



Norgesmesterskap for junior, ungdom og funksjonshemmede 2010



Vennskapsbånd
bygges i
konkurransen
ånd
J



På vegne av Norges Svømmeforbund, har Bergens Svømme- og Livredningsklubb (BS-LK) som teknisk arrangør, gleden av å invitere til Norgesmesterskap for junior, ungdom og funksjonshemmede 2010 i Bergen.

STED:

Sentralbadet i Bergen: http://underskog.no/sted/6144_sentralbadet.

TID:

Torsdag 18. november - søndag 21. november 2010

BASSENG:

Bassenget er 25 m og har 7 baner med bølgedempende baneskiller.
Vanntemperatur: 26°C.

PÅMELDING/ETTERANMELDING:

Påmelding skjer fortrinnsvis elektronisk via mail evt. på NSF's standard påmeldingslister. Alle svømmere som deltar i Norgesmesterskapet og Ungdomsmesterskapet, **inklusive stafettreserver**, skal være oppgitt i klubbens påmelding. Ved ufullstendig påmelding kan start nektes. Alle påmeldinger blir bekreftet, og påmeldingen kan ikke regnes som godkjent før bekreftelsen er mottatt. Er det usikkerhet om påmeldingen er kommet frem er tlf 909 73 709 åpen til kl 24.00 den 10.11.2010.

Etteranmeldelse kan godkjennes inntil lagledermøte er avsluttet kvelden før første konkurransedag, onsdag 17.11.2010 kl 19.00.

Startkontingent ved slik etteranmeldelse settes til kr 750,-/1.500,- pr. øvelse jfr. GE 34B.

Påmeldingsfrist onsdag den 10. november 2010 kl 24.00.

Lagleders mobiltelefonnummer må følge påmeldingen.

Påmelding sendes til:

John Erlend Christiansen

E-post: jech@medley.no

Mobiltilf: 9097 3709

Rangeringslister legges ut på <http://www.medley.no/ltstevner.aspx?stevne=1066> kort tid etter påmeldingsfristen.

KONTAKTPERSONER:

| | | | |
|-----------------|---------------------|--|-----------------|
| Stevneleder: | Asbjørn Hjelmaas | asbjorn@bs-lk.no | mobil 9050 3093 |
| Teknisk leder: | Jack Bremer | jack@bs-lk.no | mobil 9324 5980 |
| Mat ansvarlig: | Tone Berg | tone@bs-lk.no | mobil 9266 0355 |
| Presse kontakt: | Kathrine H. Johnsen | kahjo@statoil.com | mobil 9182 9873 |

STARTKONTINGENT:

Individuell kr. 75,- pr. øvelse
Lag kr. 150,- pr. øvelse

Startkontingent betales samtidig med påmeldingen til:

Bergens Svømme- og Livredningsklubb
Bankkonto: 3624.67.45042
Merk: NM Junior og UM 2010

OVERNATTING/ MATSERVERING:

Her har vi fått et tilbud fra Scandic Bergen, se vedlagte tilbud. Bestilling må gjøres gjennom BS-LK, se side 8, 9 og 10.

BS-LK serverer også lunsj i gymsalen om det er oppslutning for dette, se side 8, 9 og 10.

REISEFORDELING:

Det er vedtatt reisefordeling for alle svømmere på kr. 200,- pr. deltaker, samt for 1 trener/leder for hver påbegynte 6. svømmer, begrenset oppad til 4 trenere/ledere.

Reisefordeling gjelder også for funksjonshemmede.

Reisefordeling skal være betalt innen 10.11.2010 til:

Norges Svømmeforbund, 0840 Oslo - Bankgiro: 5134.06.06276.

Mrk. Reisefordeling NM junior/UM 2010.

Det skal betales reisefordeling også for svømmere som kun skal svømme stafett, samt reserver.

Vi minner om at utøvere fra klubber som ikke har betalt reisefordeling kan bli nektet start.

STARTBETINGELSER:

Ref. GE 1, GE6, GE 13, GE 30 og GE 31.

Utenlandske statsborgere som er fast bosatt i Norge, kan søke forbundsstyret om starttillatelse til deltagelse. Søknaden må dokumentere at søkeren har oppholds- og/eller arbeidstillatelse i Norge. Søknad om starttillatelse må være NSF i hende senest 8 uker før mesterskapet arrangeres.

Ihht. Norges Svømmeforbunds regler, gjøres det også oppmerksom på at det kan bli foretatt dopingkontroll og blodprøver.

TILBAKETREKKING:

Det er tillatt å trekke en påmelding tilbake innen 1 time før stevnets start konkurransedagen. Tilbaketrekkingen skal være skriftlig. Startkontingenten refunderes ikke, jfr. GE 36.

