



Landsdel Årsklassemønstring Landsdel Øst 2017

Lambertseter, Oslo

10-12. februar 2017



Som teknisk arrangør har Lambertseter Svømmeklubb, på vegne av Norges Svømmeforbund, gleden av å invitere til Landsdel Årsklassemønstring (LÅMØ) 2017 i landsdel Øst

Årsklassemønstringen arrangeres etter NSF's lover og regler.

Åpning

Fredag 10. februar 2017 kl. 13.40, stevnestart kl.14.00.

Deltagelse

De 24 guttene og 24 jentene med høyest sammenlagt poengsum (FINA-2015) i årsklassene 13-16 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.

Øvelsesutvalg

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

Årsklassemønstringen arrangeres for gutter og jenter 11-16 år (2006 - 2001).

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

Gutter / Jenter 12-16 år: 400m fri, 200m rygg, 200m bryst,
100m butterfly, 200m medley

Påmeldingsperiode til Landsdel Årsklassemønstring 2016

Resultater oppnådd i approberte stevner i perioden 26. januar 2016 til 25. januar 2017 gjelder for påmeldingsperioden til LÅMØ. 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. Poengtype FINA-2015 benyttes til kvalifisering.

Tidene som poengsummene beregnes fra, må være gyldige, d.v.s. oppnådd i løpet av kvalifiseringsperioden. Ved lik poengsum ved kvalifisering i 13-16 års klassene blir den med høyest poengsum på 200IM rangert først. Er det også lik poengsum på 200m IM blir begge rangert likt. Det er tiden som gir høyest poeng som benyttes i rangeringen inn til stevnet, men i heatoppsettet blir bestetid uavhengig av bassenglengde benyttet.

Ved forfall i klassene 13-16 år vil tilbud om plassen gå til svømmerne som er rangert som nr 25 og nedover, i rangeringsrekkefølge. Er det færre enn 24 med i klassen er det tillatt med etteranmelding inntil lagledermøtet første dag er avsluttet. Er det 24 eller flere med vil etteranmeldinger bli rangert sist på rangeringslisten, rangert etter tidspunktet etteranmeldingen blir meddelt arrangør.

I klassene 11 og 12 år er det tillatt med etteranmelding inntil lagledermøtet første dag er avsluttet. Tider må være oppnådd i kvalifiseringsperioden.

Det kreves dobbel startkontingent for etteranmeldinger.

Påmelding

Påmeldingsfrist er **25. januar 2017 kl. 24.00.**

Lagleders mobilnummer legges ved påmeldingen.

Påmelding sendes til Norges Svømmeforbund:

John Erlend Christiansen - jech@medley.no - 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.

Tider til rangering og til heatoppsett hentes automatisk fra medley.no.

Sjekk derfor i god tid før påmeldingsfristen at alle tider for klubbens svømmere er registrert på medley.no.

Strykninger meddeles til tidtakersjef:

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

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 25. januar 2017.

Rangeringslister og hvem som er påmeldt kan følges på:

<http://www.medley.no/?page=aamlandsdel>

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

Resultater sammenlagt

Det kåres landsdelsmester i hver av de 6 årsklassene, og for hvert kjønn.

Alle utøvere **MÅ** svømme alle 5 øvelser for årsklassen, og de 4 beste øvelsene teller med i den sammenlagte poengsummen for hver utøver. Den med høyest poengsum blir landsdelsmester. I resultatlisten teller **Brutt** og **Disk** 0 poeng, mens **ikke møtt** fører til at utøveren ikke blir rangert. Poengtype FINA-2016 benyttes for beregning av sammenlagtresultater.

Premiering

Deltagerpremie til alle i 11- og 12-års klassene

NSFs medalje 1-3 plass pr øvelse i alle årsklasser

Premie 1-6 plass sammenlagt pr årsklasse i alle klasser

Premieutdeling er som på mesterskap, etter hver øvelse.

Direkte kvalifisering til årsklassemesterskap i Levanger 2017

LÅMØ gjelder som direkte kvalifisering til ÅM (Årsklassemesterskap) for årsklassene 13-16 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. 500,- pr. svømmer.

Deltakeravgiften faktureres i etterkant.

Stevnekontor

Stevnekontoret i svømmehallen har åpent fredag fra kl. 11.00 og under hele arrangementet.

