

Norges største massemønstringsstevne
arrangeres på Hamar for
30. gang!

MJØS-SVØM 2014

Nasjonalt stevne med internasjonal deltagelse



Den 13.-15. juni 2014 arrangeres det 30. Mjøs-Svøm i Ankerskogen Svømmehall på Hamar for svømmere født 2003 og tidligere.

Dette blir det første stevnet i Ankerskogen etter ombygging og oppussing. Stevnebassenget er på **50m og har 10 baner**. Parallelt med stevnet vil det være mulig å varme opp og svømme ned i anleggets nye 25m-basseng.





Ankerskogen har gjennomgått en betydelig oppgradering og fremstår nå som en ny svømmehall med gode fasiliteter for idretten i tillegg til at anlegget nå har både egen velværeavdeling og familieavdeling. Besøkende under Mjøs-Svøm kan kjøpe inngang til Velværeavdelingen (18 års grense) og Familieavdelingen.



Parallelt med stevnet vil det være mulig å varme opp og svømme ned i anleggets nye 25m-basseng.



Med NSF's godkjenning innbyr Hamar IL til Mjøs-Svøm 2014. 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%.

Starttidspunkter:

Fredag 13. juni kl 16.00.

Lørdag 14. juni kl 09.00.

Finaler lørdag kl 18.00.

Søndag 15. juni kl 09.00.

Lagledermøte fredag 13. juni kl 14.30.

Klasser: Senior, en klasse for hver av årsklassene mellom 1995 og 2003, Funksjonshemmede (S1 til S15), Masters. 6*50m fri har en åpen klasse, 4*100m LM svømmes med senior og juniorklasse.

Øvelsesprogrammet:

Fredag 13. juni kl 16.00	Lørdag 14. juni kl 09.00	Søndag 15. 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. 200m rygg, gutter	24. 100m rygg, jenter
4. 50m fri, jenter	13. 200m rygg, jenter	25. 100m rygg, gutter
5. 50m b.fly, gutter	14. 100m b.fly, gutter	26. 200m bryst, jenter
6. 50m b.fly, 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. 6*50m fri, mixed (Minst 2 av hvert kjønn)	18. 100m fri, gutter	30. 50m rygg, jenter
	19. 100m fri, jenter	31. 50m rygg, gutter
	20. 400m IM, gutter	32. 400m IM, jenter
	21. 4*100m LM, jenter	33. 4*100m LM, gutter

Finaler lørdag kl 18.00:

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

Det er en klasse i finalene, bortsett fra 100m bryst og 100m fri. Disse svømmes i 3 klasser:

96 og eldre 1997-2000 2001-2003



Påmeldingsfrist: 28. mai 2014

Påmelding sendes til: jech@medley.no

Startkontingent:
Kr 100,- pr ind. start
Kr 150,- pr lagstart

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

Betalingsfrist: 3. juni 2014

Påmelding

Det er ikke kvalifiseringskrav til Mjøs-Svøm, men påmeldingstiden skal være bestetid satt i kvalifiseringsperioden som er fra 29. mai 2013 til 28. mai 2014. 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.

Er du dommer og skal være med din klubb til Mjøs-Svøm? Da setter vi pris på om du kan tenke deg å stille som dommer på en økt eller flere. Ta kontakt med dommeransvarlig Renate Martinsen, mail: renatearnoldamartinsen@yahoo.com

Premiering

-Individuell 1/3 premiering (gavekort):

- 1. plass: kr 150,-
- 2. plass: kr 100,-
- 3. plass: kr 75,-
- Øvrige: kr 30,-

-I finalene premieres 1, 2 og 3 plass:

- 1. plass: kr 500,-
- 2. plass: kr 300,-
- 3. plass: kr 200,-

-4*100m LM premieres for 1, 2 og 3 plass med pokaler.

-Mjøs-Svøm stafetten 6*50m fri:

- 1. plass: kr 5000,-
- 2. plass: kr 3000,-
- 3. plass: kr 2000,-

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 utdeles en bestemannspremie i en årsklasse gutter og jenter hver dag. Årsklassene for de ulike dagene trekkes på lagledermøtet fredag. Finalene er ikke med i konkurransen.

Priser Overnatting/Mat:

Overnatting pr natt: kr 130,-

Frokost pr stk: kr 55,-

Baguetter pr stk: kr 45,-

Middag fredag, kylling m/tilbehør: kr 125,-

Middag lørdag, tacobuffet: kr 125,-

Full pakke, 2 x frokost, 3 x baguetter, 2 x middag + overnattingfredag til søndag på skole: kr 720,-

Innkvartering

Hamar IL har inngått et samarbeid med Hamar Kommune om lån av skoler til overnatting, og tilbyr overnatting for inntil 600 personer på disse skolene. Vi opererer etter først til mølla prinsippet, så bestill gjerne skoleovernatting så tidlig som mulig. Vi har også noen reserverte hotellrom på Scandic Hotel til avtalepriser. Matsservering foretas i Tennishallen inntil Ankerskogen svømmehall. Mat leveres av Hamar Catering.

Skolene ligger fra 1.2 til 2 km fra svømmehallen. Liggeunderlag må medbringes.

Det er tilbud om frokost og middag som serveres i Tennishallen ved Ankerskogen, samt lunsjpakker (baguetter) som utleveres i svømmehallen under stevnet. Middagstilbud er kylling på fredag og taco buffet på lørdag.

Bestilling må gjøres å forhånd, senest innen 28. mai 2014 til: jech@medley.no

Hotellovernatting:

Vi har reservert 50 rom på Scandic. Ta kontakt direkte med Scandic Hotels for booking.

Mailadresse er: meeting.hamar@scandichotels.com og tlf: 21614077. Oppgi kode: BMJØ200614

Priser inkl frokost, enkeltrom: 725,- dobbeltrom: 825,- trippelrom 1025,-



Tidspunkter:

Lagledermøte:	Fredag 13. juni kl 14.30		
Dommermøte:	Fredag 13. 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: Tor Aage Dæhli tor.dahli@eidsivaenergi.no 95981859

Leder HIL: Anne Marie Aalstad Laakso aalstad.laakso@hotmail.com 97053261

Påmeldinger: John Erlend Christiansen jech@medley.no 90973709

Velkommen til Mjøs-Svøm 2014!