

Stevnenavn	Stevne/Leirsted	Arrangør	Fra Dato	Stevnetype	Deltaker										Påmeldingsfrist		Lagleder	Trener	
					ESR	EJR	SPE	ELU	Konk	Start	Intro	SPTRN	Integrerte	Master	Ekstern	Internt			
August																			
Oslo Open Water	Individual online registration (Oslo)	OI svømmeklubb	18.08.2018	"Open water"	x	x	x	x	x								17.08.2019	10.08.2018	Lorang
september																			
Skjetten Open	Skjetten svømmehall (Skjetten)	Skjetten svømmeklubb	14.-16.09.2018	Krets/regionstevne	x	x	x	x									05.09.2018	01.09.2018	Linck/Tomasz/Lorang/Andreas
Ask mini-stevne	Holmen svømmehall (Asker)	Asker Asker svømmeklubb	15.09.2018	Mini stevne / uapprobert / kun ASK					x	x	x							10.09.2018	Alisher/ Andreas N
Oktober																			
Nordisk Mesterskap Masters	Hylliebadet (Malmö, Sverige)		12-13.10.2018	Nordisk Masters Mesterskap										x		21.09.2018	11.09.2018		
Lambertseter Open	Lambertseter svømmehall (Oslo)	Lambertseter SVK	19.-21.10.2018	*ASK-select	x	x	x	(x)								03.10.2018	28.09.2018	Mona UL	Tomasz/Linck/Rolf
Asker Mini-stevne	Holmen svømmehall (Asker)	Avlyst	20.10.2018	Mini-stevne / uapprobert / kun ASK					x	x	x							15.10.2018	Alisher
November																			
Nordsjøstevnet	Aquarama (Kristiansand)	Rogaland svømmekrets	02.-04.11.2018	Internasjonalt stevne.*ASK-select	(x)	(x)										22.10.2018	15.10.2018	Tone L	Linck
Speed Open	Nordtvet Bad (Oslo)	Skjetten svømmeklubb	02.-04.11.18	Krets/regionstevne	x	x	x	x	x							22.10.2018	17.10.2018	Mona UL	Tomasz/Rolf/ass.coach
Arena Rekrutt	Lambertseter Bad (Oslo)	Lambertseter svømmeklubb	11.11.2018	Rekrutt stevne					(x)	x	x					03.11.2018	11.11.2018		Alisher/assistent
Jr NM-UM kortbane	Holmen svømmehall (Asker)	Asker svømmeklubb	15.-18.11.2018	NM-Jr-UM kortbane (kvalifisering)	(x)	(x)	(x)	(x)								06.11.2018	29.10.2018		Linck/Tomasz
Bærum Open	Nadderudhallen (Bærum)	Bærum svømmeklubb	30.11.-02.12.2018	Krets/regionstevne	x	x	x	x	x	x						21.11.2018	17.11.2018		Linck/Tomasz/Rolf/Alisher/ass.
Desember																			
Asker rekrutt	Holmen svømmehall (Asker)	Asker svømmeklubb	09.12.2018	Rekrutt stevne / uapprobert						x	x					01.12.2018	28.11.2018		Alisher/ass.coach
Asker Juleavslutning	Holmen svømmehall (Asker)	Asker svømmeklubb	09.12.2018	Juleavslutning	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x				04.12.2018	Linck/Tomasz/Rolf/Alisher/ass.
Arena Open	Lambertseter Bad (Oslo)	Lambertseter svømmeklubb	15.-16.12.2018	Krets/regionstevne	x	x	(x)	(x)								05.12.2018	29.11.2018		Linck/Tomasz/(Rolf)
Januar																			
Follo Open Låmø kvalik	Nordbytun Svømmehall	Ås IL og Ski Svømmeklubb	19.-20.01.2019	Krets/regionstevne			(x)	x	x	x	x					12.01.2019	09.01.2019	Mona UL	Rolf/Alisher/Tomasz/Lorang
Februar																			
LRK rekrutt	Sandbekkshallen	Lørenskog-Rælingen	02.02.2019	Rekruttstevne						x	x					23.01.2019	20.01.2019		Alisher / ass.
Asker Open	Holmen svømmehall (Asker)	Asker svømmeklubb	08.-10.02.2019	Krets/regionstevne	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		29.01.2019	25.01.2019		Linck/Tomasz/Rolf/Alisher/ass.
Vinterferie hjemmeleir	Holmen svømmehall (Asker)	Elite Sr/ Elite Jr/Konk	uke 8		x	x				x	x	x					25.01.2019		Linck/Alisher/Ass
Vinterferieleir Poznan ("LÅMØ"-leir)	Poznan Polen	Elite Ung/Speed Elite/Ejr-select	16.-23.02.2019	*ASK-select			(x)	x	x								01.12.2018		Rolf/Tomasz
