

# Velkommen til NM langbane 2023



FREDRIKSTAD  
NM langbane 2023

På vegne av Norges Svømmeforbund takker vi for påmelding og ønsker hjertelig velkommen til NM Langbane 2023.

## Lagledermøte

På lagledermøtet vil det være gjennomgang av etteranmeldelser og strykninger. Betaling: Faktura vil bli sendt til klubbene etter stevnet.

## Startlister, tidsskjema og resultater

Vi viser til livetiming.no for startlister, tidsskjema og resultater.

## Stevnekontor

Åpent alle dager fra kl. 0700 til finaleøkt slutt ca. kl. 1930/2000. Her hentes matkuponger (for bespisning «Hos Martin») og akkreditering klubbvis. Akkrediteringsbevis skal brukes på vei inn og ut av anlegget. Deltakerinnegang er inngangen til innendørsanlegget i Kongstenbadet. Merk at garderobeskapene MÅ tømmes etter endt dag. Gjenglemte samles inn etter endt dag og kan hentes på stevnekontoret.

## Innsømming

Fredag		1600 – 1900
Lørdag	0700 – 0845	1430 – 1620
Søndag	0700 – 0845	1430 – 1645
Mandag	0700 – 0845	1430 – 1645
Tirsdag	0700 – 0845	1330 – 1545

## Utsømming

Utsvømmingsbasseng er tilgjengelig i innendørsanlegget under alle økter, men stenges i pausen.

Lørdag	0900 – 1230	1700 – 2015
Søndag	0900 – 1230	1700 – 2045
Mandag	0900 – 1200	1700 – 2000
Tirsdag	0900 – 1230	1600 – 2000

## Måltider «Hos Martin»

Kuponger på bestilt mat hentes klubbvis på stevnekontoret og det må fremvises kupong til rett måltid/dag for å kunne spise her.

Lunsj	1100 – 1300
Middag	1930 – 2100

## Praktisk informasjon om nærområdet

Det er parkeringsplasser knyttet til anlegget, men det kan til tider være manglende kapasitet. Spesielt i helgene. Det går ferge over elva til sentrum, mellom Gamlebyen og Cicignon

([https://www.fredrikstad.kommune.no/tjenester/vann-vei-trafikk/byfergene/Cicignon\\_Gamlebyen/](https://www.fredrikstad.kommune.no/tjenester/vann-vei-trafikk/byfergene/Cicignon_Gamlebyen/))

## Kiosk

Det vil være kiosk på anleggsområdet.

## Inngang publikum

Hovedinngang til utendørsanlegget åpner kl. 0800 hver dag under NM. Dørene stenger ca. en time etter stevneslutt.

## Priser inngang publikum

- Dagspass kr 100,-
- NM Pass kr 350,-
- Barn u/16 år Gratis

## Medisinsk ansvarlig/Stevnelege

Stevnelege vil være tilgjengelig under hele mesterskapet. Stevnelege treffes ved stevnekontoret.

## Trenersone

Det er satt av egen trenersone.

## Livestream

Stevnet vises via Livestream på direkteport.no

## Innmarsj

Callroom er til venstre for startpallene, og vil bli skiltet. Innmarsj blir direkte til startpallene, for alle øvelser.

## Premieutdeling

Premiering vil foregå ved siden av storskjermen. Det vil være skiltet.

# Lykke til!

