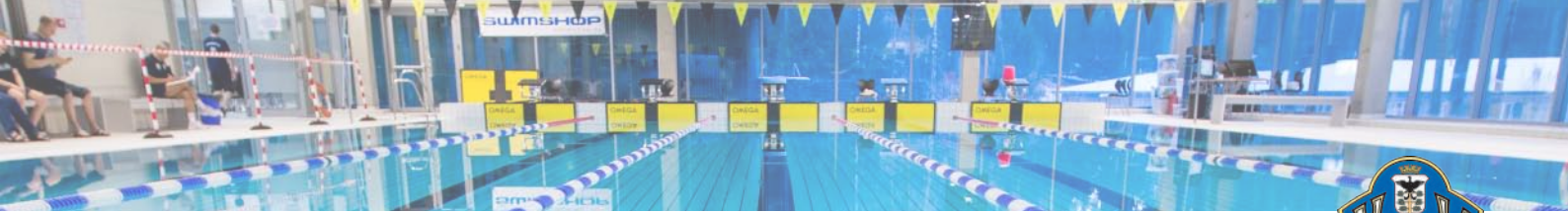

MJØSSVØM

2017



Norges
mest
tradisjonsrike
svømmestevne!





MJØSSVØM 2017

Med NSF's godkjennelse innbyr Hamar IL til Mjøssvøm
den 9 – 11 juni 2017.

Stevnet er for svømmere født 2006 eller tidligere
Stevnet arrangeres i henhold til Norges Svømmeforbunds lover og regler.
Alle øvelser blir avholdt med 10 baner på langbane.
Vanntemperatur 26 grader og saltinnhold 0,9%.

Det er mulig og varme opp og svømme ned parallelt med stevnet i anleggets 25m basseng.

Klasser: Senior, en klasse for hver av årsklassene mellom 1998 og 2006,
Funksjonshemmede (S1 til S15),
Masters. 4*50m LM mix og 4*50m fri mix har en åpen klasse

Øvelsesprogrammet:

Fredag 9. juni kl 16.00	Lørdag 10. juni kl 09.00	Søndag 11. juni kl 09.00
1. 200m IM, gutter	10. 400m fri, gutter	22. 400m fri, jenter
2. 200m IM, jenter	11. 200m fri, jenter	23. 200m fri, gutter
3. 50m fri, gutter	12. 100m rygg, gutter	24. 50m b.fly, jenter
4. 50m fri, jenter	13. 100m rygg, jenter	25. 50m b.fly, gutter
5. 50m rygg, gutter	14. 100m b.fly, gutter	26. 200m bryst, jenter
6. 50m rygg, jenter	15. 100m b.fly, jenter	27. 200m bryst, gutter
7. 100m bryst, gutter	16. 50m bryst, gutter	28. 200m b.fly, jenter
8. 100m bryst, jenter	17. 50m bryst, jenter	29. 200m b.fly, gutter
9. 4*50m LM, mixed (2 av hvert kjønn)	18. 100m fri, gutter	30. 200m rygg, jenter
	19. 100m fri, jenter	31. 200m rygg, gutter
	20. 400m IM, gutter	32. 4*50m fri, mixed (2 av hvert kjønn)
	21. 400m IM, jenter	

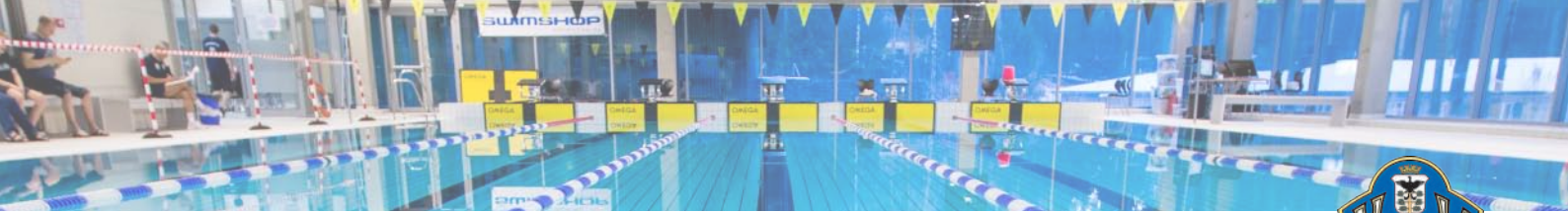
Finaler lørdag kl 18.00:

1. 100m b.fly, jenter (tre klasser)	7. 100m fri, jenter (tre klasser)
2. 100m b.fly, gutter (tre klasser)	8. 100m fri, gutter (tre klasser)
3. 100m bryst, jenter (tre klasser)	9. 200m IM, jenter (en klasse)
4. 100m bryst, gutter (tre klasser)	10. 200m IM, gutter (en klasse)
5. 100m rygg, jenter (tre klasser)	11. 4*50m LM, mixed (2 av hvert kjønn)
6. 100m rygg, gutter (tre klasser)	

Det er tre klasser i finalene, bortsett fra 200m IM og stafetten.

