



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

Elverum svømmehall.

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

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 19.10.18 TIL SVØMMERENS MEDLEMSKLUBB, FELLES PÅMELDING
SENDES TIL : elverumidc@outlook.com**

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