



Landsdel Årsklassemønstring Landsdel Øst 2019

Fredrikstad

15.-17. mars 2019



Som teknisk arrangør har Kongstensvømmerne, på vegne av Norges Svømmeforbund, gleden av å invitere til Landsdel Årsklassemønstring (LÅMØ) 2019 i landsdel Øst.

Årsklassemønstringen arrangeres etter NSF's lover og regler.

Åpning

Fredag 15. mars 2019 kl. 13.40, stevnestart kl.14.00.

Deltagelse

De 24 guttene og 24 jentene med høyest sammenlagt poengsum (FINA-2018) i årsklassene 13-16 år er kvalifisert, 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. Alle svømmere må ha gyldig lisens fra NSF, være medlem av samt startberettiget for norsk klubb, og stille i den regionen klubben hører inn under.

Øvelsesutvalg

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

Årsklassemønstringen arrangeres for gutter og jenter 11-16 år (2008 - 2003).

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 2019

Resultater oppnådd i approberte stevner i perioden 28. februar 2018 til 27. februar 2019 gjelder for påmeldingsperioden til LÅMØ. Utøverne rangeres etter sammenlagt poengsum for de 5 øvelsene som inngår, og utøverne må ha gyldige tider på alle 5 øvelsene for å kunne delta. Poengtype FINA-2018 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 **27. februar 2019 kl. 24.00.**

Lagleders mobilnummer legges ved påmeldingen.

Påmelding sendes til Norges Svømmeforbund:

John Erlend Christiansen - jech@medley.no - 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: Bernt Ole Gulbrandsen, stevne@kongstensvømmerne.no 913 67 853

Alle påmeldinger blir bekreftet, og påmeldingen kan ikke regnes som godkjent før bekräftelsen er mottatt. Er det usikkerhet om påmeldingen er kommet frem er mobil 9097 3709 åpen fram til kl. 24.00 den 27. februar 2019.

Rangeringslister kan følges på:

<http://www.medley.no/sl.aspx?slid=2>

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

Resultater sammenlagt, NB: endret fra 2019

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

Alle utøvere må svømme alle 5 øvelser for årsklassen, og alle 5 øvelser 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-2018 benyttes for beregning av sammenlagresultater.

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 Klepp 2019. NB: Endret fra 2019

LÅMØ gjelder som direkte kvalifisering til ÅM (Årsklassemesterskap) for årsklassene 13-16 år. De 30 høyest rangerte svømmerne i hver klasse kvalifiseres til ÅM.

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.

Kongstensvømmerne sender faktura til deltakende klubber etter påmeldingsfristens utløp.

Betalingsfrist: **12. mars 2019**

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

Stevnekontor

Stevnekontoret i svømmehallen har åpent fredag fra kl. 11.00 og under hele arrangementet.

Lagledermøte

Lagledermøtet avholdes fredag 15. mars kl. 12.00 i Kongstenhallen

Kontaktpersoner

Stevneleder:	Kristoffer Hals	kristoffer@kongstensvommerne.no	95 75 77 67
Teknisk:	Bernt Ole Gulbrandsen	stevne@kongstensvommerne.no	91 36 78 53
Presse:	Frode Eliassen	post@kongstensvommerne.no	91 84 49 13
Sekretariatet:	Glenn Skofteby	stevne@kongstensvommerne.no	98 64 78 84
Overnatting:	Kristoffer Hals	kristoffer@kongstensvommerne.no	95 75 77 67
Mat:	Ida Søstrand	mat@kongstensvommerne.no	91 72 12 32

Innsvømming og stevnestart

Dag	Innsvømming	Stevnestart
Torsdag	Om ønskelig, ta kontakt med stevneleder	
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 2019

Øvelse jenter	Fredag kl. 14.00		Øvelse gutter
1	50 m butterfly	klasse født 2008	2
3	100 m butterfly	klasse født 2007	4
5	400 m fri	klasse født 2006	6
7	400 m fri	klasse født 2005	8
9	400 m fri	klasse født 2004	10
11	400 m fri	klasse født 2003	12
Lørdag kl. 09.00			
13	400 m fri	klasse født 2008	14
15	400 m fri	klasse født 2007	16
17	100 m butterfly	klasse født 2006	18
19	100 m butterfly	klasse født 2005	20
21	100 m butterfly	klasse født 2004	22
23	100 m butterfly	klasse født 2003	24
Lørdag kl. 15.00			
25	100 m bryst	klasse født 2008	26
27	200 m bryst	klasse født 2007	28
29	200 m bryst	klasse født 2006	30
31	200 m bryst	klasse født 2005	32
33	200 m bryst	klasse født 2004	34
35	200 m bryst	klasse født 2003	36
Søndag kl. 09.00			
37	100 m rygg	klasse født 2008	38
39	200 m rygg	klasse født 2007	40
41	200 m rygg	klasse født 2006	42
43	200 m rygg	klasse født 2005	44
45	200 m rygg	klasse født 2004	46
47	200 m rygg	klasse født 2003	48
Søndag kl. 14.00			
49	200 m medley	klasse født 2008	50
51	200 m medley	klasse født 2007	52
53	200 m medley	klasse født 2006	54
55	200 m medley	klasse født 2005	56
57	200 m medley	klasse født 2004	58
59	200 m medley	klasse født 2003	60

Overnatting:

Vi kan være behjelpelig med overnattingsmuligheter og anbefaler

1. **Fredrikstad Motell og Camping.** Ligger ved siden av svømmehallen. Motellet ligger rett ved Gamlebyen som er Nordens best bevarte festningsby. Herfra går det gratis ferje til Fredrikstad sentrum.
Bestilling gjøres via oss.
2. **Gudeberg skole.** Ligger 8-10 minutter å gå fra hallen. Her vil man kunne bli innlosjert på klasserom/gymsal. Bestilling gjøres via oss.
Pris kr 200 pr person pr natt. Inklusiv frokost.
3. **Rica City Hotell** Fredrikstad. Oppgi rabattkode: LÅMØ 2019

Bestillingskjema for Motell og Skoleovernatting.

Vi bestiller følgende overnatting m/frokost: Overnatting faktureres i etterkant av stevnet. Hytter og rom fylles opp på førstemann til mølla prinsippet.

Type rom/Dag	Antall rom	Pris	Sum
<i>Motell, trippelrom med frokost 3 senger</i>			
Fredag/Lørdag		900 kr	
Lørdag/Søndag		900 kr	
<i>Motell, dobbeltrom med frokost 2 senger</i>			
Fredag/Lørdag		650 kr	
Lørdag/Søndag		650 kr	
<i>Skole, klasserom og gymsal, frokost på motellet.</i>			
Fredag/Lørdag		200 kr	
Lørdag/Søndag		200 kr	

Alle ønskes hjertelig velkommen til en god svømmeopplevelse på årets LÅMØ.

Velkommen til Fredrikstad og Kongstenhallen!