100m-øvelsene svømmes i disse 3 klassene: **00 og eldre** **2001-2003** **2004-2006**





MJØSSVØM 2017

Påmeldingsfrist: 25. mai 2017

Påmelding sendes til: jech@medley.no

Startkontingent:
Kr 100,- pr ind. start
Kr 200,- pr lagstart

Betales til bankkonto: 1800.14.06503
IBAN: NO92 1800 1406 503 (BIC/Swiftadresse: SHEDNO022)

Betalingsfrist 3 juni 2017

Påmelding

Det er ikke kvalifiseringskrav til Mjøssvøm, men påmeldingstiden skal være beste tid satt i kvalifiseringsperioden som er fra 26. mai 2016 til 25. mai 2017. Har man ikke oppnådd tid på distansen i løpet av kvalifiseringsperioden godtas stipulert tid eller tid satt utenfor kvalifiseringsperioden. Ved usikkerhet om bestetider og når disse er satt kan du sjekke dette på www.medley.no.

Det forbeholdes rett til heatbegrensning ved for stor deltagelse. Etteranmelding godtas hvis plass i heat mot dobbel startkontingent. Det forbeholdes også rett til forskyving av starttidspunkter ved behov.

Er du dommer og skal være med din klubb til Mjøssvøm? Da setter vi pris på om du kan tenke deg å stille som dommer på en økt eller flere. Ta kontakt med Gunilla Fredheim epost: gunillafredheim@gmail.com Tlf. 482 93 131

Premiering

-Individuell 1/3 premiering (gavekort):

- 1. plass: kr 100,-
- 2. plass: kr 75,-
- 3. plass: kr 50,-
- Øvrige: kr 25,-

-I finalene premieres 1, 2 og 3 plass (gavekort):

- 1. plass: kr 300,-
- 2. plass: kr 200,-
- 3. plass: kr 150,-

-Stafettene premieres for 1, 2 og 3 plass med pokaler.

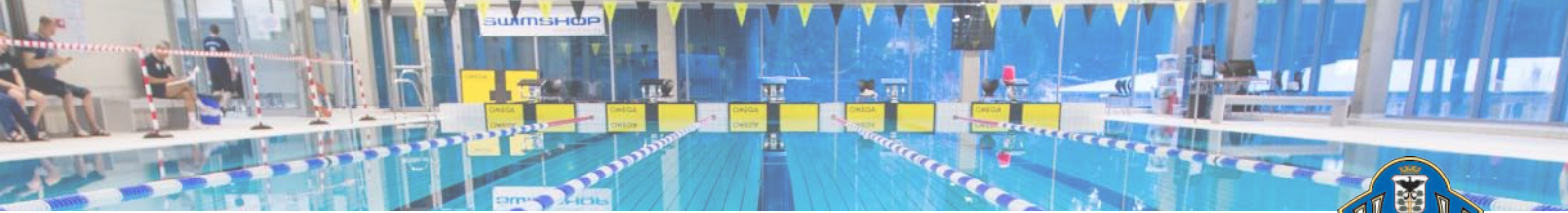
Vandrepremie til beste klubb

Tilfaller beste klubb etter skalaen 9-7-6-5-4-3-2-1 for hver øvelse og klasse. Stafettene teller dobbelt. Vandrepremien må vinnes 3 ganger før klubben får den til odel og eie.

Bestemannspremier

Det trekkes ut en gutteklasse og en jenteklasse for hver øvelsesdag for bestemannspremie. Klassene trekkes ut på lagledermøte fredag. Premiene deles ut på bakgrunn av beste enkeltprestasjon uansett øvelse etter poengtabellen FINA-2016. En klasse kan kun trekkes ut for en gang.

Det utdeles også bestemannspremie til beste funksjonshemmet, jente og gutt, på bakgrunn av beste enkeltresultat i hele stevnet i henhold til australsk modell.



MJØSSVØM 2017

Bespising Ankerskogen kafe

Hamar IL har inngått avtale med Kalas Catering AS som driver kafeen i Ankerskogen. Matbestilling fra kafeen bestilles ved påmelding. Meny og priser er som følger

Ankomst fredag kr. 55,-

Wraps med kylling eller

-Baguette med ost skinke

Ved bestilling spesifiseres det om det ønskes wraps eller baguette og antall av hver.

Frokost: kr. 60,-

Buffet med ferskt brød, utvalg pålegg, melk og juice samt frokostblanding. Frokosten serveres i Ankerskogen kafe fra 06:30 lørdag og søndag. Prisen er pr. person pr. dag.

