



Norsk Årsklassemesterskap (ÅM) 2018

Lambertseter bad - Oslo

6.-8. april



Som teknisk arrangør har Lambertseter Svømmeklubb på vegne av Norges Svømmeforbund, gleden av å invitere til Norsk Årsklassemesterskap (ÅM) 2018.

ÅM arrangeres etter NSF's lover og regler.

ÅPNING

Fredag 6.april kl. 15.30 i Lambertseter bad, Oslo.

ØVELSESUTVALG

ÅM arrangeres for gutter og jenter i alderen 13-16 år.

Alle deltakere må svømme 5 individuelle øvelser:

400m fri, 200m rygg, 200m bryst, 100m butterfly og 200m medley.

Se øvelsesoppsett lenger ned i innbydelsen.

KVALIFISERING TIL ÅM 2018

Det er direkte kvalifisering fra årets Landsdels Årsklassemønstring (LÅMØ) til ÅM.

Resultater oppnådd på årets LÅMØ, sammenlagt poengsum for 4 av 5 øvelser, er kvalifisering for deltagelse til ÅM, og danner grunnlaget for rangering. For å være kvalifisert må man ha startet i alle 5 øvelser på LÅMØ, mens disk og brutt teller 0 poeng for den aktuelle øvelsen. Fina-2017 poengtabell blir benyttet. De 24 utøverne i hver årsklasse med de høyest sammenlagte poengsummene er kvalifisert til deltagelse. Ved lik poengsum ved kvalifisering blir den med høyest poengsum på 200IM rangert først. Er det også lik poengsum på 200m IM blir begge rangert likt. Etteranmelding er ikke tillatt.

PÅMELDING

Påmeldingsfrist er **9. mars 2018 kl. 24.00.**

Lagleders mobilnummer bes legges ved påmelding.

Påmelding sendes til: jech@medley.no

Kontaktperson er John Erlend Christiansen, mobilnummer: 9097 3709.

Påmelding gjøres ved at klubbens oppmann sender en mail med navn på de som skal delta.

Alle påmeldinger blir bekreftet. 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 9. mars 2018.

Rangeringslister legges ut på livetiming.no kort tid etter påmeldingsfristen.

Det er resultatet fra LÅMØ som danner grunnlaget for heatoppsettet for de fire første øvelsene på ÅM. Heatoppsett for 200 IM sorteres etter sammenlagt poengsum på de fire første på ÅM.

KÅRING AV NORSKE ÅRSKLASSEMESTERE

Det kåres årsklassemester for jenter og gutter i hver av de 4 årsklassene. Den utøveren som oppnår høyest sammenlagt poengsum fra de 5 øvelsene blir årsklassemester.

Brutt og Disk gir 0 poeng, mens ikke møtt i en eller flere øvelser fører til at utøveren ikke blir rangert.

PREMIERING

Sammenlagt poengsum på alle 5 øvelser pr årsklasse. Fina-2017 poengtabell blir benyttet.

1., 2. og 3. plass premieres med NSF's medalje, og 4., 5. og 6. premieres med diplom. I tillegg gis det en lik gavepremie fra arrangørklubben til de 6 beste i hver klasse.

Hver øvelse premieres individuelt med en pin til 1., 2. og 3. plass.

NSF's stipend på kr. 5.000,- til beste klubb. Sum av plasspoeng (7-5-4-3-2-1) fra sammenlagtlisten for hver klasse.

DELTAKERAVGIFT

Deltakeravgiften er kr. 500,- pr. svømmer.

Deltakeravgift faktureres etter påmeldingsfrist til mesterskapet med betalingsfrist 7 dager før mesterskapet starter, ref GE34D. Vennligst oppgi faktura epost ved påmelding.

Vi gjør oppmerksom på at deltager blir nektet start hvis ikke deltakeravgift er betalt. Vi anbefaler å ta med kvittering på betalt deltakeravgift på lagledermøte.

