



Norsk Årsklassemesterskap (ÅM) 2015

Sted: Lambertseter Svømmehall, Oslo

Tid: 10.-12. april 2015



Som teknisk arrangør har Lambertseter Svømmeklubb, på vegne av Norges Svømmeforbund, gleden av å invitere til Norsk Årsklassemesterskap (ÅM) 2015

ÅM arrangeres etter NSF's lover og regler.

Sted: Lambertseter bad, Langbølgen 24, 1155 Oslo

Tid: 10-12 april 2015

ÅPNING

Fredag 10. april 2015 kl: 15.40

ØVELSESUTVALG

ÅM arrangeres for gutter og jenter 13-16 år

Alle deltakere må svømme 5 individuelle øvelser:

400m fri, 200m rygg, 200m bryst, 100m butterfly og 200m medley

Se øvelsesoppsettet lenger ned i innbydelsen!

KVALIFISERING TIL ÅM 2015

Det er direkte kvalifisering fra årets LÅMØ til ÅM.

Resultater oppnådd på årets LÅMØ, sammenlagt poengsum for 4 av 5 øvelser, er kvalifisering for deltagelse til ÅM, og danner grunnlaget for rangering. For å være kvalifisert må man ha startet i alle 5 øvelser på LÅMØ, mens disk og brutt teller 0 poeng for den aktuelle øvelsen. Fina-2014 poengtabell blir benyttet. De 24 utøverne i hver årsklasse med de høyest sammenlagte poengsummene er kvalifisert til deltagelse. Ved lik poengsum ved kvalifisering blir den med høyest poengsum på 200IM rangert først. Er det også lik poengsum på 200m IM blir begge rangert likt.

Etteranmelding er ikke tillatt.

PÅMELDING

Påmeldingsfrist er **26.mars 2015 kl. 24.00.**

Lagleders mobilnummer bes legges ved påmelding.

Påmelding sendes til: jech@medley.no

Kontaktperson er John Erlend Christiansen, mobilnummer: 9097 3709.

Påmelding gjøres ved at klubbens oppmann sender en mail med navn på de som skal delta. Uni_p påmeldingsfil er ikke påkrevd til dette stevnet.

Alle påmeldinger blir bekreftet, og påmeldingen kan ikke regnes som godkjent før bekreftelsen er mottatt. Er det usikkerhet om påmeldingen er kommet frem er mobil 9097 3709 åpen fram til kl. 24.00 den 26.mars 2015.

Rangeringslister legges ut på livetiming.no kort tid etter påmeldingsfristen.

Heatlister og deltakeroversikt blir IKKE sendt ut.



Det er resultatet fra LÅMØ som danner grunnlaget for heatoppsettet. 200 medley sorteres etter sammenlagt poengsum fra ÅM på de fire øvrige øvelser.

KÅRING AV NORSKE ÅRSKLASSEMESTERE

Det kåres årsklassemester i hver av de 4 årsklassene, og for hvert kjønn. Den utøveren som oppnår høyest sammenlagt poengsum fra de 5 øvelsene blir årsklassemester. Brutt og Disk gir 0 poeng, mens ikke møtt i en eller flere øvelser fører til at utøveren ikke blir rangert.

PREMIERING

Sammenlagt poengsum på alle 5 øvelser pr årsklasse. Fina-2014 poengtabell blir benyttet. 1., 2. og 3. plass premieres med NSF's medalje, og 4., 5. og 6. premieres med diplom. I tillegg gis det en lik gavepremie til de 6 beste i hver klasse. Hver øvelse premieres individuelt med en pin til 1., 2. og 3. plass. NSF's stipend på kr. 5.000,- til beste klubb. Sum av plasspoeng (7-5-4-3-2-1) fra sammenlagtlisten for hver klasse

DELTAKERAVGIFT

Deltakeravgiften er kr. 500,- pr. svømmer.

Overføres senest **2. april 2015** til:

Lambertseter Svømmeklubb

Kontonummer: 7878.06.36199

Innbetalingen merkes med: **ÅM 2015**, klubbens navn og antall deltakere (svømmere og ledere).

