

# Asker Svømmeklubb

*Trivsel, Trygghet og Fart i vann*



Asker 30. november 2006.

Til Svømmeklubbene,  
Norges Svømmeforbund,  
Akershus Svømmekrets.

## Asker Open 2007

**Risenga svømmehall - Asker**

**Fredag 5. til søndag 7. januar 2007**

Med NSF's godkjenning, og etter NSF's lover og regler, har Asker Svømmeklubb gleden av å invitere svømmere **født 1996 og tidligere** til Asker Open 2007. Stevnet vil foregå i Risenga Svømmehall, Bragesvei 8, 1387 Asker. Bassenget har 6 baner (med bredde 2,25m), er 25 m langt og har vanntemperatur på ca. 27 grader. Vi vil gjøre vårt beste for å skape god stemning og en fin sportslig ramme rundt stevnet.

	Fredag	Lørdag	Søndag
Lagledermøte:	17.30	(08.30 hvis behov)	(08.30 hvis behov)
Innsvømming:	17.30 – 18.15	08.00 – 09.15	08.00 – 09.15
Stevnestart:	18.30	09.30	09.30

Stupbasseng vil være åpent for utsvømming under stevnet. Vennligst respekter at øvrige bassenger er stengt.

### **ØVELSESUTVALG:**

Alle ÅM-øvelser er med. Vi håper på god deltakelse i S-klassene.

### **PREMIERING:**

På øvelsene 200 fri, 200 butterfly og 1500 fri er det en premieklasse med 1/3 premiering.

I øvrige individuelle øvelser er det 1/3 premiering i klassene senior, 1988/89, 1990/91, 1992/1993, 1994/1995 og 1996 samt for S-klassene.

Det vil bli egen premiering for finalesekvensen.

Pengepremie kr. 3.000 til beste klubb basert på plasseringspoeng: 7-5-4-3-2-1, for de 6 første plassene i hver premieklasse fra de individuelle øvelsene. Stafetter teller dobbelt (14-10-8-6-4-2). Finalesekvensen søndag teller også i klubbkonkurransen.

For stafettene er det to premieklasser:

Utøvere født 1991 og eldre

Utøvere født 1992-1996.

De tre beste lag i hver klasse premieres. Det kan delta yngre utøvere i et stafettlag, men en utøver kan kun svømme for ett lag per øvelse.

Premie til beste kvinne og mann (uansett klasse) med høyeste poeng i en enkeltøvelse.

# Asker Svømmeklubb

*Trivsel, Trygghet og Fart i vann*



## HEATBEGRENSNING:

På øvelsene 200 fri og 200 butterfly vil det bli maksimalt 4 heat. På 1500 fri vil det bli maksimalt 2 heat. På øvrige øvelser forbeholder oss retten til å begrense antall heat ved stor deltakelse.

## STARTKONTINGENT:

Kr. 75,- pr. individuell start, kr. 150,- pr. lag i stafettene. Etteranmelding godtas mot dobbel startkontingent hvis stevneledelsen anser at det er plass.

Startkontingent skal innbetales samtidig med påmelding til Asker Svømmeklubbs bankkonto nr. 1620.16.50252, og skal være Asker svømmeklubb i hende senest 20. desember 2006.

## PÅMELDING:

Påmelding (helst på e-post): [askeropen@askersvom.no](mailto:askeropen@askersvom.no) alternativt diskett på prima standard, stevnebørsfil e.l., må være oss i hende senest **tirsdag 19. desember 2006**.

Vennligst respekter aldersbegrensningen ved påmelding. **Legg spesielt merke til at 1996-klassen har et noe begrenset øvelsesutvalg.**

Eventuell skriftlig påmelding sendes til:

Torbjørn Sund, Rosenkrantz vei 27B, 1397 Nesøya.

## KONTAKTPERSONER:

Kontaktperson for S-klassene:

Ulf Riise: E-post: [ulf.riise@tele2.no](mailto:ulf.riise@tele2.no) Tlf: 90188255

Påmelding:

Torbjørn Sund: E-post: [askeropen@askersvom.no](mailto:askeropen@askersvom.no) Tlf: 90559712

Øvrige henvendelser:

Jostein Rustad: E-post: [josrusta@online.no](mailto:josrusta@online.no) Tlf: 48223932

## LAGLEDERMØTE – STRYKNINGER – ETTERANMELDINGER - HEATLISTER

Lagleder møte avholdes fredag kl. 17.30. Ønske om etteranmeldinger leveres på lagleder møtet, og taes med hvis stevneledelsen anser at det er plass. Strykninger leveres skriftlig på stevnekontoret **senest en time før stevnestart**.