Mars																			
Roald Amundsen Cup	Sofiemyrhallen	Kolbotn IL	02.-03.03.2019	Krets/regionstevne	x	x	x	x	x	x						26.02.2019	19.02.2019		Linck/Tomasz/Rolf/Alisher/ass.
Lambertseter Rekrutt	Lambertseter svømmehall (Oslo)	Lambertseter svømmeklubb	03.03.2019	Rekruttstevne						x	x					21.02.2019	16.02.2019		Alisher / ass.
NM Masters	AdO Arena (Bergen)	Bergenssvømmerne	08-10.03.2019	NM Masters										x		17.02.2019	10.02.2019		
LÅMØ ØST	Kongstenhallen (Fredrikstad)	Kongstensvømmerne	15.-17.03.2019	**Årsklassemonstring. (Kvalifiseringskrav)	(x)	(x)	(x)	(x)	(x)							27.02.2019	20.02.2019		Rolf/Alisher/Ass.
Landsstevnet	Holmenhallen	Asker svømmeklubb	23.-24.04.2019	Integrerte										x		13.03.2019	07.03.2019		Ulf
April																			
Bergen Swim Festival	AdO Arena	Bergenssvømmerne	05.-07.04.2019	Internasjonalt stevne. *ASK-select	(x)	(x)	(x)	(x)								13.03.2019	01.03.2019		Linck/Tomasz/Rolf
Påskeleir	Samorin (X-Bionic Sphere)	Slovakia	14.-21.04.2019	*ASK-select	x	(x)	(x)										18.01.2019		Linck
Påskeleir	Hjemmeleir	Elite Ung/Konkurransse/Intro/SpE	13-18.04.2019				x	x	x	x	x							15.03.2019	Rolf/Alisher/Ass
GIFFI vår Open	Lihallen (Nittedal)	Gjelleråsen IF	27.04.2019	Krets/regionstevne						x	x					19.04.2019	16.04.2019		Alisher/Ass
Mai																			
Bærum Rekrutt	Nadderud Svømmehall (Bærum)	Bærum Svømmeklubb	01.05.2019	Rekruttstevne				(x)	x	x						18.04.2019	15.04.2019		Alisher/ass
Marienlyst Open	Drammensbadet / Langbane	Drammen SK	03.-05.05.2019	Langbane krets/regionstevne	x	x	x	x								22.04.2019	14.04.2019		Linck/Tomasz/Rolf/ass.
Meny Open	Skjetten svømmehall (Skjetten)	Skjetten svømming	04.-05.05.2019	Krets/regionstevne					x	x	x					24.04.2019	18.04.2019		Alisher/ass.
Juni																			
Lambada Rekrutt	Lambertseter svømmehall (Oslo)	Lambertseter svømmeklubb	02.06.2019	Rekrutt stevne / uapprobert						x	x					15.05.2019	12.05.2019		Alisher/Ass
ÅM	Klepp (Rogaland)	Rogaland Svømmekrets	08.-10.06.2019	Årsklassemesterskapet		(x)		(x)	(x)							02.05.2019	25.04.2019		Rolf/Tomasz
Treningshelg (Delfin, Hai, Intro, Start)	Holmen Svømmehall	Asker svømmeklubb	14.-16.06.2019	Treningshelg						x	x						23.05.2019		Alisher/Ass
Mjøssvøm (Klubb-stevnehelg)	Ankerskogen (Hamar)	Hamar IL	14.-16.06.2019	Krets/regionstevne	x	x	x	x	x							22.05.2019	16.05.2019		Linck/Tomasz/Rolf/Alisher/ass.
Sommerleir 1. Hjemmeleir	Holmen svømmehall (Asker)		24.-28.06.2019	Hjemmeleir / trening					x	x	x						10.06.2019		Alisher/Ass
Sommerleir 2.	Holmen, (alternativer vurderes)		22.-28.06.2019	Treningsleir "non-NM"	x	x	x	x									10.06.2019		Rolf/Tomasz/Ass
NM-langbane leir	(TBD)		22.06.03.-2019	NM-krav *ASK select	(x)	(x)	(x)										10.06.2019		Linck/(Tomasz?)
Juli																			
NM-langbane	Drammensbadet (Drammen)	Drammen Svømmeklubb	04.-07.07.2019	Norgesmesterskap langbane.*ask select	(x)	(x)	(x)									20.06.2019	16.06.2019		Linck/Tomasz
August																			
Treningsstart	Holmen		06.08.-16.08.2019		x	x	x	x								10.06.2019			Linck/Tomasz/Rolf
Oppstartsleir (TBD)	Holmen		12.08.-16.08.2019						x	x	x					10.06.2019			Alisher/Ass

\* ASK Select: Kvalifisering - deltakelse avtales med trener

\*\* LÅMØ (Kvalifiserte deltagere er blant de 24 beste i sin årsklasse i Region Øst)