



## ÅPENT NM MASTERS 2018 ALTA

På vegne av Norges Svømmeforbund inviterer Alta Svømmeklubb til Åpent Norsk Mesterskap i svømming for masters i Nordlysbadet 2.–4. mars 2018.

Mesterskapet arrangeres etter Norges Svømmeforbunds lover og regler. Bassenget er 25 m med 6 baner. Vi har gode forhold for inn/ut svømming i Nordlysbadet.

**Tidspunkt for start av hver økt er veiledende. Ved stor deltakelse kan tidspunkt forskyves.**

Fredag: Innsvømming kl. 09.00	Start 1. økt kl. 12.00
Fredag: Innsvømming kl. 14.30	Start 2. økt kl. 16.00 (Åpning kl. 15.45)
Lørdag: Innsvømming kl. 07.30	Start 3. økt kl. 09.00
Lørdag: Innsvømming kl. 13.00	Start 4. økt kl. 14.00
Søndag: Innsvømming kl. 11.00	Start 5. økt kl. 12.00

### Påmelding

Elektronisk påmelding i Victoria el. tilsvarende (uni\_p - fil) sendes til Synnøve Olsen, nmmaster2018@gmail.com innen 2. februar 2018 kl. 24.00. Telefon Synnøve 411 77 160.

Øvelsesoppsettet kan lastes ned fra [www.medley.no](http://www.medley.no). Hvis Victoria ikke er tilgjengelig finnes et Excelark på <http://livetiming.medley.no/stevnedetaljer.aspx?stevnenr=2554> eller [www.medley.no](http://www.medley.no).

**Obs. Ingen etteranmeldinger.** Det bekreftes til klubben at påmelding er mottatt.

### Startkontingent

Kr. 100,- pr. individuell start  
Kr. 200,- pr. lagstart

### Lagledermøte

Lagledermøte fredag kl. 13.00. (Evt. strykninger fredag formiddag leveres sekretariatet)

### Premiering

Gull, sølv og bronse i alle øvelser/klasser.  
(Pre-masters er ikke med i poengberegning i forhold til Beste Klubb, heller ikke originale premier)



## Klassene er som følger

O: 20 - 24 Pre-masters

A: 25-29

B: 30-34

C: 35-39

D: 40-44

E: 45-49

F: 50-54

G: 55-59

H: 60-64

I: 65-69

J: 70-74

K: 75-79

L: 80-84

M: 85-89

N: 90-94

Alderen for klasseinndeling avhenger av alderen til svømmeren pr. 31.12.2018.

## Stafettklasser

O: 80-99 Pre-masters

A: 100-119

B: 120-159

C: 160-199

D: 200-239

E: 240-279

F: 280-319

G: 320-359

Obs.: Det er ikke anledning for pre-masters å delta i andre klasser i stafettøvelsene.

## Funksjonshemmede

Det svømmes etter den australske modellen i hver av de individuelle klassene (A-G og O). Rangering skjer innenfor hver mastersklasse hvor oppnådd tid i prosent opp mot verdensrekord pr. 1. januar i den respektive handicap-klasse.

## Betalingsfrister

14. januar – frist for betaling av Hotell. Merkes klubb, romtype og antall.

02. februar – frist for betaling av startkontingent. Merkes klubb, antall individuelle starter og antall stafett starter.

02. februar – frist for betaling av bankett. Merkes klubb og antall personer.

All betaling til konto 4901.14.66795.

## Lisens og klubbtilhørighet

NSF minner om at alle deltakere må, innen stevnestart, ha betalt lisens for 2018. Dersom ikke lisensen er betalt, vil deltaker/klubb ilegges straffegebyr på kr. 1.000,-. Dersom en deltaker representerer en klubb som hun/han ikke er representasjonsberettiget for, ilegges klubben straffegebyr på kr. 1.000,-. Dersom lisens ikke er betalt eller man representerer feil klubb, strykes resultatene for denne utøveren, og evt. premier må returneres.

## Dopingkontroll

Det kan bli foretatt dopingkontroller under stevnet.

## Bankett

Scandic Hotel, Alta. Lørdag kl. 19.30.

Pris: Kr. 600,- pr. kuvert

Meny: Buffet med lokal/kortreist mat

Dersom det er spesielle behov rundt maten, vennligst gi beskjed så snart som mulig.