Startlister legges ut på: [www.askersvom.no](http://www.askersvom.no) senest 1 uke før stevnet. Heatlister vil bli satt opp etter strykningene **hver stevnedag** og distribuert til klubbene før stevnestart.

For å få en så effektiv stevneavvikling som mulig anmoder vi klubbene å levere de strykninger de kjenner til **så tidlig som mulig** (helst dagen før).

## KAFETERIA:

Asker Svømmeklubb vil ha kafeteria med salg av mat og drikke under stevnet.

# Asker Svømmeklubb

*Trivsel, Trygghet og Fart i vann*



## Asker Open 5. - 7. januar 2007

### Fredag kl. 18.30

1	200	Fri	Jenter	max 4 heat	senior-1995	åpen klasse
2	200	Fri	Gutter	max 4 heat	senior-1995	åpen klasse
3	200	Butterfly	Jenter	max 4 heat	senior-1995	åpen klasse
4	200	Butterfly	Gutter	max 4 heat	senior-1995	åpen klasse
5	1500	Fri	Jenter	max 2 heat	senior-1995	åpen klasse
6	1500	Fri	Gutter	max 2 heat	senior-1995	åpen klasse

### Lørdag kl. 09.30

7	200	Medley	Jenter		1996 og eldre	
8	200	Medley	Gutter		1996 og eldre	
9	50	Rygg	Jenter		<b>1995 og eldre</b>	
10	50	Rygg	Gutter		<b>1995 og eldre</b>	
11	100	Bryst	Jenter		1996 og eldre	
12	100	Bryst	Gutter		1996 og eldre	
13	100	Butterfly	Jenter		<b>1995 og eldre</b>	
14	100	Butterfly	Gutter		<b>1995 og eldre</b>	
15	4x50	Fri	Jenter		2 premieklasser	
16	4x50	Fri	Gutter		2 premieklasser	

### Lørdag kl. 15.00

17	200	Rygg	Jenter		<b>1995 og eldre</b>	
18	200	Rygg	Gutter		<b>1995 og eldre</b>	
19	50	Butterfly	Jenter		1996 og eldre	
20	50	Butterfly	Gutter		1996 og eldre	
21	100	Fri	Jenter		<b>1995 og eldre</b>	
22	100	Fri	Gutter		<b>1995 og eldre</b>	
23	50	Bryst	Jenter		1996 og eldre	
24	50	Bryst	Gutter		1996 og eldre	

### Søndag kl. 09.30

25	400	Fri	Jenter		1996 og eldre	
26	400	Fri	Gutter		1996 og eldre	
27	50	Fri	Jenter		<b>1995 og eldre</b>	
28	50	Fri	Gutter		<b>1995 og eldre</b>	
29	100	Rygg	Jenter		1996 og eldre	
30	100	Rygg	Gutter		1996 og eldre	
31	200	Bryst	Jenter		<b>1995 og eldre</b>	
32	200	Bryst	Gutter		<b>1995 og eldre</b>	

**Vi tar forbehold om endring av start tidspunkter for lørdag ettermiddag og finaler søndag ved stor deltakelse.**

# Asker Svømmeklubb

*Trivsel, Trygghet og Fart i vann*



## Asker Open 5. - 7. januar 2007

### FINALER:

I finalene deltar de 6 beste fra tidligere øvelser. Strykning til finaler meddeles sekretariatet senest 30 min etter at finalister er offentliggjort ved oppslag. Vennligst respekter dette så vi kan kalle inn reserver.

<b>Søndag kl. 15.00</b>		<b>Finaler</b>		
Finale	400 fri	Jenter	1 heat	åpen klasse
Finale	400 fri	Gutter	1 heat	åpen klasse
Finale	100 bryst	Jenter	1 heat	90 og yngre
Finale	100 bryst	Gutter	1 heat	90 og yngre
Finale	100 bryst	Jenter	1 heat	sen-89
Finale	100 bryst	Gutter	1 heat	sen-89
Finale	200 medley	Jenter	1 heat	92 og yngre
Finale	200 medley	Gutter	1 heat	92 og yngre
Finale	100 rygg	Jenter	1 heat	90 og yngre
Finale	100 rygg	Gutter	1 heat	90 og yngre
Finale	100 rygg	Jenter	1 heat	sen-89
Finale	100 rygg	Jenter	1 heat	sen-89
Finale	100 butterfly	Jenter	1 heat	90 og yngre
Finale	100 butterfly	Gutter	1 heat	90 og yngre
Finale	100 butterfly	Jenter	1 heat	sen-89
Finale	100 butterfly	Jenter	1 heat	sen-89
Finale	100 fri	Jenter	1 heat	90 og yngre
Finale	100 fri	Gutter	1 heat	90 og yngre
Finale	100 fri	Jenter	1 heat	sen-89
Finale	100 fri	Gutter	1 heat	sen-89

