

Haldens Svømmeklub inviterer til Julesvømming og Klubbmesterskap

Remmenhallen 11.des.2011

Stevnestart kl. 16.00

Innsvømming kl. 15.30

Generell Info:

Klubbmesterskapet skal kåre 3 typer klubb mestere:

- 1) Alle uapproberte svømmere blir klubbmestre dersom de deltar på mesterskapet og fullfører minst en øvelse.
- 2) Blant de approberte svømmerne (født 2000 og tidligere) kåres det en klubbmester for jenter og gutter i hver årsklasse + master dame/herre.
Det blir 1 – 2 og 3 + 4 til de resterende i klassen.
- 3) Det kåres også i år en sprintmester for damer og en for herrer.
Vinnerene av "superfinalene" i øvelse 7 og 8, med et heat bestående av de 6 beste fra øvelse 1.

Merk: Approberte svømmere får ikke poengsum på 25 meters øvelser, og de må derfor svømme 50 m. eller 100 m. øvelser for å få poengsum som teller i klubbmesterskapet.

Stafetten er som vanlig en uhøytidelig og morsom øvelse, men samtidig en skikkelig konkurranse.

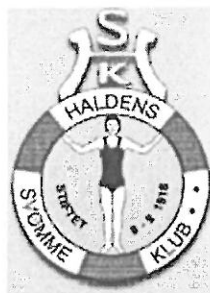
I år blir det innmarsj kl. 16.00, så alle må ha med seg;

- a) Hvite klær (stor skjorte, t-skjorte, eller lignende)
- b) Hvitt lys m/mansjett (dersom du har levende lys)

Alle utøvere må møte senest kl. 15.45, slik at vi får organisert innmarsjen.

All premiering vil i år skje i svømmehallen straks stevnet er avsluttet.

Vel møtt til en hyggelig og spennende førjulskonkurranse på Remmen.



Påmelding til klubbmesterskap Haldens Svømmeklub

Haldens Svømmeklub inviterer til klubbmesterskap 11.12.2011

Stevnestart: Kl. 16.00
Innsvømming: Kl. 15.30
Øvelser: Se vedlagt invitasjon
Avgifter: Ingen

Husk at du avtaler med trener hvilke øvelser du skal svømme !!

Påmelding : Slippen leveres til din trener.

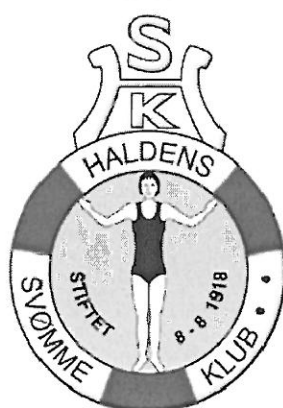
Påmeldingsfrist: 30.11.2011

Alle må ha med hvitt lys og hvit T-skjorte.

Påmelding til klubbmesterskap på Remmen 11.12.2011

Navn:.....Årsklasse:.....

Øv.nr.	Øvelse	Øv.nr.	Øvelse
.....
.....
.....
.....



HALDENS SVØMMEKLUB

Aktiv og interaktiv

- Øvelse: 1 25 fri MIX
Øvelse: 2 50 Rygg Mix
Øvelse: 3 50 Fri Mix
Øvelse: 4 25 Rygg Mix
Øvelse: 5 100 IM Mix

Pause 20 min.

- Øvelse: 6 4 x 50 fri Masters mot Aktive

- Øvelse: 9 50 Bryst Mix
Øvelse: 10 100 Fri Mix
Øvelse: 11 6 x 25 Fri Mix

All premiering vil skje i svømmehallen straks stevnet er avsluttet. Det kåres klubbmestere i følgende klasser:

00 og yngre: Alle får deltagerpremie

99 gutter og jenter

98 gutter og jenter

97 gutter og jenter

96 gutter og jenter

95 gutter og jenter

94 jenter og gutter

93 jenter og gutter

Master





KLUBBMESTERSKAP 11/12-2011

Vi trenger tidtakere til vårt stevne søndag 11/12-2011.

Dette er en kjempefin mulighet til å bli kjent med andre i klubben og tidtaker jobben er kjempe enkel. Du møter opp kl 1530 i svømmehallen.

Opplæring vil bli gitt.

Du kan enten sende undertegnede SMS eller legge svarslippen i postkassa på Remmen snarest!

Klipp:.....

Tidtaker klubbmesterskap 11/12-2011

Navn:

Tlf:.....

**Sportslig hilsen
Halden svømmeklubb**

**Bjørn Berger tlf 92 81 12 80
Stevne komiteen.**