



Irene Dalby Cup
lørdag 13. februar 2010 kl 12.00
i den nye svømmehallen ved Stange skole

Stange SKs svømmegruppe inviterer til stevne for alle gutter og jenter som er født i 1998 og senere. Stevnet inngår i **Irene Dalby Cup**.

Innsømming fra kl 11.00 og lagledermøte kl 11.15

En premie til alle svømmere uansett antall starter.

Påmelding senest innen torsdag **4.februar**.

Bruk påmeldingsskjemaet på hjemmesiden eller lever dette skjemaet ferdig utfylt til trener.

Spørsmål om stevnet kan rettes til

Tore Alme 920 23 213 eller Jørn Erik Ovesen 911 27 673

Startkontingent er **kr 100,-** per svømmer individuelt. Startkontingent betales til lagleder før avreise til Stange.

Avreise fra svømmehallen lørdag 13.februar kl 10.15

Utlodning og kafeteria.

Stange SK svømmegruppa ønsker svømmere, trenere og publikum velkommen.

Øvelse			Sett kryss	Øvelse			Sett kryss
1	25 m bryst	Jenter		2	25 m bryst	Gutter	
3	25 m rygg	Jenter		4	25 m rygg	Gutter	
5	25 m butterfly	Jenter		6	25 m butterfly	Gutter	
7	25 m fri	Jenter		8	25 m fri	Gutter	
9	50 m bryst	Jenter		10	50 m bryst	Gutter	
11	50 m rygg	Jenter		12	50 m rygg	Gutter	
13	50 m butterfly	Jenter		14	50 m butterfly	Gutter	
15	50 m fri	Jenter		16	50 m fri	Gutter	
17	100 m medley	Jenter		18	100 m medley	Gutter	
19	Stafett fri mix	4 x 25 m fri		Minst en av hvert kjønn			
20	Stafett fri mix	4 x 50 m fri		Minst en av hvert kjønn			

Max 3 individuelle starter og 1 stafett pr svømmer