**Vi ønsker svømmere, trenere, ledere og øvrige svømmeinteresserte velkommen til en hyggelig svømmehelg i nye Risenga svømmehall hvor Asker Svømmeklubb skal arrangere NM kortbane 1.-4. mars 2007.**

# Asker Svømmeklubb

*Trivsel, Trygghet og Fart i vann*



## KLASSEINNDELING FOR FUNKSJONSHEMMEDE DELTAKERE

Det internasjonale klassifiseringssystemet fra International Paralympic Committee, adoptert av NSF, benyttes. (Om klassifisering se [www.svomming.no](http://www.svomming.no)-svømming-funksjonshemmede-klassifisering.)

Dette betyr at det konkurreres i følgende klasser på øvelsene nedenfor:

### KLASSER

	Fri/rygg/butterfly	Bryst	Medley
Bevegelseshemmede	S1 – S10	SB1 – SB9	SM1 – SM9
Synshemmede	S11 – S12	SB11 – SB12	SM11 – SM12
Utviklingshemmede	S14	SB14	SB14
Hørselshemmede	S15	SB15	SB15

Når det gjelder **S-klassene 1-12 og 15** deles disse i junior og senior!

I **S-klasse 14** skilles det ikke ved alder, men ved bestetid oppnådd de siste 12 måneder etter følgende tabell (treningstid i mangel av konkurransetid). Den følgende tabellen er ikke fullstendig.

### HERRER:

	Klasse CB		Klasse CC		Klasse CD
	Bestetid		Bestetid		Bestetid
	Fra	Til	Fra	Til	Fra – og bedre
50 m Fri	1:18,43	1:02,26	1:02,25	0:48,87	0:45,86
100 m Fri	2:53,14	2:17,43	2:17,42	1:41,26	1:41,25
50 m Rygg	1:27,12	1:09,16	1:09,15	0:50,96	0:50,95
100 m Rygg	3:09,13	2:30,12	2:30,11	1:50,61	1:50,60
50 m Bryst	1:37,62	1:17,49	1:17,48	0:57,10	0:57,09
100 m Bryst	3:35,36	2:50,94	2:50,93	2:05,95	2:05,94
50 m Butterfly	1:24,21	1:06,85	1:06,84	0:49,26	0:49,25
100 m Butterfly	3:09,10	2:30,09	2:30,08	1:50,95	1:50,94
200 m Medley	7:06,94	6:18,75	6:18,74	4:09,68	4:09,67

### DAMER:

	Klasse CB		Klasse CC		Klasse CD
	Bestetid		Bestetid		Bestetid
	Fra	Til	Fra	Til	Fra – og bedre
50 m Fri	1:29,52	1:11,06	1:11,05	0:52,36	0:52,35
100 m Fri	3:14,84	2:34,66	2:34,65	1:53,95	1:53,94
50 m Rygg	1:40,16	1:19,51	1:19,50	0:58,58	0:58,57
100 m Rygg	3:35,00	2:50,65	2:50,64	2:05,74	2:05,73
50 m Bryst	1:51,66	1:28,63	1:28,62	1:05,31	1:05,30
100 m Bryst	4:02,81	3:12,73	3:12,72	2:22,00	2:21,99
50 m Butterfly	1:34,38	1:14,92	1:14,91	0:55,20	0:55,19
100 m Butterfly	3:32,56	2:48,72	2:48,71	2:04,32	2:04,31
200 m Medley	7:57,19	6:18,75	6:18,74	4:39,07	4:39,06

Påmeldingen **skal** inneholde bestetider for alle. Videre oppdeling innen S14 gjør det selvfølgelig spesielt viktig for denne.

**NB!** Ønske om **start i vannet** merkes for den enkelte svømmer i den enkelte øvelse med **W** i påmeldingen.

Vi vil ta ekstra hensyn ved startprosedyren der vi ser det er behov for litt ekstra tid for å gjøre seg klar.