



# Norgesmesterskap svømming – langbane 2017

for junior, senior og funksjonshemmede

Trondheim  
lørdag 8. – tirsdag 11. juli 2017



**På vegne av Norges Svømmeforbund, har Trondhjems Svømme og Livredningsklub og NTNUI som teknisk arrangør, gleden av å invitere til Norgesmesterskap i svømming langbane 2017 for senior, junior og funksjonshemmede.**

**Sted: Pirbadet i Trondheim**

**Tid: Lørdag 8. juli til tirsdag 11. juli**

**BASSENG:**

Bassenget er 50m og har 8 baner med bølgedempende baneskiller.  
Vanntemperatur: 26°C.

**PÅMELDING/ETTERANMELDING:**

Påmelding skjer elektronisk via e-post. Alle svømmere som deltar i Norgesmesterskapet, **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 kontakt oss på mobilnr. 9097 3709 innen 27. juni 2017 kl. 24.00.

**Etteranmeldelse**

Etteranmeldelse kan godkjennes inntil lagledermøte er avsluttet kvelden før første konkurransedag, fredag 7. juli kl. 18.00.  
Startkontingent ved slik etteranmeldelse settes til kr 1000,- pr. øvelse jfr. GE 34B.

**Etteranmeldelse av lagsvømmere.**

Deltagere som kun skal delta på lagsvømming må være oppgitt i påmeldingen innen påmeldingsfristen. Etteranmeldelse av lagsvømmere tillattes inntil lagledermøte er avsluttet kvelden før første konkurransedag, fredag 7. juli. kl.18.00. Gebyr ved slik etteranmeldelse settes til kr 1000,- pr svømmer jfr. GE34B.

**Innlevering av lagoppsett**

Den endelige rekkefølgen på de som skal stille på et stafettlag leveres på skjema innen en time før stevneøktens start hvor den aktuelle stafettøvelsen blir avholdt jfr. GE 24B og GE34C. Skjema for lagoppsett med navneliste over innmeldte stafettsvømmere blir utlevert på stevnekontoret fredag 7. juli 2017. Det vil også være mulig å levere lagoppsett elektronisk. Passord for innlogging blir utlevert på stevnekontoret.  
For sent innlevert lagoppsett medfører gebyr på kr 500,-

**Påmeldingsfrist 27. juni kl. 24.00**

Lagleders mobiltelefonnummer må følge påmeldingen.

***Påmelding sendes til:***

John Erlend Christiansen

E-post: [jech@medley.no](mailto:jech@medley.no)

Mobiltilf: 9097 3709

Rangeringslister legges ut på [www.livetiming.no](http://www.livetiming.no) kort tid etter påmeldingsfristen.

## KONTAKTPERSONER

- Stevneleder: Martin Gundersen [martin.gundersen\\_93@me.com](mailto:martin.gundersen_93@me.com) 99430475
- Teknisk leder: Rune Larsen [Rune.larsen@tslk.no](mailto:Rune.larsen@tslk.no) 95027357
- Stevnekontor: Kristin Strøm Lund [kristinstromlund@gmail.com](mailto:kristinstromlund@gmail.com) 90691854
- Pressekontakt: Kristin Espolin Johnson [kristinespolinj@gmail.com](mailto:kristinespolinj@gmail.com) 97475271
- Påmelding: John Erlend Christiansen [jech@medley.no](mailto:jech@medley.no) 90973709

## STARTKONTINGENT:

Individuell: kr. 100,- pr. øvelse

Lag: kr. 200,- pr. øvelse

*Startkontingent betales samtidig med påmeldingen, senest 27. juni 2017 til:*  
Bankkonto: 4212.24.29800 Merk: NM Langbane 2017

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

## STARTBETINGELSER:

Ref. GE 1, GE 18a7, 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.

## TILBAKETREKKING:

Det er tillatt å trekke en påmelding tilbake innen 1 time før stevnets start konkurransedagen. Til finaler er det mulig å trekke seg inntil 30 minutter etter avslutning av forsøkets siste øvelse.

Tilbaketrekkingen skal være skriftlig, eller leveres elektronisk. 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).