Påmeldingsfrist INNEN 2. februar.

## Informasjon

For ytterligere informasjon vennligst kontakt:

Anne-Grethe Lillemoen, [masternm@altask.no](mailto:masternm@altask.no) eller telefon 916 19 013

Mette Suhr Berg, [masternm@altask.no](mailto:masternm@altask.no) eller telefon 922 37 082

Hjemmeside: <http://www.altask.no> Facebook: Master NM Alta 2018

Arrangøren forbeholder seg retten til å foreta endringer i programmet. Eventuelle endringer vil publiseres på internett, og opplyses under mesterskapet. <http://livetiming.medley.no>

## Fredag kveld

Get together NM Masters. Vi møtes på City Scene. Følg med på facebook siden: Master NM Alta 2018, hvor det vil bli lagt ut mer info.



# Stevneprogram Masters-NM 2018

## **Fredag 2. mars kl. 12.00 (Innsvømming fra kl. 10.30)**

- Øvelse 1. 1500 m fri Herrer
- Øvelse 2. 800 m fri Damer

## **Fredag 2. mars kl. 16.00 (Innsvømming fra kl. 14.30)**

- Øvelse 3. 100 m fri Herrer
- Øvelse 4. 100 m fri Damer
- Øvelse 5. 200 m butterfly Herrer
- Øvelse 6. 200 m butterfly Damer
- Øvelse 7. 50 m bryst Herrer
- Øvelse 8. 50 m bryst Damer
- Øvelse 9. 400 m medley Herrer
- Øvelse 10. 400 m medley Damer
- Øvelse 11. 4x50 m medley Herrer
- Øvelse 12. 4x50 m medley Damer

## **Lørdag 3. mars kl. 09.00 (Innsvømming fra kl. 07.30)**

- Øvelse 13. 400 m fri Herrer
- Øvelse 14. 400 m fri Damer
- Øvelse 15. 200 m medley Herrer
- Øvelse 16. 200 m medley Damer
- Øvelse 17. 100 m bryst Herrer
- Øvelse 18. 100 m bryst Damer
- Øvelse 19. 50 m butterfly Herrer
- Øvelse 20. 50 m butterfly Damer
- Øvelse 21. 200 m rygg Herrer
- Øvelse 22. 200 m rygg Damer
- Øvelse 23. 4x50 m fri Herrer
- Øvelse 24. 4x50 m fri Damer

## **Lørdag 3. mars kl. 14.00 (Innsvømming fra kl. 13.00)**

- Øvelse 25. 200 m fri Herrer
- Øvelse 26. 200 m fri Damer
- Øvelse 27. 100 m rygg Herrer
- Øvelse 28. 100 m rygg Damer
- Øvelse 29. 200 m bryst Herrer
- Øvelse 30. 200 m bryst Damer
- Øvelse 31. 100 m butterfly Herrer
- Øvelse 32. 100 m butterfly Damer
- Øvelse 33. 4x50 m medley Mix

## **Søndag 4. mars kl. 12.00 (Innsvømming fra kl. 10.30)**

- Øvelse 34. 50 m fri Herrer
- Øvelse 35. 50 m fri Damer
- Øvelse 36. 50 m rygg Herrer
- Øvelse 37. 50 m rygg Damer
- Øvelse 38. 100 m medley Herrer
- Øvelse 39. 100 m medley Damer
- Øvelse 40. 4x50 m fri Mix



ALTA SVØMMEKLUBBB ARRANGERER

# Master NM 2018

## OVERNATTING

Det er reservert rom på Thon Hotell og Scandic Hotell. Begge ligger i gangavstand til Nordlysbadet.

## THON HOTEL

Pris for de ulike rommene pr. døgn:

Enkeltrom kr. 995,-

Dobbelrom kr. 995,-

Trippelrom kr. 1.195,-

## SCANDIC HOTEL

Pris for de ulike rommene pr. døgn:

Enkeltrom kr. 1.140,-

Dobbelrom kr. 1.350,-

Trippelrom kr. 1.550,-

**Rombooking på:**

[masternm@altask.no](mailto:masternm@altask.no)

**Bookingansvarlig:**

Mette Suhr Berg, telefon 922 37 082

**Stevneleder:**

Anne-Grethe Lillemoen, telefon 916 19 013

