



Norgesmesterskap i svømming 2009 for senior og funksjonshemmede

Kortbane

Atlantehavsbadet Kristiansund

26.-29. mars 2009



Som teknisk arrangør har **Norodd Svømmegruppe**, på vegne av Norges Svømmeforbund, gleden av å invitere til Norgesmesterskap i svømming for senior og funksjonshemmede.

Sted: Atlanterhavsbadet i Kristiansund

Tid: 26.-29. mars 2009



Bassenget:

Bassenget er 25 meter og har 6 baner med bølgedempende baneskillere.
Vanntemperatur: 26 grader.

Utsvømmingsbasseng:

Basseng for utsvømming vil være tilgjengelig alle konkurransedager.

Påmelding / etteranmelding:

Påmelding skjer elektronisk via e - post.

Dersom e - post ikke kan benyttes, ønskes diskett vedlagt påmeldingslistene.

Alle svømmere som deltar i Norgesmesterskapet, **inklusive stafettreserver**, skal være oppgitt i klubbenes påmeldinger. Startkort benyttes ikke.

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, kontakt oss på mobilnr 9097 3709 innen 12. mars kl. 24.00.

Etteranmeldelser kan godkjennes inntil lagledermøtet er avsluttet kvelden før første konkurransedag.

Startkontingent ved etteranmeldelser er kr. 750,- / kr. 1500,- pr. øvelse, jfr. GE 34 B.

Påmeldingsfrist: 12. mars kl. 24.00

Lagleders mobilnummer bes legges ved påmelding.

Påmelding sendes til: jech@medley.no

Kontaktperson er John Erlend Christiansen, mobilnummer: 9097 3709.

Rangeringslister legges ut på nettet kort tid etter påmeldingsfristens utløp:

<http://www.medley.no/ltstevner.aspx?stevne=880>

Kontaktpersoner:

Generelt:

Åse Slatlem 9280 7582 eller Ronny Myrset, mobil 9157 5304 - jon.sater@neasonline.no

Påmelding:

John Erlend Christiansen, mobil 9097 3709, mail: jech@medley.no

Hotell:

Quality Hotel Grand Kristiansund	Bernstorffstredet 1	71 57 13 00
Rica Hotel Kristiansund	Storgata 41	71 57 12 00
Astoria Hotell	Hauggata 13	71 67 84 37
Comfort Hotel Fosna	Hauggata 16	71 57 11 00
Havna gjestehus	Vågeveien 5	71 67 61 11
Atlanten Motell og Camping	Dalaveien 22	71 67 11 04

Startkontingent:

Individuelt:	kr. 75,- pr. øvelse
Lag:	kr. 150,- pr. øvelse

Startkontingent betales innen 13. mars 2009 til:
Norodd Svømmegruppe, kontonr: 3930 22 58078 - merk "NM 2009".

Reisefordeling:

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

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

Reisefordelingsbeløpet skal være betalt innen 13. mars til:

Norges Svømmeforbund, 0840 Oslo - bankgiro: 5134.06.06276.

Merk: "Reisefordeling NM senior 2009".

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

Startbetingelser:

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

Utenlandske statsborgere som er fast bosatt i Norge, kan søke forbundsstyret om starttillatelse til deltakelse. 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.

Tilbaketrekking:

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

Straffegebyr:

Straffegebyr på kr. 1000,- for å trekke seg fra en øvelse uten overdommers godkjenning. (jfr. GE 22D og GE 36 A/B), og for uriktig påmelding (jfr. GE 22A pkt. 5 og GE 32), og for påmelding av deltakere som ikke har løst startlisens (jfr. GE 1B og L15).

Åpningsseremoni:

Åpningsseremoni blir i forbindelse med finalestart torsdag kl. 17.00 -17.30.

Dopingkontroller:

Utøverne må være forberedt på at det kan bli foretatt dopingkontroller i løpet av mesterskapet.

Premiering:

NSF's medaljer til de tre beste svømmerne i hver øvelse, individuelt og lagsvømming.

Alle individuelle finalister premieres.

Gavepremier til de 20 beste etter NSF's poengtabell for individuelle finaler og direkte finaler.

Gavepremier til de 5 beste funksjonshemmede svømmerne for individuelle finaler og direkte finaler.

