



Velkommen til Nord-Norsken 2026

Vi ønsker dere hjertelig velkommen til Nord-Norsken 2026. Vi gleder oss til en fantastisk svømmehelg. Vi gjør vårt aller beste for at alle skal få en energifylt og minnerik helg!

Stevneleder: Siv Teigen - 90948750

Kontaktperson skoleovernatting: Karianne Kolsing - 95274383

Overnatting:

Overnatting finner sted på Moheia skole. Skolen åpner kl. 17:00 på fredag.

Vi ber om at dere tar bilder av klasserommet ved ankomst, og at rommet forlates i samme stand som da dere kom. Alt av søppel skal bæres ned til utgangsdøren ved avreise. Det er dessverre ikke anledning å lage varmmat på klasserommene, det er utleier som setter denne begrensingen, vi beklager ulempen dette måtte medføre.

Skolen vil være åpen fra 11:00-14:00 på lørdag, og ellers under alle måltider vil det være bemanning på skolen. Er det behov for tilgang til skolen utenom disse tidspunktene ta kontakt med Karianne på tlf. 95274383

Adgangskort kan lånes i stevnebua, her må man legge igjen telefonnr og kvittere for utlån/levert tilbake.

Alle måltider til og med frokost søndag serveres på Moheia skole (gjelder også dommere). Alle må være ute av skolen innen kl. 13:00 på søndag.

Måltider:

- **Fredag:** Taco serveres fra kl. 19:00
- **Frokost:** Serveres kl. 06:30 lørdag og søndag. Vi serverer brødmatt, pålegg, kokt egg og havregrøt.
- **Lunsj lørdag:** Karbonader/fiskekaker i pitabrød og salat fra kl. 11:30
- **Middag lørdag:** Lasagne, salat og focacciabrød serveres fra kl. 18:30

Kafeen er åpen under hele stevnet, søndag vil det også være mulig å kjøpe seg lunsj her. Nystekte pizzaboller, toast og annet godt.

Innsvømming:

- Økt 1 kl. 07:45 - 08:45
- Økt 2 kl. 14:45 - 15:45
- Økt 3 kl. 07:45 - 08:45
- Økt 4 - innsvømming i pausen.

Lagledermøte:

- **Tid:** Lørdag kl. 08:00
- **Sted:** Møterom i 2. etasje

Dommere:

Dommermøte avholdes lørdag umiddelbart etter lagledermøtet.

Dommere disponerer eget møterom i 2. etasje og egen garderobe i kjelleren, med inngang fra bassenget.

Svømmere benytter garderobene på hovedplan og i 2. etasje.

Gjestende dommere får gratis mat og overnatting på skolen.

Nøkkelbånd:

Ansvarlig lagleder for hver klubb får utdelt armbånd til sine svømmere i resepsjonsområdet. Armbåndene skal leveres samlet tilbake etter endt stevne på søndag. Det er **ikke** mulig for svømmerne å hente armbånd selv.

Manglende armbånd faktureres klubben med 100 kr per armbånd.

Defilering:

Alle svømmere møter til defilering før stevnestart.

Oppmøte er i resepsjonen lørdag kl. 08:45

Defilering skjer klubbvis i alfabetisk rekkefølge, med arrangørklubben til slutt. Vi oppfordrer alle til å bruke klubbteøy.

Innmarsj siste heat:

Det vil være innmarsj på siste heat i alle øvelser.