**Husk å ta med kvittering på lagledermøte for betalt startkontingent.
Utøvere fra klubber som ikke har betalt startkontingent blir nektet start.**

STEVNEKONTOR

Stevnekontoret i svømmehallen har åpent fredag fra kl. 13:30 og under hele arrangementet. Stevnekontoret finner du i svømmehallen.

LAGLEDERMØTE

Lagledermøtet avholdes: Ibsen-auditoriet på Lambertseter skole fredag kl 14.30

KONTAKTPERSONER

- Stevneleder: Caroline Brinchmann, caroline@lsvk.no, 472 50 336
- Teknisk leder: Cato Bratbakk cato@bratbakk.com, 948 18 169
- Stevnekontor: Håvard Johnsen Bekk, havardiaustralia@live.no, 992 88 360
- Pressekontakt Frank Pedersen, frank@lsvk.no, 472 50 327



INNSVØMMING OG STEVNESTART

DAG	INNSVØMMING	STEVNESTART
Torsdag		
Fredag	14.00-15.30	16.00
Lørdag	07.00-08.45	09.00
Lørdag	13.00-14.45	15.00
Søndag	07.00-08.45	09.00
Søndag	12.15-13.45	14.00

ØVELSESOPPSETT ÅM 2015

ØVELSE JENTER	FREDAG KL 16.00	ØVELSE GUTTER
1	400 m fri	klasse født 2002
3	400 m fri	klasse født 2001
5	400 m fri	klasse født 2000
7	400 m fri	klasse født 1999
		2
		4
		6
		8

ØVELSE JENTER	LØRDAG KL 09.00	ØVELSE GUTTER
9	200 m rygg	klasse født 2002
11	200 m rygg	klasse født 2001
13	200 m rygg	klasse født 2000
15	200 m rygg	klasse født 1999
		10
		12
		14
		16

ØVELSE JENTER	LØRDAG KL 15.00	ØVELSE GUTTER
17	200 m bryst	klasse født 2002
19	200 m bryst	klasse født 2001
21	200 m bryst	klasse født 2000
23	200 m bryst	klasse født 1999
		18
		20
		22
		24

ØVELSE JENTER	SØNDAG KL 09.00	ØVELSE GUTTER
25	100 m butterfly	klasse født 2002
27	100 m butterfly	klasse født 2001
29	100 m butterfly	klasse født 2000
31	100 m butterfly	klasse født 1999
		26
		28
		30
		32

ØVELSE JENTER	SØNDAG KL 14.00	ØVELSE GUTTER
33	200 m medley	klasse født 2002
35	200 m medley	klasse født 2001
37	200 m medley	klasse født 2000
39	200 m medley	klasse født 1999
		34
		36
		38
		40

PREMIEUTDELING RETT ETTER STEVNET



Informasjon fra teknisk arrangør

Overnatting:

1. Lambertseter skole, vegg i vegg med svømmehallen. Vi tilbyr full pensjon fredag-søndag, første måltid middag fredag, siste måltid lunsj søndag. Madrass og sengetøy må medbringes. Gi beskjed om allergier ved påmelding.

	Enhetspris
Samlet pakke	850 kr
Eller	
Middag fredag	125 kr
Overnatting på skole fredag til lørdag	125 kr
Frokost lørdag	50 kr
Varm lunsj lørdag	125 kr
Middag lørdag	125 kr
Overnatting på skole lørdag til søndag	125 kr
Frokost søndag	50 kr
Varm lunsj søndag	125 kr

2. Scandic Helsfyr hotell: Strømsveien 108, 0663 Oslo (lett tilgjengelig med T-bane)
 - Standard enkeltrom kr. 795,-
 - Standard dobbeltrom kr. 945,-
 - Standard 3-sengs rom kr. 1095,-
 - Standard 4-sengs rom kr. 1400,-Prisene er pr. rom, pr. Natt ink. Frokost og moms.
Booking skjer til stian.ostlie@scandichotels.com
Telefon: +47 23 06 78 78
Fax: +47 23 06 78 80

Annen informasjon:

- Det er tilbud om mat på skolen vegg i vegg med svømmehallen, se priser over. Samme bestillingsfrist som påmelding til stevnet.
- Gymsalen på skolen kan brukes til hviling og oppvarming (ev eget klasserom til hviling)
- Mat: gi beskjed ved allergier.

Velkommen til Lambertseter Svømmeklubb og Lambertseter Svømmehall!

