



Zwembad de Sprenkelaar en Aquapoldro

organiseren samen voor *Serious Request*

100 x 100 meter

16 december 2017

17.30 uur estafette en om 20.30 individueel plus 2 en 3 tallen

Bepalingen estafette 100x100	Bepalingen Individuele 100x100
<p data-bbox="296 869 616 943">Ontvangst om 17.00 uur Aanvang 17.30</p> <ul data-bbox="148 987 762 1458" style="list-style-type: none">• Team bestaan uit 4 tot 10 personen.• Team zwemt in vaste volgorde totdat 100x100 meter is bereikt.• Team zorgt zelf voor teller/ klokker met stopwatch (telformulieren met mogelijkheid tot noteren van tussentijden zijn aanwezig).• De 100x 100 estafette stopt uiterlijk om 20.30, ook als er nog geen 100 x 100m gezwommen is.• Kosten per team € 60.• Er kunnen maximaal 12 teams geplaatst worden (2 per baan).	<p data-bbox="970 869 1289 943">Ontvangst om 20.00 uur Aanvang 20.30 uur</p> <ul data-bbox="802 987 1465 1536" style="list-style-type: none">• Er wordt 100 x 100m gezwommen met een vaste vertrektijd per baan, per 100 meter.• De 100 x 100m kan alleen worden gezwommen of in een 2 tal of 3 tal, waarbij na een onderling afgesproken aantal herhalingen van zwemmer wordt gewisseld. Er kan meerdere keren gewisseld worden. De starttijd moet echter gelijk zijn.• Het aanmelden van een teller wordt op prijs gesteld• Er zwemmen maximaal 4 zwemmers op een baan en er wordt gecirkeld• Kosten zijn € 30 per 100x100 (dus onafhankelijk of er 1, 2 of 3 personen zwemmen).
<p data-bbox="738 1541 874 1574" style="text-align: center;">Algemeen</p> <ul data-bbox="148 1585 1465 1890" style="list-style-type: none">• Dit evenement is geen wedstrijd, deelnemers hoeven geen lid te zijn van zwem- of triatlonvereniging. Teams kunnen dus ook uit leden van meerdere verenigingen bestaan.• Inschrijving sluit op 12 december 2017 of zodra het maximum aantal deelnemers is bereikt.• Deelnemers verklaren door inschrijving te kunnen zwemmen en voldoende getraind te zijn om deze 100 x 100 m fysiek aan te kunnen.• Aanmeldingen naar seriousrequest@aquapoldro.nl. Ook bij vragen kan dit adres gebruikt worden.• Startgeld bij voorkeur vooraf overmaken op: NL83 INGB 0003 3701 49 tnv ZV Aquapoldro ovv (team)naam en 100x100. De opbrengst komt geheel ten goede aan Serious Request.	

Zwembad De Sprenkelaar, 6 banen 25 m bad, Laan van Zevenhuizen 381, Apeldoorn