

## Vår 2018 - terminliste for Karmøy Svømmeklubb

Stevnenavn	Stevnested	Arrangør	Fra Dato	Til Dato	Deltar
<b>Januar</b>					
Haugaland Kraft Open	Karmøyhallen	KSK	13.1	14.1	Alle
Skagerrak Swim	Aquarama	KSA	26.1	28.1	NM, A og 04 og eldre i B gruppen*
<b>Februar</b>					
Låmø Vest 2018	Ado Arena	Bergensklubbene	09.2	11.2	Kvalifiserte 2002-2007
Rekruttstevne	Karmøyhallen	Karmøy SK	?	?	Rekrutter
<b>Mars</b>					
Antwerp Diamond Speed Race	Antwerpen	BRABO	3.3	4.3	NM/A 2003 o.e
Vårskvetten	Åstveit hallen	Åstveit SK	17.3	18.3	B/C ikke Aberdeen
Påskeleir	Nørresundby	KSK	17.3	01.4	HTG elever
<b>April</b>					
Påskeleir	Nørresundby	KSK	24.4	01.4	NM, A, B trener mer enn 5 ganger uken over lang tid
ÅM	Lambertseter	Lsvk	6.4	8.4	Kvalifiserte
Bergen Swim Festival	Ado Arena	Bergensklubbene	13.4	15.4	NM+ A 2005 o.e
UoA	Aberdeen Aquatics Centre	University of Aberdeen	29.4	30.4	NM, A, B 2005 o.e
<b>Mai</b>					
Haugesunds Avis Open	Haraldshallen	HSK	26.5	26.5	Alle
<b>Juni</b>					
Stavanger Open	Kvernevik hallen	Madla SK	8.6	10.6	
Ado Cup	AdO	Bergensklubbene	22.6	24.6	A/B 2005 o.e
Klubbavslutning	Fotvatnet	Karmøy SK	?	?	Alle medlemmer
<b>Juli</b>					
NM langbane	Tøyenbadet	LSVK, OI, Speed	12.7	15.7	Kvalifiserte

<b>Alle:</b>	Konkurransesvømmere; NM gruppe, A, B og C. Må trene minst 3 ganger pr. uke.
<b>NM gruppen</b>	Deltar på alle stevner og leirer, 6 treninger pr uke
<b>Gruppe A</b>	Deltar på alle stevner de er kval. for, samt påskeleir. (Kan reise på NM leir om de skal svømme stafett i NM). Må trene minst 5 ganger i uka.
<b>Gruppe B</b>	Deltar på alle stevner de er kval for. Tilbud om påskeleir. Må trene minst 4 ganger i uka,
<b>Gruppe C</b>	Deltar på alle lokale stevner de er kvalifisert for. Må trene minst 3 ganger i uka

De som ikke har utløst svømmelisens, kan ved plassmangel måtte delta på rekruttreninger i stedet for konkurransetreninger. For å delta på påskeleir må en trene 5 ganger pr uke over lengre tid.

### Trenere/oppmann kan treffes på følgende mobilnr:

#### Vormedalshallen

Helge 40 80 60 78

Veronika 971 22 554  
(oppmann konkurranse)

#### Karmøyhallen

Daniel 473 90 826

Tore 916 71 713  
Merete 908 55 388

Det stilles krav til utøvere om deltakelse på samlinger og stevner. Utøvere skal dessuten kunne stille på samling og stevner friske, skadefrie og i god trening.

- Skagerrak forutsetter at svømmerne legger ned den innsats som kreves av trenerne fra oppstart i August og igjennom Juleferien 5 treninger eller mer.

**Terminlisten for våren 2018 er veiledende, da alle stevner ikke er lagt ut enda. Her kan det komme noen flere etter hvert.**