



## Irene Dalby Cup

**Lørdag 21. oktober 2005 kl 12.00 i Elverum Svømmehall**

Elverum Svømming innbyr alle gutter og jenter som er født i 1994 eller senere. til **Irene Dalby Cup i Elverum**

**Innsvømming** fra kl 11.00 og lagledermøte kl 11.15.

**En premie** til alle svømmere uansett antall starter.

**Påmelding innen 17. oktober** til [jeovesen@online.no](mailto:jeovesen@online.no), evt til Jørn Erik Ovesen, Forstmester Mejdells veg 8, 2407 Elverum. **MRK høstferien i uke 41!**

Spørsmål om stevnet kan rettes til Jørn Erik Ovesen på tlf 911 27 673, eller til Knut Korsmo 934 46 196

**Startkontingent** er **kr 100,-** per svømmer individuelt, og **kr 100,-** per lagstart. Etteranmelding kr 150,-. Startkontingent innbetales til Elverum Svømming, Eivind Torps veg 6, 2408 Elverum på **konto 1820.33.38070** forskuddsvis, eller **samlet** for hver klubb ved ankomst.

**Elverum Svømming ønsker svømmere, trenere og publikum velkommen.**

### Kiosk og utlodning

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 fri	Jenter		14	50 m fri	Gutter	
15	100 m bryst	Jenter		16	100 m bryst	Gutter	
17	100 m fri	Jenter		18	100 m fri	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**

[www.elverumsvomming.no](http://www.elverumsvomming.no)