STEVNEKONTOR

Stevnekontoret er åpent fra fredag fra kl.12.00 og er betjent hver dag fra innsvømmingsstart til 30 min etter stevneslutt under hele arrangementet.

LAGLEDERMØTE

Lagledermøtet avholdes: Ibsen-auditoriet på Lambertseter skole fredag kl 14.00.

KONTAKTPERSONER

Spørsmål kan rettes til:

- | | | |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------|
| • Stevneleder: Caroline Brinchmann | caroline@lsvk.no | 472 50 336 |
| • Teknisk leder: Frank Pedersen | frank@lsvk.no | 472 50 327 |
| • Stevnekontor: Henriette Nedregård | henriette@lsvk.no | 413 10 094 |
| • Pressekontakt Frank Pedersen | frank@lsvk.no | 472 50 327 |

INNSVØMMING OG STEVNESTART

DAG	INNSVØMMING	STEVNESTART
Torsdag	18.00-20.00	
Fredag	12.00-15.15	16.00
Lørdag	07.00-08.45	09.00
Lørdag	13.00-14.45	15.00
Søndag	07.00-08.40	09.00
Søndag	11.45-13.45	14.00

ØVELSESOPPSETT ÅM 2018

ØVELSE JENTER	FREDAG KL 16.00	ØVELSE GUTTER
1	400 m fri	klasse født 2005
3	400 m fri	klasse født 2004
5	400 m fri	klasse født 2003
7	400 m fri	klasse født 2002

ØVELSE JENTER	LØRDAG KL 09.00	ØVELSE GUTTER
9	200 m rygg	klasse født 2005
11	200 m rygg	klasse født 2004
13	200 m rygg	klasse født 2003
15	200 m rygg	klasse født 2002

ØVELSE JENTER	LØRDAG KL 15.00	ØVELSE GUTTER
17	200 m bryst	klasse født 2005
19	200 m bryst	klasse født 2004
21	200 m bryst	klasse født 2003
23	200 m bryst	klasse født 2002

ØVELSE JENTER	SØNDAG KL 09.00	ØVELSE GUTTER
25	100 m butterfly	klasse født 2005
27	100 m butterfly	klasse født 2004
29	100 m butterfly	klasse født 2003
31	100 m butterfly	klasse født 2002

ØVELSE JENTER	SØNDAG KL 14.00	ØVELSE GUTTER
33	200 m medley	klasse født 2005
35	200 m medley	klasse født 2004
37	200 m medley	klasse født 2003
39	200 m medley	klasse født 2002

PREMIEUTDELING TIL DE BESTE SAMMENLAGT RETT ETTER STEVNET

INFORMASJON FRA TEKNISK ARRANGØR, ang overnattings, lunsj og middag:

Scandic Helsfyr hotell: Strømsveien 108, 0663 Oslo (lett tilgjengelig med T-bane)

1. Overnatting:

- Standard enkeltrom kr. 825,-
- Standard dobbeltrom kr. 930,-
- Standard 3-sengs rom kr. 1250,-
- Standard 4-sengs rom kr. 1500,-

Prisene er pr. rom pr. natt inkl. frokost og moms.

2. Lunsj og middag: Det er mulig å bestille lunsj og middag på hotellet fra og med lunsj fredag til og med lunsj søndag formiddag.

- Lunsj kr. 175,-
- Middag kr. 225,-

Booking av overnatting, lunsj og middag: Mail til henriette@lsvk.no (navn på klubb, antall rom, lunsj og middag, kontaktperson og telefonnummer må oppgis).

Siste frist for bestilling er 11. mars - førstemann til mølla gjelder.

Ved spørsmål kontakt Henriette Nedregård på 413 10 094 eller mailadressen over.

Annen informasjon fra teknisk arrangør:

- Transport: T-banen går fra Helsfyr til Lambertseter 4-8 ganger pr time, se ruter.no for tider. Kjøp billett i «Ruter billett»-appen.
- Gymsalen og ett klasserom på skolen kan brukes til hvile og oppvarming.
- Mat: Gi beskjed ved allergier.

Velkommen til Lambertseter!