STRAFFEGEBYR:

Straffegebyr på kr. 1.000,- for å trekke seg fra en øvelse uten overdommers godkjenning (GE 22D og GE 36A-B) og for uriktig påmelding (GE 22A pkt. 5 og GE 32).

PREMIERING:

NSF's medaljer til de tre beste i hver øvelse. De 20 beste prestasjonene i individuelle finaleøvelser i NM junior, og 1 Bestemannspremie for begge kjønn i Ungdomsmesterskapet på formiddagen samt direkte finaler etter FINA 2009 poengtabell tildeles gavepremier. I klassen for funksjonshemmede skal de 5 beste i henhold til australsk modell ha bestemannspremier.

All premiering av individuelle øvelser og stafetter vil bli utdelt under finalefrekvensen. Det vil si at det blir felles premiering for funksjonshemmede, ungdomsmesterskapet og juniormesterskapet.

STEVNEKONTORET I SENTRALBADET:

Åpent fra onsdag 17.11.2010 fra kl 15.00 til kl 19.00.

Stevnekontoret vil for øvrig være betjent fra en time før stevnestart til en ½ time etter siste øvelse alle dager.

Klubbene melder seg for registrering ved første ankomst til stevnekontoret i Sentralbadet.

LAGLEDERMØTE:

Avholdes på Scandic Bergen onsdag 17. November kl 19.00.

INNSVØMMING:

| | | |
|---------|------------------|------------------|
| Onsdag | kl 15.00 – 19.00 | (4 baner) |
| Torsdag | kl 08.00 – 09.45 | kl 15.00 – 16.25 |
| Fredag | kl 08.00 – 09.45 | kl 15.00 – 16.45 |
| Lørdag | kl 08.00 – 09.45 | kl 15.00 – 16.45 |
| Søndag | kl 07.00 – 08.45 | kl 14.15 – 15.45 |

Forsøkene starter kl 10.00 - finalene starter kl 17.00, bortsett fra søndag da forsøket starter kl 09.00 og finalen starter kl 16.00.

Åpningsseremoni i forbindelse med finalestart torsdag 18.11.2010 kl 16.30.

Det gis anledning til en ½ times utsvømming etter forsøk og finaler.

Innsvømming foran finalene er forbeholdt finalistene.

KVALIFIKASJONSKRAV:

Kvalifikasjonsperioden er fra 08.11.2009 til 07.11.2010.

Det er ikke kvalifiseringskrav på stafetter.

Kvalifiseringstider fra 50 m og 25 m sorteres uavhengig av bassenglengden de er oppnådd i.

GENERELT

Ungdomsmesterskapet

- Ungdomsmesterskapet arrangeres i klassen 13-15 år.
- Utøvere i klassen 13-15 år må melde seg på ungdomsmesterskapet, og kvalifiserer seg til finalene i juniormesterskapet gjennom oppnådde resultater i UM.
- UM vil bli gjennomført med direkte finale på formiddagen.
- På 400m IM, 800 og 1500m fri sorteres svømmerne etter tid uavhengig av deltakelse i UM eller NM junior. De beste Ungdomsmesterskap svømmerne kan således være aktuelle for siste heat i finaleøkten om kvelden dersom påmeldingstid er blant de seks beste i UM/NM junior.
- Heatene starter med funksjonshemmede, deretter forsøk junior, og så UM deltagere.
- Alle stafetter i UM går på formiddag.
- En UM deltager kan kvalifisere seg til juniorfinale på kvelden uten å ha oppnådd juniorkrav på forhånd.

NM-junior

- Forsøk formiddag
- Direkte finale på 400 IM, 800 og 1500 fri, med siste heat i finaleøkten på kvelden.
- Direkte finale på stafettene 4x50 fri/medley, 4x100 fri/medley og 4x200 fri, med alle heat på kvelden.

FUNKSJONSHEMMEDE:

For NM krav funksjonshemmede vises det til:

<http://www.svomming.no/index.php?menuid=198&expand=89,198>

- Øvelser for funksjonshemmede er merket med *.
- Det svømmes forsøk og finaler på 50m. Direkte finaler i finalesekvensen dersom det ikke er flere enn 6 deltakere.
- Resterende øvelser svømmes som direkte finaler i formiddagssekvensen.
- Funksjonshemmede konkurrerer etter "Australisk Modell", hvor rangeringen skjer på bakgrunn av oppnådd tid i forhold til verdensrekord på langbane 1. januar i den enkelte klasse.

Øvelsesutvalg

Øvelser for funksjonshemmede er merket med *.

Øvelser med direkte finaler er merket med ** ved øvelsesnummeret.