## PRESISERING AV REGEL VED START (SV4A):

«Starten i fri, bryst- og butterflysvømming og individuell medley skal foregå ved stup.»

Svømmeren har altså bare gjennomført start når denne har stupe i vannet. Denne regelen vil bli praktisert slik som den står i regelverket. Dersom en svømmer velger å avbryte starten ved å ikke stupe, men gå ned fra startblokken, vil svømmeren bli ilagt et straffegebyr som beskrevet over.

### ÅPNINGSSEREMONI:

Åpningsseremoni blir i forbindelse med finalestart lørdag 8 juli kl. 16.40.

### DOPINGKONTROLLER:

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

### PREMIERING:

- NSF's medaljer til de tre beste i hver øvelse pr klasse. All premiering skjer under finaleøkten.
- Gavepremier til de 20 beste for resultatene i individuelle seniorfinaler og direkte finaler etter FINA 2016 poengtabell.
- Gavepremier til de 20 beste junior for individuelle resultater på formiddagen og direkte finaler etter FINA 2016 poengtabell
- Gavepremier til de 5 beste funksjonshemmede svømmerne for resultatene i individuelle finaler og direkte finaler etter australsk modell.
- Kongepokal til beste dame og herresvømmer for enkeltresultat i individuelle seniorfinaler og direkte finaler etter FINA 2016 poengtabell.

Ved lik poengsum rangeres utøverne etter nest beste resultat.

### STEVNEKONTOR:

Stevnekontoret i Pirbadet er åpent fra fredag 7. juli kl. 16:00 og det er betjent fra innsvømmingstart til 30 min. etter at finalene er avsluttet.

Klubbene melder seg for registrering ved første ankomst til stevnekontoret.

### LAGLEDERMØTE:

Sted: Pirbadet

Tid: Fredag 7. juli kl. 19.00

### INNSVØMMING:

Fredag	kl. 17.00 – 19.00	
Lørdag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 15.00 – 16.30
Søndag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 15.00 – 16.45
Mandag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 15.00 – 16.45
Tirsdag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 14.00 – 15.45

**Forsøkene starter kl 09.00 - finalene starter kl 17.00, bortsett fra tirsdagen da finalen starter kl 16.00.**

Det gis anledning til en times utsvømming etter forsøk og finaler.  
Innsvømming foran finalene er forbeholdt finalistene.

#### **GENERELT:**

NM junior vil bli gjennomført med direkte finale på formiddagen. Siste heat 400m IM, 800m og 1500m fri går på kvelden.

Alle stafetter for junior går på formiddagen, og alle for senior på ettermiddagen.

#### **FUNKSJONSHEMMEDE:**

For NM krav funksjonshemmede vises det til:

<http://svomming.no/svomming/svomming-forside/kval-krav/>

Øvelser for funksjonshemmede er merket med \*.

Det er kun seniorklasse for funksjonshemmede.

Det svømmes forsøk og finaler på 50m. Direkte finaler i finalesekvensen dersom det ikke er påmeldt mer enn ett heat. Resterende øvelser svømmes som direkte finaler i forsøkssekvensen.

Funksjonshemmede konkurrerer etter "Australisk Modell", hvor rangeringen skjer på bakgrunn av oppnådd tid i forhold til verdensrekord 1. januar på langbane i den enkelte klasse.

## KVALIFIKASJONSKRAV:

Kvalifikasjonsperioden er fra **28. juni 2016 til 27. juni 2017.**

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

### **OBS: Det er kvalifiseringskrav på stafetter.**

VIKTIG - klubber med stafettlag les dette:

Klubben må ved innmelding av stafettlag melde inn 4 svømmere som skal delta på mesterskapet enten individuelt eller på stafett. Disse fire svømmerne må individuelt ha oppnådd gyldig tid på sin stafettetappe innenfor kvalperioden. Summert må disse tidene være innenfor kvalifikasjonskravene for den aktuelle stafettøvelsen. De 4 svømmerne som blir meldt inn på stafettlaget må være påmeldt til NM enten som individuell eller stafettdeltager, men det er ikke nødvendigvis disse som må stille i den aktuelle øvelsen.

