

## KLASSENE:

Yngre junior: 13 – 15 år, jenter og gutter

Junior: 15 – 18 år, jenter og gutter

Åpen klasse: 16 - 100 år, damer og herrer

## ØVELSENE:

<b>SERC-Førstehjelp</b>	Yngre junior, junior, åpen (4 utøvere pr. lag)
<b>4 x 25 medleystafett</b>	Yngre junior, junior jenter/gutter, åpen damer/herrer
<b>4 x 25 dukkestafett</b>	Yngre junior, junior jenter/gutter, åpen damer/herrer
<b>4 x 50 hinderstafett</b>	Yngre junior, junior jenter/gutter, åpen damer/herrer
<b>50m redning av dukke</b>	Yngre junior jenter/gutter, junior jenter/gutter, åpen damer/herrer
<b>100m Manikin Tow</b>	Yngre junior jenter/gutter, junior jenter/gutter, åpen damer/herrer
50m redning av dukke m/svømmeføtter	Yngre junior jenter/gutter
<b>100m redning av dukke m/svømmeføtter</b>	Junior jenter/gutter, åpen damer/herrer
<b>100m superlifesaver</b>	Yngre junior jenter/gutter, junior jenter/gutter, åpen damer/herrer
<b>100m redningsmedley</b>	Junior jenter/gutter, åpen damer/herrer
<b>200m hindersvømming</b>	Yngre junior jenter/gutter, junior jenter/gutter, åpen damer/herrer
<b>Linethrow</b>	Yngre junior, junior jenter/gutter og åpen damer/herrer
<b>Nordisk stafett</b>	Yngre junior, junior jenter/gutter, åpen damer/herrer evt. Veteran (kun hvis det blir nok påmeldte lag)