



Velkommen til AdO Cup 2026

12.-14. juni i AdO arena

Arrangeres for svømmere født 2017 og tidligere. Stevnebassenget er på 50m og har 10 baner. Parallelt med stevnet vil det være mulig å varme opp og svømme utsvømming i stupbassenget (25-meters basseng).

Fredag kl. 13.30

1. 800 fri gutter
2. 50 bryst jenter
3. 50 bryst gutter
4. 100 bfl jenter
5. 100 bfl gutter
6. 400 im jenter
7. 400 im gutter
8. 50 rygg jenter
9. 50 rygg gutter
10. 100 fri jenter
11. 100 fri gutter
12. 800 fri damer

Lørdag kl.08.30

- (2011 og eldre)*
13. 400 fri gutter
 14. 200 fri jenter
 15. 50 bfl gutter
 16. 50 bfl jenter
 17. 200 bryst gutter
 18. 200 bryst jenter
 19. 100 rygg gutter
 20. 100 rygg jenter
 21. 200 im gutter
 22. 200 im jenter
 23. 400 fri jenter
 24. 4X100 fri mix

Lørdag kl.13.15

- (2012 og yngre)*
25. 400 fri gutter
 26. 200 fri jenter
 27. 50 bfl gutter
 28. 50 bfl jenter
 29. 200 bryst gutter
 30. 200 bryst jenter
 31. 100 rygg gutter
 32. 100 rygg jenter
 33. 200 im gutter
 34. 200 im jenter
 35. 400 fri jenter
 36. 4X100 fri mix

Finale lørdag

- 400 fri gutter superfinale
- 200 fri jenter superfinale
- 50 bfl gutter yngre jr/eldre jr + sr
- 50 bfl jenter yngre jr/eldre jr + sr
- 200 IM gutter superfinale
- 200 IM jenter superfinale
- 100 rygg gutter yngre jr/eldre jr + sr
- 100 rygg jenter yngre jr/eldre jr + sr
- 200 bryst gutter superfinale
- 200 bryst jenter superfinale
- 400 fri jenter superfinale
- 4x100 fri mix 2012 oy/2011 oe (2g og 2j)

Finale søndag

- 1500 fri jenter-top 10 seeded svømmere
- 200 fri gutter superfinale
- 200 rygg jenter yngre jr/eldre jr + sr
- 200 rygg gutter yngre jr/eldre jr + sr
- 100 bryst jenter superfinale
- 100 bryst gutter superfinale
- 50 fri jenter yngre jr/eldre jr + sr
- 50 fri gutter yngre jr/eldre jr + sr
- 200 bfl jenter superfinale
- 200 bfl gutter superfinale
- 1500 fri gutter-top 10 seeded svømmere
- 4x100 lag medley jenter 2012 oy/2011 oe
- 4X100 lag medley gutter 2012 oy/2011 oe

Stevnet arrangeres i henhold til Norges Svømmeforbunds lover og regler.

Alle øvelser blir avholdt med 10 baner (forsøk og finaler) på langbane. Vanntemperatur 27 grader.

Starttidspunkter:

Fredag 12. juni kl 13.30. (Innsvømming fra kl 12:00)

Lørdag 13. og søndag 14. juni kl.08.30 *(2011 og eldre)* og kl.13.15 *(2012 og yngre)* *(Innsvømming kl 07:30 og kl 12 i konkurranse basseng)*

Finaler lørdag og søndag kl.17.00 (Innsvømming fra etter 2012 og yngre økt er ferdig)

Søndag kl.08.30

(2011 og eldre)

- 37. 1500 fri jenter
- 38. 200 fri gutter
- 39. 200 rygg jenter
- 40. 200 rygg gutter
- 41. 100 bryst jenter
- 42. 100 bryst gutter
- 43. 50 fri jenter
- 44. 50 fri gutter
- 45. 200 bfl jenter
- 46. 200 bfl gutter
- 47. 1500 fri gutter
- 48. 4X100 lag medley jenter
- 49. 4X100 lag medley gutter

Søndag kl.13.15

(2012 og yngre)

- 50.. 1500 fri jenter
- 51. 200 fri gutter
- 52. 200 rygg jenter
- 53. 200 rygg gutter
- 54. 100 bryst jenter
- 55. 100 bryst gutter
- 56. 50 fri jenter
- 57. 50 fri gutter
- 58. 200 bfl jenter
- 59. 200 bfl gutter
- 60. 1500 fri gutter
- 61. 4X100 lag medley jenter
- 62. 4X100 lag medley gutter

Premiering forsøk

- **Individuell 1/3 premiering (medaljer)**

- **I finalene, 1, 2 og 3.plass:**

- 1. plass: kr 300,-
- 2. plass: kr 200,-
- 3. plass: kr 100,-

- **I finalene (stafett): Pokaler 1.-3. plass**

- **Vandrepremie beste klubb** tilfaller beste klubb etter skalaen 9-7-6-5-4-3-2-1 for hver øvelse og klasse. Stafettene teller dobbelt. Vandrepremien må vinnes 3 ganger før klubben får den til odel og eie.

- **Bestemannspremier**

Det utdeles bestemannspremie for yngre jr og eldre jr gutt og jenter etter finaler på søndag

Deltakerpremie for 2014-2017

1/3 premiering gjelder for 2015 og eldre.

Lagledermøte fredag 12. juni kl.12.15.

4x100m fri mix og 4x100 lag medley, to klasser *(2011 og eldre, 2012 og yngre)*.

1500m-top 10 seeded svømmere uansett klasse svømme i finale økt, resten svømme i avdelinger på søndag formiddag.

Finalene er delt i to klasser:

yngre junior *(2012-2015)*, eldre junior/sr *(2011 og eldre)*

Påmeldingsfrist: 27. mai 2026
Til meetoffice@stevnebergen.no

Ved påmelding akseptere utøvere og klubben bruk av bilder tatt under stevnet på sosial media. Hvis klubben har en individuell svømmer som ikke samtykker til bilde send skriftlig til meetoffice@stevnebergen.no med påmelding

Tilbud for mat og overnatting:
www.adocup.no

Kontakt oss:
meetoffice@stevnebergen.no

Startkontingent:
Kr 100,-pr ind. start
Kr 200,-pr lagstart

Faktura sendes etter påmeldingsfristen går ut med betalingsfristen før stevne start.

- Det forbeholdes rett til heatbegrensning ved for stor deltagelse.
- Etteranmelding godtas seinest innen slutten av lagledermøte fredag 12. juni hvis plass i heat mot dobbel startkontingent.
- Det forbeholdes også rett til forskyving av starttidspunkter ved behov.
- Er du dommer og skal være med din klubb til AdO Cup? Da setter vi pris på om du kan tenke deg å stille som dommer på en økt eller flere. Ta kontakt dommerhsk@gmail.com

Velkommen til AdO Cup 2026