

**INNBYDELSE  
TIL  
JULESVØMMING  
I  
SØRREISA**

**LØRDAG 07. DESEMBER 2002**

**STEVNET ARRANGERES ETTER NSF'S LOVER OG REGLER**

**Med NSF`S godkjennelse har Sørreisa Svømmeklubb den glede å invitere til julesvøm i Sørreisa, lørdag 07.12.02.**

**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 C.

**Stevnestart:** Lørdag 07.12.02, klokken 14.00.

**Ledermøte:** Lørdag 07.12.02, klokken 13.00.

**Innsvømming:** Lørdag klokken 13.00. Fri innsvømming til kl. 13.45.

**Påmelding;** Påmelding sendes:  
Sørreisa Svømmeklubb  
Postboks 140  
9315 Sørreisa

**FAX: 778-75237**

**E-post: cholstad@online.no**

**Innen:**  
Lørdag 30.11.2002

**Startkontingent:** Individuelt: kr. 40,- pr. start..  
Lagstart: kr. 60,- pr klubb.  
Etteranmelding godtas i ledige baner mot dobbelt startavgift.

**Premiering;** 1/3 premiering i hver årsklasse/ øvelse.

**Kafeteria:** Åpent under hele stevnet.

**Kontaktpersoner;** Kai-Steinar Holstad, tlf. 778-61855 (p) – 778- 75230 (a).  
Knut Olsen, tlf. 778-61247 (p).

**NB:** Stevnet er åpent for alle klasser inkludert Master og handicap.

**SVØMMERE, LEDERE OG PUBLIKUM ER HJERTELIG VELKOMMEN!**

## ØVELSESUTVALG JULESVØMMING I SØRREISA 07.12.02

- |              |                     |
|--------------|---------------------|
| Øvelse nr. 1 | 200 bryst H/G – 91  |
| 2            | 200 Bryst D/P – 91. |
| 3            | 50 fri H/G –91      |
| 4            | 50 fri D/P –91      |

PAUSE MED SONESVØM

- |    |                   |
|----|-------------------|
| 5  | 100 IM H/G – 91   |
| 6  | 100 IM D/P –91    |
| 7  | 50 rygg H/G – 91. |
| 8  | 50 rygg D/P – 91  |
| 9  | 100 fri H/G –91   |
| 10 | 100 fri D/P – 91. |

PAUSE MED SONESVØM

- |    |                        |
|----|------------------------|
| 11 | 4 X 50 Medley H/G – 91 |
| 12 | 4 x 50 Medley D/P – 91 |