

Troms Svømmekrets
Boks 4002
9279 Tromsø



INNBYDELSE TIL INTERKRETS NORD

PÅ

BARDUFLOSS

Lørdag 3. og Søndag 4. mai 2008

STEVNET ARRANGERES ETTER NSF`S LOVER OG REGLER

Med NSF`s godkjennelse har Troms Svømmekrets den glede å invitere til Interkrets Nord på Bardufoss lørdag 3 mai og søndag 4 mai 2008.

Stevnet er approbert, og arrangeres således etter NSF`s lover og regler.

Bassenget: 25 m basseng med 6 baner og bølgebrytende baneskillere. Ferskvann.
Vanntemperatur 26 - 28 grader.

Stevnestart:Lørdag 03.05.08 klokken 15.00.
Søndag 04.05.08 klokken 10.00.

Ledermøte: Lørdag 03.05.07 klokken 14.00.

Innsvømming:Lørdag klokken 14.00 - 14.45
Søndag klokken 09.00 - 09.45

Påmelding: Konkurransen gjennomføres i hht. gjeldende avtale mellom de nord-norske svømmekretsene.
Startliste kjøres ut etter lagledermøte lørdag, og 30 minutter før start søndag.

Startkontingent:Deltagende kretser betaler startkontingent som tilsvarer utgiftene til deltakerpremier og bestemannspokal, utlignet på deltagende kretser.

Premiering: I INTERKRETS NORD nyttes kun deltakerpremier til deltagere og reserver, samt offisielle ledere/trenere. Deltakerpremien bestemmes av arrangør.

Seirende krets hvert år tildeles pokal. - bestelagspokal. Pokalen gis inskripsjon "INTERKRETS NORD" + årstall.

Det settes videre opp vandrepokal. Pokalen må vinnes 5 - fem - ganger før den tilfaller en krets til odal og eie.

Teksten på pokalen skal være: **VANDREPOKAL
INTERKRETS NORD**

Seirende krets må selv sørge for og bekoste inskripsjon av årstall og kretsens navn.

Krets som har vunnet en vandrepokal til odal og eie, må selv sette opp ny vandrepokal, eventuelt besørge dette gjort. **POENGBEREGNING**

Poengberegning :

Det nyttes slik poengberegning for individuelle øvelser

1. plass: 7 poeng 3. plass: 4 poeng 5. plass: 2 poeng
2. plass: 5 poeng 4. plass: 3 poeng 6. plass: 1 poeng

I stafettene nyttes slik poengberegning:

1. plass: 7 poeng 2. plass: 4 poeng 3. plass: 1 poeng

Diskvalifikasjon og brutt løp gir 0 poeng.

Krets med høyest samlet poengsum har vunnet Interkretskampen

Overnatting: Kan bestilles på Bardufosstun tlf. 77

Kafeteria: Åpent under hele stevnet.

Kontaktpersoner:	Trond Kristoffersen	tlf 99 02 34 80	E-post: tr-kr@online.no
	Henrik Broberg	tlf 91 74 13 74	E-post: henrikx@frisurf.no
	Odd Rydning	tlf 90 50 65 86	
	Nina Pedersen	tlf. 92 66 17 32	E-post: tr-hermo@online.no
	Ronald Veines	tlf 97 59 30 39	E-post: raveines@online.no

PROGRAM

Årsklasse: 12-14 år(1994-1996) (jfr. Vedtatt Karasjok 2007)
15 år o. eldre (1993)

Lørdag:

1. 200 m rygg - M 15år/e
2. 200 m bfl J 12-14 år
3. 400 m fri K 15 år /e
4. 200 m bryst G 12-14 år/e
5. 100 m bfl M 15 år/e
6. 400 m medley J 12-14 år
7. 100 m bryst K 15 år/e
8. 100 m fri G 12-14 år
9. 4x100 m medley M 15år/e
10. 4x50 m fri J 12-14 år

Søndag:

17. 200 m rygg - K 15 år/e
18. 200 m bfl. - G 12-14 år
19. 400 m fri - M 15 år/e
20. 200 m bryst J 12-14 år
21. 100 m bfl K 15 år/e
22. 400 m medley G 12-14 år
23. 100 m bryst M 15 år/e
24. 100 m fri J 12-14 år
25. 4x100 m medley - K 15 år/e
26. 4x50 m fri - G 12-14 år

PAUSE 20 MIN

11. 200 m medley K 15 år/e
12. 200 m rygg . G 12-14 år
13. 400 m fri - J 12-14 år
14. 100 m fri - M 15 år/e
15. 4x50 m medley - G 12-14 år
16. 4x100 m fri - K 15 år/e

27. 200 m medley - M 15 år/e
28. 200 m rygg - J 12-14 år
29. 400 m fri G 12-14 år
30. 100 m fri - K -15 år/e
31. 4x50 m medley - J 12-14 år
32. 4x100 m fri - M 15 år/e