Torsdag 18. november

| Øvelse nr. | Øvelse | Kjønn |
|------------|------------------|--------|
| 1. | 4 x 50m medley | Damer |
| ** 2. | 800m fri | Herrer |
| 3. | 400m fri * | Damer |
| 4. | 50m bryst * | Herrer |
| 5. | 50m rygg * | Damer |
| 6. | 200m medley | Herrer |
| 7. | 100m butterfly * | Damer |
| 8. | 200m rygg | Herrer |
| 9. | 200m bryst | Damer |
| 10. | 50m butterfly * | Herrer |
| ** 11. | 4 x 200m fri | Damer |
| ** 12. | 4 x 100m fri | Herrer |

Fredag 19. november

| Øvelse nr. | Øvelse | Kjønn |
|------------|------------------|--------|
| 13. | 4 x 50m medley | Herrer |
| ** 14. | 800m fri | Damer |
| 15. | 400m fri * | Herrer |
| 16. | 50m bryst * | Damer |
| 17. | 50m rygg * | Herrer |
| 18. | 200m medley | Damer |
| 19. | 100m butterfly * | Herrer |
| 20. | 200m rygg | Damer |
| 21. | 200m bryst | Herrer |
| 22. | 50m butterfly * | Damer |
| ** 23. | 4 x 200m fri | Herrer |
| ** 24. | 4 x 100m fri | Damer |

Lørdag 20. november

| Øvelse nr. | Øvelse | Kjønn |
|------------|-----------------|--------|
| ** 25. | 400m medley | Damer |
| 26. | 4 x 50m fri | Herrer |
| 27. | 200m fri | Damer |
| 28. | 200m butterfly | Herrer |
| 29. | 100m rygg * | Damer |
| 30. | 100m fri * | Herrer |
| 31. | 50m fri * | Damer |
| 32. | 100m bryst * | Herrer |
| 33. | 100m medley * | Damer |
| ** 34. | 1500m fri | Herrer |
| ** 35. | 4 x 100m medley | Damer |

Søndag 21. november

| Øvelse nr. | Øvelse | Kjønn |
|------------|-----------------|--------|
| ** 36. | 400m medley | Herrer |
| 37. | 4 x 50m fri | Damer |
| 38. | 200m fri | Herrer |
| 39. | 200m butterfly | Damer |
| 40. | 100m rygg * | Herrer |
| 41. | 100m fri * | Damer |
| 42. | 50m fri * | Herrer |
| 43. | 100m bryst * | Damer |
| 44. | 100m medley * | Herrer |
| ** 45. | 1500m fri | Damer |
| ** 46. | 4 x 100m medley | Herrer |

Kvalifiseringskrav for juniorer:

http://www.svomming.no/getfile.php/4475/Kval_krav%20jrNM%202010.pdf

Kvalifiseringskrav for ungdomsmesterskapet:

http://www.svomming.no/getfile.php/4476/Kval_krav%20UM%202010.pdf

ANNEN INFORMASJON FRA ARRANGØR:

Busstransport fra Sentralbadet til Flesland:

Det vil bli satt opp buss(er) direkte til flyplassen med avgang rett uten for svømmehallen kl 18.45 (ankomst ca kl 19.10).

Det vil komme egen info om dette med påmeldingslister i løpet av september. Det vil bli bindende påmelding med forskuddsbetaling rett til busselskapet.

Pris vil være 85 pr person (barn og voksen).

Det kommer informasjon senere i eget skriv.



Scandic
BERGEN · CITY

BESTILLING AV MAT TIL NM Junior/UM 2010

| | Onsdag | Torsdag | Fredag | Lørdag | Søndag |
|----------------------|--------|---------|--------|--------|--------|
| Antall lunsj | ----- | | | | |
| Antall totalt | ----- | | | | |
| Antall middager | | | | | ----- |
| Antall totalt | | | | | ----- |

Pris pr lunsj kr. 125.-
Pris pr middag kr. 160.-

Total beløp lunsj og middag kr. _____

Bestilling og betaling av mat på Scandic må gjøres innen fristen
15.10.2010, se vedlagte tilbud fra Scandic

Klubbens navn: _____

Kontaktperson: _____

E-post adresse/mobiltilf: _____

Bestilling/betaling av mat sendes på e-post til:

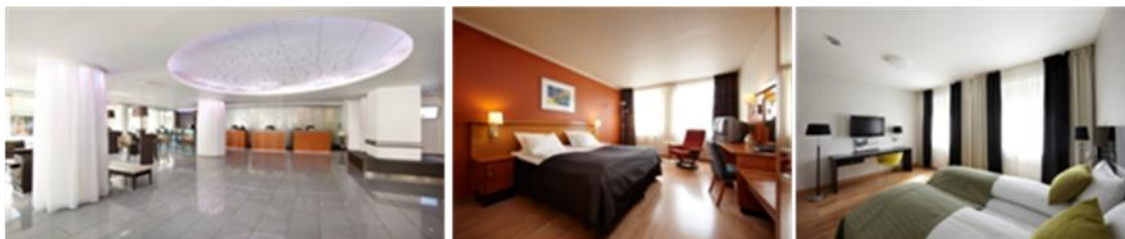
Tone Berg

Mobiltilf: 9266 0355

E-post: tone@bs-lk.no

Bergens Svømme- og Livredningsklubb, kontonr. 3624.67.45042.