Svømmere og rekkefølge på stafettlaget leveres på skjema for lagoppsett senest en time før stevnestart som tidligere.

Hvis klubben skal stille med 2 lag i en stafettøvelse må det meldes inn 4 svømmere til, som sammenlagt med sine individuelle tider går under kvalifikasjonskravet til aktuell øvelse. På samme måte melder man inn 4 og 4 svømmere for hvert ekstra stafettlag man skal ha med i en stafettøvelse.

Det presiseres at stafettsvømmere ikke nødvendigvis må ha oppnådd krav til individuelle øvelser på stevnet, men stafettsvømmernes individuelle tider må sammenlagt klare kravet som er satt opp på de enkelte lagøvelsene.

For å kalkulere påmeldingstid til stafetter og dokumentere disse går man til følgende side på medley.no: [www.medley.no/stafett](http://www.medley.no/stafett)

På denne siden kan man enten la programmet kalkulere klubbens beste tid på de enkelte stafettøvelser hvor utøvere velges automatisk, eller man kan komponere lagene selv og la medley.no gjøre regnejobben.

Påmeldingstid til de enkelte stafettøvelsene kan ikke oppgis bedre enn det som er svømmernes individuelle tider sammenlagt.

I kalkuleringsfunksjonen for stafett på medley.no kan man laste ned kalkuleringen i pdf-format. Denne legges ved påmelding til NM for hver stafettøvelse klubben skal delta på som dokumentasjon på kalkulerte påmeldingstider.

### Øvelsesutvalg:

Øvelse	Dag 1	Kjønn
Nr.	Øvelse	
1.	**400m individuell medley	Damer
2.	400m fri*	Herrer
3.	100m bryst*	Damer
4.	100m butterfly*	Herrer
5.	200m fri*	Damer
6.	200m individuell medley*	Herrer
7.	50m rygg*	Damer
8.	50m bryst*	Herrer
9.	**4 x 100m fri	Damer
10.	**4 x 200m fri	Herrer

Øvelse	Dag 2	Kjønn
Nr.	Øvelse	
11.	200m rygg	Herrer
12.	50m fri*	Damer
13.	100m fri*	Herrer
14.	200m butterfly	Damer
15.	200m bryst	Herrer
16.	100m rygg*	Damer
17.	50m butterfly*	Herrer
18.	**800m fri	Damer
19.	**1500m fri	Herrer
20.	**4 x 100m lag medley	Damer

Øvelse	Dag 3	Kjønn
Nr.	Øvelse	
21.	**400m individuell medley	Herrer
22.	400m fri*	Damer
23.	100m bryst*	Herrer
24.	100m butterfly*	Damer
25.	200m fri*	Herrer
26.	200m individuell medley*	Damer
27.	50m rygg*	Herrer
28.	50m bryst*	Damer
29.	**4 x 100m fri	Herrer
30.	**4 x 200m fri	Damer

Øvelse	Dag 4	Kjønn
Nr.	Øvelse	
31.	200m rygg	Damer
32.	50m fri*	Herrer
33.	100m fri*	Damer
34.	200m butterfly	Herrer
35.	200m bryst	Damer
36.	100m rygg*	Herrer
37.	50m butterfly*	Damer
38.	**800m fri	Herrer
39.	**1500m fri	Damer
40.	**4 x 100m lag medley	Herrer