Lagledermøte

Lagledermøtet avholdes fredag 10. februar kl. 12.00 i skolens Auditoriet

Kontaktpersoner

- Stevneleder: Henriette Nedregård, tlf: 41310094, mail: henriette@lsvk.no
- Teknisk leder: Kari Kvalberg, tlf. 99247887, mail: styreleder@lsvk.no
- Stevnekontor: Inger-Mari Ouren, tlf: 95080890, mail: imtouren@gmail.com
- Pressekontakt: Frank Pedersen, tlf: 47250327, mail: frank@lsvk.no

Innsvømming og stevnestart

Dag	Innsvømming	Stevnestart
Torsdag	Må evt avtales med stevneleder	
Fredag	12.00-13.30	14.00
Lørdag	07.45-08.45	09.00
Lørdag	13.45-14.45	15.00
Søndag	07.45-08.45	09.00
Søndag	12.45-13.45	14.00

Øvelsesoppsett Landsdel Årsklassemønstring 2016

Øvelse jenter	Fredag kl. 14.00		Øvelse gutter
1	50 m butterfly	klasse født 2006	2
3	100 m butterfly	klasse født 2005	4
5	400 m fri	klasse født 2004	6
7	400 m fri	klasse født 2003	8
9	400 m fri	klasse født 2002	10
11	400 m fri	klasse født 2001	12
Lørdag kl. 09.00			
13	400 m fri	klasse født 2006	14
15	400 m fri	klasse født 2005	16
17	100 m butterfly	klasse født 2004	18
19	100 m butterfly	klasse født 2003	20
21	100 m butterfly	klasse født 2002	22
23	100 m butterfly	klasse født 2001	24
Lørdag kl. 15.00			
25	100 m bryst	klasse født 2006	26
27	200 m bryst	klasse født 2005	28
29	200 m bryst	klasse født 2004	30
31	200 m bryst	klasse født 2003	32
33	200 m bryst	klasse født 2002	34
35	200 m bryst	klasse født 2001	36
Søndag kl. 09.00			
37	100 m rygg	klasse født 2006	38
39	200 m rygg	klasse født 2005	40
41	200 m rygg	klasse født 2004	42
43	200 m rygg	klasse født 2003	44
45	200 m rygg	klasse født 2002	46
47	200 m rygg	klasse født 2001	48
Søndag kl 14.00			
49	200 m medley	klasse født 2006	50
51	200 m medley	klasse født 2005	52
53	200 m medley	klasse født 2004	54
55	200 m medley	klasse født 2003	56
57	200 m medley	klasse født 2002	58
59	200 m medley	klasse født 2001	60

INFO FRA ARRANGØR

- Gymsalen på skolen kan brukes til hviling og oppvarming (ev eget klasserom til hviling)

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	145 kr
Overnatting på skole fredag til lørdag	125 kr
Frokost lørdag	50 kr
Varm lunsj lørdag	125 kr
Middag lørdag	145 kr
Overnatting på skole lørdag til søndag	125 kr
Frokost søndag	50 kr
Varm lunsj søndag	125 kr

2. Scandic Helsefyr hotell: Strømsveien 108, 0663 Oslo (lett tilgjengelig med T-bane)
Enkeltrom: 635,-
Dobbelrom: 415,- per person
Trippelrom 1050,-
Prisene er pr. rom, pr. Natt ink. Frokost og moms.
Bestilling sendes til helsefyr@scandichotels.com

Alle ønskes hjertelig velkommen til en god svømmeopplevelse til årets LÅMØ

Velkommen til Lambertseter og Lambertseterbad!

BESTILLING AV OVERNATTING OG MAT LÅMØ Øst 2017.

Vi kan tilby en samlet pakke som innebærer full pensjon med fredag middag, lørdag 3 måltider, søndag 2 måltider + 2 overnattinger på skole fra fredag til søndag for kr. 850,- pr. deltager. For de som ikke ønsker hele pakken, er det mulig å bestille bare overnatting eller enkelte måltider.



Overnatting og bespisning er på skolen rett ved siden av svømmehallen. Madrass må medbringes av den enkelte.

	Enhetspris	Antall	Å betale
Samlet pakke	850 kr		
Eller			
Middag fredag	145 kr		
Overnatting på skole fredag til lørdag	125 kr		
Frokost lørdag	50 kr		
Varm lunsj lørdag	125 kr		
Middag lørdag	145 kr		
Overnatting på skole lørdag til søndag	125 kr		
Frokost søndag	50 kr		
Varm lunsj søndag	125 kr		
Totalt å betale			

Overnatting og mat sendes sammen med påmeldingen **innen 3feb.**

KLUBBENS NAVN:

Kontaktperson:

Telefon:

Bestilling av overnatting og mat sendes til:

Overnatting og mat faktureres i etterkant sammen med startkontingenten.