



Landsdel Årsklassemønstring (Landsdel ÅMØ) 2011

Lambertseter Bad, Oslo
11.-13.februar



Som teknisk arrangør har Lambertseter Svømmeklubb, på vegne av Norges Svømmeforbund, gleden av å invitere til Landsdel Årsklassemønstring 2011 i landsdel Øst.

Årsklassemønstringen arrangeres etter NSF's lover og regler.

Åpning

Fredag 11. februar 2011 kl 16.00

Deltagelse

De 24 guttene og 24 jentene med høyest sammenlagt poengsum i årsklassene 13-15 år samt at det er åpent i 11- og 12-årsklassen. Dette betyr at alle 11- og 12-åringene som har gyldig tid i alle 5 øvelser har rett til å delta. Vi poengterer at trenerne i klubbene har et ansvar for å nøye vurdere om det er riktig for 11-12 åringene å delta eller ikke.

Øvelsesutvalg

Alle deltakere må svømme 5 individuelle øvelser (fri, rygg, bryst, butterfly, medley)

Årsklassemønstringen arrangeres for gutter og jenter 11-15 år (2000-1996).

Gutter / Jenter 11 år: 400m fri, 100m rygg, 100m bryst,
50m butterfly, 200m medley

Gutter / Jenter 12-15 år: 400m fri, 200m rygg, 200m bryst,
100m butterfly, 200m medley

NB: Det svømmes IKKE stafetter.

Se øvelsesoppsettet på siste side i innbydelsen!

Påmeldingsperiode til Landsdel Årsklassemønstring 2011

Resultater oppnådd i approberte stevner i perioden **27.01.2010 – 26.01.2011** gjelder for påmeldingsperioden til Landsdel ÅMØ. Utøverne rangeres etter sammenlagt poengsum for de 4 beste av de 5 øvelsene som inngår, og utøverne må ha gyldige tider på alle 5 øvelsene for å kunne delta.

Den sammenlagte poengsummen utregnes ved å summere poengsummene omregnet fra oppnådde tider i **4 av 5 øvelser** i øvelsesutvalget. (Se tabellen nedenfor!)

Tidene som poengsummene beregnes fra, må være gyldige, d.v.s. oppnådd i løpet av kvalifiseringsperioden. Ved lik poengsum ved kvalifisering i 13-15 års klassen blir den med høyest poengsum på 200IM rangert først. Er det også lik poengsum på 200m IM blir begge rangert likt. I heatoppsettet vil bestetid uavhengig av bassenglengde bli benyttet. Etteranmelding er ikke tillatt.

Påmelding

Påmeldingsfrist er **26.01.2011 kl. 24.00.**

Lagleders mobilnummer bes legges ved påmelding.

Påmelding sendes til Norges Svømmeforbund:

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

Strykninger meddeles også til:

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

Alle påmeldinger blir bekreftet, og påmeldingen kan ikke regnes som godkjent før bekræftelsen er mottatt. Er det usikkerhet om påmeldingen er kommet frem er mobil 9097 3709 åpen fram til kl. 24.00 den 26. januar 2011.

Det er ikke anledning til å endre tider etter påmeldingsfristen. Rangeringslister kan følges på <http://www.medley.no/index.aspx?page=aamlandsdel>

Deltakeroversikt blir IKKE sendt ut men blir publisert på www.svomming.no kort tid etter påmeldingsfristen.

Det er påmeldingstiden som danner grunnlaget for heatoppsettet i alle øvelser.

Sammenlagtresultat for hver årsklasse

Alle utøvere **MÅ** svømme alle 5 øvelser for årsklassen, og de 4 beste øvelsene teller med i den sammenlagte poengsummen for hver utøver. I resultatlisten teller Brutt og Disk 0 poeng, mens ikke møtt fører til at utøveren ikke blir rangert.