Stevnekontor:

Stevnekontoret vil være åpent fra onsdag 25. mars kl. 16.00 til 20.00.

Øvrige dager vil kontoret være åpent fra kl. 07.00 til 1 time etter at finalene er avsluttet.

Klubbene melder seg for registrering ved første ankomst til svømmehallen.

Lagledermøtet:

Avholdes i nedre vestibyle onsdag 25. mars kl. 17.00.

Innsvømming:

Onsdag	kl. 16.00 – 20.00	
Torsdag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 15.00 – 16.40
Fredag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 15.00 – 16.45
Lørdag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 15.00 – 16.45
Søndag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 14.00 – 15.45

Stevnestart

	Forsøk	Finale
Torsdag	09.00	17.30 (åpningsseremoni kl. 17.00-17.30)
Fredag	09.00	17.00
Lørdag	09.00	17.00
Søndag	09.00	16.00

Det er anledning til en times utsvømming etter forsøkene og finalene.

Innsvømming før finalene er forbeholdt finalistene.

Kvalifikasjonskrav:

Kvalifikasjonsperioden er fra 13. mars 2008 til 12. mars 2009 (12 måneder).

Det er ikke kvalifikasjonskrav på stafetter.

Stafetter:

Øvelsene 4x100m fri, 4x200m fri og 4x100m medley arrangeres som direkte finaler, dvs at de seks lagene med best påmeldingstid svømmer i finaleseksjonene. Øvrige lag svømmer i forsøkene.

Det benyttes ikke omregning fra langbanetider. Kvalifiseringstider fra langbane og kortbane sorteres uavhengig av hvor de er oppnådd.

Funksjonshemmede:

Funksjonshemmede konkurrerer etter australsk modell, hvor rangeringen skjer på bakgrunn av oppnådd tid i forhold til verdensrekorden på langbane i den enkelte klasse.

Øvelser for funksjonshemmede er merket med *. Det er egne kvalifikasjonskrav for funksjonshemmede som utgjør 150 % av verdensrekord langbane pr.01.01.09.

Tidene dette representerer vil kun publiseres på www.svomming.no.

Det svømmes forsøk og finaler på 50 m. Direkte finaler i finalesekvensen dersom det ikke er flere enn 6 deltakere. Øvrige øvelser svømmes som finaler i forsøkssekvensene. Alle deltakere må være klassifisert.

Øvelsesutvalg: Øvelser for funksjonshemmede er merket med *.

Dag 1 Torsdag

Øvelsenr	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

Dag 2 Fredag

Øvelsenr	Øvelse	Kjønn
13	4 x 50 medley	Herrer
14	800m fri	Damer
15	400 fri *	Herrer
16	50 bryst *	Damer
17	50 rygg *	Herrer
18	200 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

Dag 3 Lørdag

Øvelsenr	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

Dag 4 Søndag

Øvelsenr	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

Krav til Senior NM kort- og langbane 2009

Kort/Lang Distanse	Damer / Jenter		Herrer / Gutter	
	Kort Tid	Lang Tid	Kort Tid	Lang Tid
50m fri	27,87	28,74	24,52	25,53
100m fri	1.00,29	1.01,95	53,89	55,63
200m fri	2.10,82	2.14,35	1.58,97	2.03,03
400m fri	4.36,01	4.44,79	4.12,09	4.20,57
800m fri	9.38,26	9.47,37	8.48,01	9.02,11
1500m fri	18.43,39	18.59,96	17.17,40	17.45,83
50m rygg	32,34	33,76	28,67	30,38
100m rygg	1.09,63	1.12,24	1.01,84	1.06,04
200m rygg	2.29,65	2.33,33	2.17,35	2.23,49
50m bryst	35,32	36,10	31,11	31,96
100m bryst	1.16,24	1.18,09	1.08,49	1.11,72
200m bryst	2.45,97	2.49,63	2.32,35	2.37,24
50m butterfly	30,32	30,73	26,39	27,32
100m butterfly	1.07,61	1.08,26	59,55	1.01,64
200m butterfly	2.33,44	2.38,44	2.21,87	2.25,87
100m medley	1.09,34		1.01,89	
200m medley	2.28,41	2.33,46	2.15,05	2.21,58
400m medley	5.22,25	5.27,94	4.52,50	5.06,96