.2015**.

Eventuell skriftlig påmelding sendes til Gol IL – Svømmegruppe, v/ tidtakeransvarlig

Svein Atle Pettersen
Linneaveien 31
3050 Mjøndalen

Mob: 48072160

Spørsmål vedrørende stevnet rettes stevneleder Ove Møllevold, 3550 Gol, Mob. 97062257, ove@skaruha.no

Startkontingent

Startkontingenten er kr. 100,- for individuelle øvelser og kr. 200,- for lagstarter. Svømmere født i 2005 betaler kr. 100,- uansett antall øvelser.

Startkontingenten innbetales ved påmelding til:

Gol IL – Svømmegruppe
V/Einar Sillerud
Heradvegen 212
3550 Gol

Kontonr.: 2324 07 15414 , Merk: Hallingsvøm 2015

Etteranmelding i ledig bane godtas mot dobbel startkontingent, som må betales kontant på lagledermøtet.

Premiering

Svømmere født i 2005, 04 og 03 får deltakerpremie. I årsklassene 2004 og eldre gis 1/3 premiering i hver øvelse.

Bestemannspremie for en årsklasse mellom 2004 o.e, vil bli kunngjort/ trukket ved stevnestart. En premie i både Dame- og herreklasse (Beste sammenlagt poengsum etter FINA 2014 Poengtabell).

Informasjon

Nærmere informasjon om stevnet og evt. spørsmål rettes til stevneansvarlig

Ove Møllevoid, mob: 97062257

Øvelsesoppsett:

	DAMER		HERRER
Øvelse 1	200 m. IM damer (ÅM1+2)	Øvelse 2	200 m. IM herrer (ÅM1+2)
Øvelse 3	100 m. medley damer	Øvelse 4	100 m. medley herrer
Øvelse 5	50 m. butterfly damer(ÅM1)	Øvelse 6	50 m. butterfly herrer(ÅM1)
Øvelse 7	100 m. fri damer	Øvelse 8	100 m. fri herrer
Øvelse 9	50 m. rygg damer	Øvelse 10	50 m. rygg herrer
Øvelse 11	100 m. butterfly damer(ÅM2)	Øvelse 12	100 m.butterfly herrer(ÅM2)
Øvelse 13	4 X 50 m. fri damer	Øvelse 14	4 X 50 m. fri herrer
PAUSE			
Øvelse 15	200 m. rygg damer(ÅM2)	Øvelse 16	200 m. rygg herrer(ÅM2)
Øvelse 17	50 m. fri damer	Øvelse 18	50 m. fri herrer
Øvelse 19	100 m. bryst damer(ÅM1)	Øvelse 20	100 m. bryst herrer(ÅM1)
Øvelse 21	50 m. bryst damer	Øvelse 22	50 m. bryst herrer
Øvelse 23	100 m. rygg damer(ÅM1)	Øvelse 24	100 m. rygg herrer(ÅM1)
Øvelse 25	400 m. Fri damer(ÅM1+2)	Øvelse 26	400 m.Friherrer(ÅM1+2)

Det vil bli et variert salg i kiosken under stevnet, og loddssalg.

For de som kommer langveisfra er det muligheter til overnatting på et av overnattingsstedene i Gol.



Golsfjellet i Hallingdal
Tel +47 3207 8000
storefjell@storefjell.no

GOL CAMPINGSENTER

Bestilling og informasjon

Tlf: + 47 32 07 41 44 / **Fax:** + 47 32 07 53 96

E-post: gol@pluscamp.no

Koselige familiehytter med plass til 7 personer, fordelt på to soverom og en hems (3+2+2)

Stue med kjøkkenkrok som er fullt utstyrt med dekketøy, kopper og kar til 7 pers. Eget bad med dusj og toalett.

SOLSTAD HOTELL - GOL

N-3550 Gol

Tel: 32 02 97 20

Fax: 32 02 97 50

E-post: post@solstadhotell.no

PERS HOTELL– Tropicana badeland

Tlf: 32023000

www.pers.no