



Irene Dalby Cup, lørdag 27.oktober 2018 kl. 12.00

Elverum svømmehall.

- **Innsvømming fra kl 11.00**
- **Lagledermøte kl 11.15**

Elverum svømming inviterer til rekruttstevne for alle gutter og jenter som kan svømme 25 meter og er født i 2003 eller senere.

En premie til alle svømmere uansett antall starter, max 3 individuelle starter pr svømmer. Startkontingent kr 100,- innbetales til svømmerens medlemsklubb.

Premiering fortløpende etter 4 x 25 m stafett. Kiosksalg under stevne.

Øvelser

1	25 m bryst	Jenter	2	25 m bryst	Gutter
3	25 m fri	Jenter	4	25 m fri	Gutter
5	25 m rygg	Jenter	6	25 m rygg	Gutter
7	25 m butterfly	Jenter	8	25 m butterfly	Gutter
9	Stafett mix	4 x 25 m fri			
10	50 m bryst	Jenter	11	50 m bryst	Gutter
12	50 m fri	Jenter	13	50 m fri	Gutter
14	50 m rygg	Jenter	15	50 m rygg	Gutter
16	50 m butterfly	Jenter	17	50 m butterfly	Gutter
18	100 m medley	Jenter	19	100 m medley	Gutter
20	100 m bryst	Jenter	21	100 m bryst	Gutter
22	100 m rygg	Jenter	23	100 m rygg	Gutter
24	100 m fri	Jenter	25	100 m fri	Gutter
26	Stafett mix	4 x 50 m fri			

PÅMELDING INNEN TIL SVØMMERENS MEDLEMSKLUBB, FELLES PÅMELDING SENDES TIL :
elverumidc@outlook.com innen 14. oktober 2018.

Elverum svømming ønsker velkommen til alle svømmere, trenere og publikum.

Viktig informasjon ang Irene Dalby Cup

Elverum arrangerer Irene Dalby Cup 27.oktober. Påmelding på epost til elverumidc@outlook.com innen 14.oktober 2018.

Husk :

- svømmerens fulle navn og fødselsår
- hvilke øvelser som skal svømmes, det er maksimalt 3 øvelser pr. svømmer.
- pris 100,- for hele stevnet. Betales til Elverum svømmings konto 1820.33.38070 Merk innbetalingen med svømmerens navn og IDC Elverum

Hvis du har spørsmål kan du ta kontakt med:

Lena: 95268489

Ellen: 90756162