



Landsdel Årsklassemønstring Landsdel øst 2016



Sarpsborg

5.-7. februar



Som teknisk arrangør har Sarpsborg IL, svømmegruppa, på vegne av Norges Svømmeforbund, gleden av å invitere til Landsdel Årsklassemønstring (LÅMØ) 2016 i landsdel øst.

Årsklassemønstringen arrangeres etter NSF's lover og regler.

Åpning

Fredag 5.februar 2016 kl. 13.40, stevnestart kl.14.00.

Deltagelse

De 24 guttene og 24 jentene med høyest sammenlagt poengsum (FINA-2014) i årsklassene 13-16 år samt at det er åpent i 11- og 12-årsklassen. Dette betyr at alle 11- og 12-åringene som har gyldig tid i alle 5 øvelser har rett til å delta.

Øvelsesutvalg

Alle deltakere må svømme 5 individuelle øvelser (fri, rygg, bryst, butterfly, medley)

Årsklassemønstringen arrangeres for gutter og jenter 11-16 år (2005 - 2000).

Gutter / Jenter 11 år: 400m fri, 100m rygg, 100m bryst,
50m butterfly, 200m medley

Gutter / Jenter 12-16 år: 400m fri, 200m rygg, 200m bryst,
100m butterfly, 200m medley

Påmeldingsperiode til Landsdel Årsklassemønstring 2016

Resultater oppnådd i approberte stevner i perioden 21. januar 2015 til 20. januar 2016 gjelder for påmeldingsperioden til LÅMØ. Utøverne rangeres etter sammenlagt poengsum for de 4 beste av de 5 øvelsene som inngår, og utøverne må ha gyldige tider på alle 5 øvelsene for å kunne delta. Poengtype FINA-2014 benyttes til kvalifisering.

Tidene som poengsummene beregnes fra, må være gyldige, d.v.s. oppnådd i løpet av kvalifiseringsperioden. Ved lik poengsum ved kvalifisering i 13-16 års klassene blir den med høyest poengsum på 200IM rangert først. Er det også lik poengsum på 200m IM blir begge rangert likt. Det er tiden som gir høyest poeng som benyttes i rangeringen inn til stevnet, men i heatoppsettet blir bestetid uavhengig av bassenglengde benyttet.

Ved forfall i klassene 13-16 år vil tilbud om plassen gå til svømmerne som er rangert som nr 25 og nedover, i rangeringsrekkefølge. Er det færre enn 24 med i klassen er det tillatt med etteranmelding inntil lagleder møtet første dag er avsluttet. Er det 24 eller flere med vil etteranmeldinger bli rangert sist på rangeringslisten, rangert etter tidspunktet etteranmeldingen blir meddelt arrangør.

I klassene 11 og 12 år er det tillatt med etteranmelding inntil lagleder møtet første dag er avsluttet. Tider må være oppnådd i kvalifiseringsperioden.

Det kreves dobbel startkontingent for etteranmeldinger.



Påmelding

Påmeldingsfrist er **20. januar 2016 kl. 24.00.**

Lagleders mobilnummer legges ved påmeldingen.

Påmelding sendes til Norges Svømmeforbund:

iech@medley.no - John Erlend Christiansen, mobil 9097 3709.

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

Uni_p påmeldingsfil er ikke påkrevd til dette stevnet.

Tider til rangering og til heatoppsett hentes automatisk fra medley.no.

Sjekk derfor i god tid før påmeldingsfristen at alle tider for klubbens svømmere er registrert på medley.no.

Strykninger meddeles til arrangør:

Navn: Oddbjørn Krage, 9054 6628, lamo_ost_2016@silsvomming.no

Alle påmeldinger blir bekreftet, og 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 20. januar 2016.

Rangeringslister og hvem som er påmeldt kan følges på:

<http://www.medley.no/?page=aamlandsdel>

Deltakeroversikt blir IKKE sendt ut men blir publisert på www.svomming.no kort tid etter påmeldingsfristen.

Resultater sammenlagt

Det kåres landsdelsmester i hver av de 6 årsklassene, og for hvert kjønn.

Alle utøvere **MÅ** svømme alle 5 øvelser for årsklassen, og de 4 beste øvelsene teller med i den sammenlagte poengsummen for hver utøver. Den med høyest poengsum blir landsdelsmester. I resultatlisten teller **Brutt** og **Disk** 0 poeng, mens **ikke møtt** fører til at utøveren ikke blir rangert. Poengtype FINA-2015 benyttes for beregning av sammenlagtresultater.

Premiering

Deltagerpremie til alle i 11- og 12-års klassene

NSFs medalje 1-3 plass pr øvelse i alle årsklasser

Egnet premie 1-6 plass sammenlagt pr årsklasse i alle klasser

Premieutdeling er som på mesterskap, etter hver øvelse.

Direkte kvalifisering til årsklassemesterskap i Mandal i 2016

LÅMØ gjelder som direkte kvalifisering til ÅM (Årsklassemesterskap) for årsklassene 13-16 år.

Etter LÅMØ er avsluttet vil det bli laget en nasjonal rangeringsliste for alle 11 og 12 åringene.

De tre beste 11- og 12-åringene på landsbasis vil få tilsendt diplom fra NSF.



Deltakeravgift

Deltakeravgiften er kr. 500,- pr. svømmer.