## Kvalifikasjonskrav

Kort/Lang Distanse	Jr NM kort 2016 og lang 2017				Sr NM kort og lang 2017			
	Damer / Jenter		Herrer / Gutter		Damer / Jenter		Herrer / Gutter	
	Kort	Lang	Kort	Lang	Kort	Lang	Kort	Lang
	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid
50m fri	27,58	28,47	24,54	25,52	27,52	28,20	24,13	25,16
100m fri	59,65	1.01,90	53,47	55,52	59,45	1.01,07	53,16	54,49
200m fri	2.09,95	2.12,87	1.57,88	2.01,59	2.08,98	2.11,66	1.57,18	2.00,15
400m fri	4.34,95	4.40,10	4.09,30	4.15,96	4.30,46	4.38,29	4.09,30	4.15,96
800m fri	9.20,66	9.29,99	8.36,10	8.45,75	9.20,66	9.29,99	8.36,10	8.45,75
1500m fri	18.09,24	18.28,77	16.36,91	16.56,50	18.09,24	18.28,77	16.36,91	16.56,50
50m rygg	31,56	32,82	28,28	29,60	31,35	32,73	28,28	29,60
100m rygg	1.07,81	1.10,77	1.01,84	1.03,79	1.07,50	1.09,69	1.00,79	1.03,24
200m rygg	2.26,13	2.30,55	2.13,80	2.18,24	2.25,21	2.29,88	2.13,80	2.18,24
50m bryst	34,96	36,16	31,42	32,53	34,49	35,47	31,11	31,78
100m bryst	1.14,99	1.17,80	1.08,60	1.11,24	1.14,99	1.17,80	1.07,68	1.10,49
200m bryst	2.43,22	2.49,40	2.29,90	2.34,64	2.43,22	2.49,40	2.29,90	2.34,64
50m butterfly	29,59	30,50	26,52	27,49	29,56	30,01	26,30	26,87
100m butterfly	1.07,08	1.09,11	59,59	1.02,94	1.06,40	1.08,26	58,55	1.00,18
200m butterfly	2.32,11	2.38,96	2.17,81	2.22,10	2.32,11	2.36,07	2.16,78	2.22,08
200m medley	2.27,52	2.32,97	2.12,76	2.19,11	2.26,76	2.31,28	2.12,76	2.19,11
400m medley	5.14,87	5.24,79	4.47,34	4.55,66	5.14,87	5.24,79	4.47,34	4.55,66
4x100 fri	4.07,91	4.07,91	3.40,06	3.40,06	4.07,91	4.07,91	3.40,06	3.40,06
4x200 fri	8.54,65	8.54,65	8.09,48	8.09,48	8.54,65	8.54,65	8.09,48	8.09,48
4x100 medley	4.36,47	4.36,47	4.09,18	4.09,18	4.36,47	4.36,47	4.09,18	4.09,18

**Velkommen til Trondheim og Pirbadet!**





## Hotelltilbud

All booking av hotell til rabatterte priser må skje gjennom vår økonomiansvarlig, Heidi Skog. Send henne en epost på [heidiskog@hotmail.com](mailto:heidiskog@hotmail.com). Vi har et begrenset antall rom til tilbudspris og førstemann til mølla vil derfor gjelde.

### CLARION HOTEL & CONGRESS

Vil du bo rett ved siden av Pirbadet til rabatterte priser? Clarion Hotel & Congress har følgende tilbud:

**Enkeltrom:** 1040 kr

**Dobbelrom:** 1190 kr

**Trippelrom:** 1440 kr – FULLBOOKET

**Familie (4 pers):** 1740 kr – FULLBOOKET

Priser er gitt per natt og inkluderer frokostbuffet.

Clarion tilbyr idrettsbuffet med all you can eat:

**Lunsj:** 200 kr

**Middag:** 260 kr

Booking av buffet og rom må skje innen 01.06.17

For mer info om Clarion Hotel & Congress, klikk deg inn på

<https://www.nordicchoicehotels.no/clarion/clarion-hotel-trondheim/>

### THON HOTEL GILDEVANGEN

Om du ønsker å bo nærmere sentrum, foreslår vi Thon Hotel Gildevangen med kun 10-15 min gange til Pirbadet. Thon Hotel Gildevangen tilbyr følgende priser:

**Enkeltrom og dobbelrom:** 845 kr

**3 sengersrom:** 1145 kr

**4 sengersrom:** 1395 kr

Priser er gitt per natt og frokost er inkludert

For mer info om Thon Hotel Gildevangen, klikk deg inn på

<https://www.thonhotels.no/hoteller/norge/trondheim/thon-hotel-gildevangen/>

Matpakke kr 50 kr per person som smøres selv ved frokost.

Booking må skje innen 01.06.17.