Lunsj kr. 75,-

Stor salat-buffet "plukk selv" med grønt-retter, frukt, kylling, skinke, ost, reker, fisk, nystekt brød samt utvalg pålegg for de som ønsker brødmat.

Lunch serveres under pausen i stevnet

Middagsbuffet kr. 120,- pr person

Fredag: Tacobuffet med salat «plukk selv»

Lørdag: Dagens pasta med salat «plukk selv»

Fisk/vegetar til de som ønsker det ved forhåndsbestilling.

Serveringstider middag:

Fredag ca. 18:00 – 20:30

Lørdag ca. 15:30 – 18:00 (I pausen før finalene)

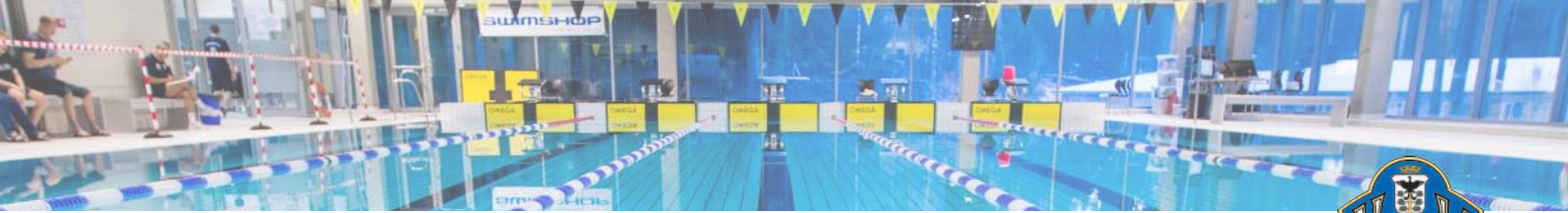


Pizzanini Hamar

Ønsker klubben å ta seg en tur ut i Hamar så har Pizzanini Hamar følgende tilbud for Mjøssvøm:

Pizzanini Hamar tilbyr stor pizza til kr 199,- og 20 % rabatt på lasagne, tagliatelle Rosina (kylling, bacon og pasta) samt alle hamburger retter.

Forhåndsbestilling bord: Pizzanini Hamar, tlf 62 52 49 65.



MJØSSVØM 2017

Overnatting

Hamar IL har inngått et samarbeid med Hamar kommune om lån av skoler til overnatting. Vi opererer etter først til mølla prinsippet, så bestill gjerne skoleovernatting så tidlig som mulig. Frokostservering for alle som bor på skoler skjer i kafeteriaen i Ankerskogen svømmehall. Skolene ligger fra 1.2 til 2 km fra svømmehallen.

Liggeunderlag må medbringes (ikke doble madrasser). Innsjekking på skolene fra fredag kl 16.00. Ved avreise skal klubbene rydde og tømme skolene før lunsj søndag. Pulter settes tilbake slik det var ved ankomst. Ved mangelfull rydding og/eller skader kan kostnadene bli belastet aktuell klubb.

Frokost serveres i Ankerskogen fra klokken 06:30.

Pris skoleovernatting er kr 150 pr. person pr. natt. Overnatting med frokost kr 210,-

Spørsmål om overnatting. Ta kontakt med Tomasz Koryl.
Epost: tomasz.koryl@hotmail.com Tlf: 477 52 332

Bestilling av skoleovernatting og mat fra Ankerskogen kafe må gjøres å forhånd og senest innen 25. mai 2017 til: jech@medley.no

Hotellovernatting:

Vi har for Mjøssvøm 2017 fått prisavtale med Scandic Olrud for enkeltrom, dobbeltrom og trippelrom for Mjøssvømmehelga.

Priser pr, natt inkl. frokost.

Enkeltrom:	790,-
Dobbeltrom:	990,-
Trippelrom:	1190,-

Ta direkte kontakt med Scandic Hotels ved Trine Nordstrand Larsen for booking.
Epost: TrineNordstrand.Larsen@scandichotels.com og telefon: 21 61 40 23.

Scandic



VELKOMMEN TIL MJØSSVØM 2017!



Tidspunkter:

Lagledermøte:	Fredag 9. juni kl 14.30		
Dommermøte:	Fredag 9. juni kl 15.30		
Stevnestart fredag:	kl 16.00	Innsvømming fredag:	kl 14.30
Stevnestart lørdag:	kl 09.00	Innsvømming lørdag:	kl 07.30
Stevnestart lørdag finaler:	kl 18.00		
Stevnestart søndag:	kl 09.00	Innsvømming søndag:	kl 07.30

Følg stevnet og se resultater på livetiming.no.

Kontaktpersoner:

Stevneleder:	Lars Erik Dæhlie	l_daehli@hotmail.com	90917928
Leder HIL:	Anne Marie Aalstad Laakso	aalstad.laakso@hotmail.com	97053261
Påmeldinger:	John Erlend Christiansen	jech@medley.no	90973709