Innbetales til: SIL svømmegruppe, v/Merete Gandrud, Fagerheimveien 7, 1659 Torp

Kontonummer: **1090. 07. 49274**

Betalingsfrist: **27. januar 2016**

Innbetalingen merkes med:

LÅMØ 2016, klubbens navn og antall deltakere.

Betalinger:

Husk å ta med kvittering på lagledermøte for betalt startkontingent.

Utøvere fra klubber som ikke har betalt startkontingent blir nektet start.

Stevnekontor

Stevnekontoret i svømmehallen har åpent fredag fra kl. 11 og under hele arrangementet.

Lagledermøte

Lagledermøtet avholdes fredag 5. februar kl. 12.00 i Sarpsborghallen.

Kontaktpersoner

- Stevneleder: Per Ivar Søfteland, lamo_ost_2016@silsvomming.no, 9579 9793
- Teknisk: Oddbjørn Krage, lamo_ost_2016@silsvomming.no, 9054 6628
- Presse: Stig Svendsen, lamo_ost_2016@silsvomming.no, 9056 5797
- Overnatting: Hilde Hystad, lamo_ost_2016@silsvomming.no, 9750 0607
- Stevneseekretær: Merete Gandrud, lamo_ost_2016@silsvomming.no, 9177 0143

Innsvømming og stevnestart

Dag	Innsvømming	Stevnestart
Fredag	12.00-13.30	14.00
Lørdag	07.45-08.45	09.00
Lørdag	13.45-14.45	15.00
Søndag	07.45-08.45	09.00
Søndag	12.45-13.45	14.00



Øvelsesoppsett Landsdel Årsklassemønstring 2016

Øvelse jenter	Fredag kl. 14.00		Øvelse gutter
1	50 m butterfly	klasse født 2005	2
3	100 m butterfly	klasse født 2004	4
5	400 m fri	klasse født 2003	6
7	400 m fri	klasse født 2002	8
9	400 m fri	klasse født 2001	10
11	400 m fri	klasse født 2000	12
Lørdag kl. 09.00			
13	400 m fri	klasse født 2005	14
15	400 m fri	klasse født 2004	16
17	100 m butterfly	klasse født 2003	18
19	100 m butterfly	klasse født 2002	20
21	100 m butterfly	klasse født 2001	22
23	100 m butterfly	klasse født 2000	24
Lørdag kl. 15.00			
25	100 m bryst	klasse født 2005	26
27	200 m bryst	klasse født 2004	28
29	200 m bryst	klasse født 2003	30
31	200 m bryst	klasse født 2002	32
33	200 m bryst	klasse født 2001	34
35	200 m bryst	klasse født 2000	36
Søndag kl. 09.00			
37	100 m rygg	klasse født 2005	38
39	200 m rygg	klasse født 2004	40
41	200 m rygg	klasse født 2003	42
43	200 m rygg	klasse født 2002	44
45	200 m rygg	klasse født 2001	46
47	200 m rygg	klasse født 2000	48
Søndag kl 14.00			
49	200 m medley	klasse født 2005	50
51	200 m medley	klasse født 2004	52
53	200 m medley	klasse født 2003	54
55	200 m medley	klasse født 2002	56
57	200 m medley	klasse født 2001	58
59	200 m medley	klasse født 2000	60

Alle ønskes hjertelig velkommen til en god svømmeopplevelse til årets LÅMØ!



INFO FRA ARRANGØR

Overnatting

Vi kan tilby overnatting på **St.Olav videregående skole** som ligger ved siden av svømmehallen. Overnatting på skole m/frokost og matpakke for 150 kr pr. person pr. natt. (Se vedlagte bestillingsskjema under).

I svømmehallen er det kiosk hvor det er mulighet for kjøpe mat og drikke. NB! Vi gjør oppmerksom at utvalget i kiosken er svært begrenset. Menyen består av rundstykker, pølser, vafler, drikke, frukt og sjokolade.

For overnatting på hotell, ta direkte kontakt med hotellene i Sarpsborg:

Quality Hotel & Resort Sarpsborg

Adresse: Bjørnstadveien 20,
1713 Sarpsborg
Telefon 69 10 15 00
E-post: qr.sarpsborg@choice.no

Scandic Sarpsborg

Sandesundsveien 1
1706 Sarpsborg
Telefon: +47 69 12 42 00
E-post: sarpsborg@scandichotels.com

Sarpsborg Vandrerhjem Tuneheimen

Tuneveien 44
1710 Sarpsborg
Tlf: +47 69 14 50 01
E-post: sarpsborg@hihostels.no

Vi kan tilby overnatting på **St.Olav videregående skole** som ligger ved siden av svømmehallen.

Overnatting på skole m/frokost og matpakke: 150 kr pr. person pr. natt

Velkommen til Sarpsborg og Sarpsborghallen!



Bestilling av overnatting m/frokost og matpakke

Klubb:

Kontaktperson: E-post:

Vi bestiller følgende:

Overnatting på skole m/frokost og matpakke, fredag/lørdag..... stk a kr 150 kr.....

Overnatting på skole m/frokost og matpakke, lørdag/søndag... ..stk a kr 150 kr.....

Sum _____ kr_____

**Vennligst bruk dette oppsettet. Bestillingen sendes sammen med påmeldingen.
Betaltes sammen med startkontingenten til konto 1090.07.49274**