Merk innbetalingen med "Mat Scandic" og klubbnavn.



Sportshotellet Scandic Bergen City

Scandic Bergen City ligger i gangavstand til alle byens severdigheter og er det perfekte utgangspunkt når man skal til Bergen!

- Bergens største kurs & konferansehotell: 254 rom
- 19 møterom: fra 8-750 personer
- Egen sportsmeny – næringsrike retter for aktive
- Scandic støtter idretten og samarbeider med Right To Play

Spesialpriser under NM Junior i Bergen 17-21 november 2010

oppgi "BSLK241110" som referanse ved bestilling:

- Enkeltrom kr. 800,-
- Dobbelrom kr. 950,-
- Trippelrom kr. 1275,-

Prisene gjelder per rom per natt. Bestilling må gjøres innen 6 uker før ankomst for å være garantert disse prisene.

For bestilling vennligst kontakt:

Scandic Bergen City

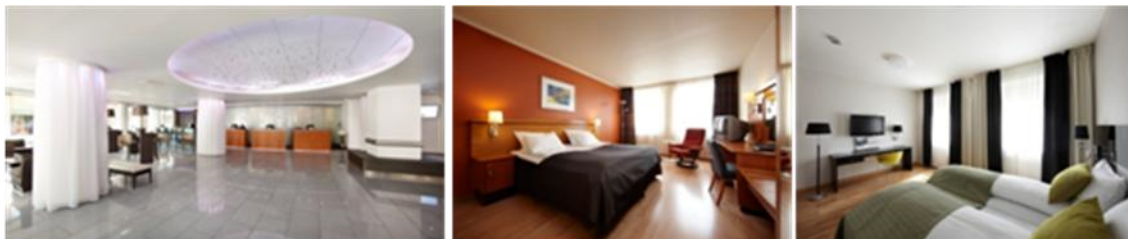
T: 55 30 90 80

M: bergencity@scandichotels.com

www.scandichotels.no/bergencity



Scandic
BERGEN • CITY



Bekreftelse på måltider i forbindelse med NM 17-21 november 2010

Vår idrettsmeny "Næringsrik" kan bestilles på de fleste hotell. Det er en spesiell meny for våre aktive gjester, hvor våre kokker har komponert næringsrike retter som matcher kroppens behov ved oppladning, konkurranse og restitusjon.

Tid: 17 – 21 november 2010

Sted: Scandic Bergen City

Måltider

Vi kan tilby buffet lunsj og buffet middag til svømmere og ledere under NM til, 300 - 400 personer.

Lunsj 18-21 nov pris kr 125,- pr person pr dag

Middag 17-20 nov, pris kr 160,- pr person pr dag

Bestilling av måltider gjøres til BS-LK innen 15 oktober 2010.



Scandic
BERGEN • CITY



BESTILLING AV MAT TIL NM Junior/UM 2010

| | | Enhetspris | Antall | Sum pris |
|-----------------------|-------------------------------------|------------|-------------------|----------|
| Lunsj torsdag 18.nov. | Pasta med spagettisaus og kjøttdeig | Kr. 85,- | | |
| Lunsj fredag 19.nov. | Toro gryte med ris eller pasta | Kr. 85,- | | |
| Lunsj lørdag 20.nov | Pasta med spagettisaus og kjøttdeig | Kr. 85,- | | |
| Lunsj søndag 21.nov | Toro gryte med ris eller pasta | Kr. 85,- | | |
| | | | Total pris | |

Det serveres salat og brødmat til den varme maten og drikke. Alle skal bli mette!

På grunn av forhåndsbestilling av maten ber vi alle som ønsker å benytte seg av tilbudet sende denne bestillingen sammen med påmeldingen innen fristen **10.11.2010**.

Matkuponger blir delt ut til klubben samlet.

Klubbens navn: _____

Kontaktperson: _____

E-post adresse/mobiltlf: _____

Bestilling av mat sendes på e-post til:

Tone Berg

Mobiltlf: 9266 0355

E-post: tone@bs-lk.no

Bergens Svømme- og Livredningsklubb, kontonr. 3624.67.45042.

BS-LK 100 år

Vi står sammen i nye 100 år