Premiering

Deltagerpremie til alle i 11- og 12-års klassen

NSFs medalje 1-3 plass pr øvelse og årsklasse

Egnet premie 1-6 plass sammenlagt pr årsklasse

Kåring av årsklassevinnere i landsdels årsklassemønstring:

Den utøveren som oppnår høyest sammenlagt poengsum i hver årsklasse/kjønn, basert på de beste tidene fra **4 av 5 øvelser**¹, blir Landsdels Årsklassevinner.

Direkte kvalifisering til årsklassemesterskap i Ålesund 8.-10. april 2011

LÅMØ gjelder som direkte kvalifisering til ÅM (Årsklassemesterskap) for årsklassene 13-15 år.

Etter LÅMØ er avsluttet vil det bli laget en nasjonal rangeringsliste for alle 11 og 12 åringene.

De tre beste 11- og 12-åringene på landsbasis vil få tilsendt diplom fra NSF.

Deltakeravgift

Deltakeravgiften er kr. 375,- pr. svømmer.

Innbetales til:

Lambertseter Svømmeklubb

Postboks 26, Lambertseter, 1101 Oslo

Kontonr. **5005.66.79704**

Betalingsfrist: **04.02.2011**

Innbetalingen merkes med:

Landsdel ÅMØ 2011, klubbens navn og antall deltakere

Stevnekontor

Stevnekontoret i svømmehallen har åpent fra fredag kl 12.00 og under hele arrangementet.

Lagledermøte

Lagledermøtet avholdes fredag kl 14.30 i LSvK sine lokaler på Lambertseter Bad.

Kontaktpersoner

Spørsmål kan rettes til: Frank Pedersen på e-post frank@lsvk.no og mobil 4725 0327.

Overnattingstilbud/alternativer

Arrangør er ikke ansvarlig for overnatting for deltakende klubber men vi kan anbefale følgende hotell som de nærmeste alternativ:

[Rica Hotel Helsefyr](#): Tlf: +47 23 06 78 78 / rica.helsefyr.hotel@rica.no (12 minutter med T-bane)

Innsvømming og stevnestart

Dag	Innsvømming	Stevnestart
Torsdag		
Fredag	12.00-15.30	16.00
Lørdag	08.45-09.45	10.00
Lørdag	13.45-14.45	15.00
Søndag	08.45-09.45	10.00
Søndag	12.45-13.45	14.00

Øvelsesoppsett Landsdel Årsklassemønstring 2011

Øvelse jenter	Fredag kl 16.00		Øvelse gutter
1	400 m fri	klasse født 2000	2
3	400 m fri	klasse født 1999	4
5	400 m fri	klasse født 1998	6
7	400 m fri	klasse født 1997	8
9	400 m fri	klasse født 1996	10
Lørdag kl 10.00			
11	100 m rygg	klasse født 2000	12
13	200 m rygg	klasse født 1999	14
15	200 m rygg	klasse født 1998	16
17	200 m rygg	klasse født 1997	18
19	200 m rygg	klasse født 1996	20
Lørdag kl 15.00			
21	100 m bryst	klasse født 2000	22
23	200 m bryst	klasse født 1999	24
25	200 m bryst	klasse født 1998	26
27	200 m bryst	klasse født 1997	28
29	200 m bryst	klasse født 1996	30
Søndag kl 10.00			
31	50 m butterfly	klasse født 2000	32
33	100 m butterfly	klasse født 1999	34
35	100 m butterfly	klasse født 1998	36
37	100 m butterfly	klasse født 1997	38
39	100 m butterfly	klasse født 1996	40
Søndag kl 14.00			
41	200 m medley	klasse født 2000	42
43	200 m medley	klasse født 1999	44
45	200 m medley	klasse født 1998	46
47	200 m medley	klasse født 1997	48
49	200 m medley	klasse født 1996	50

Alle ønskes hjertelig velkommen til en stormfull opplevelse i Lambertseter Bad!