



Innbydelse
Landsstevnet i svømming for
parasvømmere

Klasse S14

Tønsberg svømmehall
21.-22. mars 2020

Landsstevnet i svømming

Med Norges Svømmeforbunds støtte og godkjenning, og etter deres lover og regler, har Tønsberg Svømmeklubb gleden av å invitere alle parasvømmere med utviklingshemming, klasse S14, til Landsstevnet i svømming 2020.

Om Landsstevnet

På Landsstevnet i svømming konkurreres det i klasse S14. For å gjøre det mer rettferdig for deltakerne, deles denne klassen igjen inn i 4 klasser, ut fra hvor fort en har svømt tidligere.

Klassen CA er en rekruttklasse for de som ikke har svømt så mye før, ikke vet hvor fort de svømmer – og/eller ikke er kjent med NSF's regler for svømming. Det er dommere til stede for å rettlede utøverne, men det er ingen dømming! Alle som kan svømme minst 25 m kan være med her.

Klassene CB-CC-CD er klasser der dommere dømmer etter NSF's gjeldende svømmeregler. Dette er klasser for de som har svømt og deltatt på stevne tidligere og er kjent med svømmereglene. Ved påmelding må en oppgi påmeldingstid – og ut fra påmeldingstiden blir en plassert i rett klasse. Se oppsett for hvilke tider som gir hvilke klasser lenger ned i innbydelsen. Det er tid oppnådd på trening eller stevne mellom **6. mars 2019 og 5. mars 2020** som skal oppgis. Har man ikke svømt øvelsen på approbert stevne i denne perioden kan man bruke tid fra trening eller stipulere tid.

Sted

Svømmehall: Tønsberg svømmehall i Tønsberg.
Adresse: Wilh Wilhelmsens vei 1, 3112 Tønsberg

Bassenget

Bassenget er 25 m langt, har 5 baner og en vanntemperatur på ca 28 grader.

Tidtaking

Det blir benyttet automatisk tidtaking med resultattavle. Stevnet vil ligge på web og kan følges på www.livetiming.no

Det er manuell tidtaking alle 25m-øvelsene, da dette er rekruttøvelser i klasse CA. *Det tas forbehold om at det kan bli start i den grunne delen av bassenget (motsatt side av startpallen), for å få elektronisk tidtaking.*

Alle svømmere kan delta på 25m-øvelsene.

Reglement

Landsstevnet i svømming, klassene CB, CC og CD arrangeres og gjennomføres i henhold til NSF's gjeldende reglement for svømming og dommerne dømmer ut fra dette. For S14-klassen er det ingen unntak fra reglene.

For de som svømmer i rekruttklasse CA vil det ikke være dømming, men dommere vil være til stede og kan gi tilbakemelding til svømmere/trenere som ønsker dette.

Yngste alder for deltakelse for alle klasser er 11 år, dvs født 2009 eller tidligere.

Program for Landsstevnehelgen*

Lørdag 21.mars 2020

- Kl. 09.30 Foredrag med Katelyn og Brenda Garbin, Quality Hotel Klubben
- Kl. 11.00 Lagledermøte på Quality Hotel Klubben
- Kl. 11.00 Lunsj
- Kl. 12.00 Innsvømming
- Kl. 13.00 Åpning
- Kl. 13.30 Stevnestart alle klasser
- Kl. 19.00 Jubileumsbankett på Quality Hotel Klubben

Søndag 22.mars 2020

- Kl. 09.00 Innsvømming
- Kl. 09.00 Lagledermøte i Tønsberg svømmehall
- Kl. 09.40 Utdeling av deltakerpremie til alle deltakere, samt fotografering.
- Kl. 10.00 Stevnestart (alle klasser)

* Med forbehold om endringer

Informasjon om Landsstevnet

Deltakelse

Stevnet er åpent for alle utøvere i klasse S14. Utøveren må ikke være medlem av en svømmeklubb tilsluttet NSF for å kunne delta på stevnet. *Vi gjør oppmerksom på at utøvere/deltakere som ikke er medlem av klubb i Norges Svømmeforbund og ikke har gyldig lisens, heller ikke er dekket gjennom forsikringsordningen som ligger i lisensen.*

For mer informasjon om lisens/forsikringer, se NSF's hjemmeside www.svomming.no

Klassifisering

Alle som svømmer i de approberte klassene CB, CC, CD må ha gyldig klassifisering i klasse S14. Klassifisering gjøres gjennom en dokumentasjon av diagnose. Dokumentasjon må sendes inn til NSF minimum 2 uker før Landsstevnet. Alle som har behov for klassifisering eller har spørsmål, må ta kontakt med NSF: Kristin Homb, tlf: 907 48 548 / Mail: kristin@svomming.no

Premiering

Alle deltakere får deltakermedalje. I klassene CB, CC og CD deles det ut medaljer til de tre beste i hver klasse og øvelse. På stafettene stiller alle lag i samme klasse (CA) uansett klasse for svømmerne på laget. Det er premiering til de tre beste lagene i hver stafett-øvelse. Deltakermedaljen deles ut søndag morgen. Medaljeutdelingen for klassene CB-CC-CD skjer fortløpende under stevnet.

Sekretariat

Sekretariatet vil være i svømmehallen og er åpent fra kl. 11.30 lørdag til stevneslutt lørdag og fra kl. 08.45 til stevneslutt på søndag.

Matservering, lunsj og bankett

Bankett lørdag og lunsj lørdag og søndag forhåndsbestilles, se eget skjema side. NB! Husk å gi beskjed om evt. matallergier.

Det vil i tillegg være åpen kafeteria i svømmehallen. Her vil det være salg av baguetter, pølser, kaker, frukt og drikke m.m.

Bankett

Lørdag kveld kl. 19.00 er det jubileumsbankett på Quality Hotel Klubben. Pris pr. person er kr 350,-.

Bestilling bankett og lunsj

Bestillingsskjema (se senere i invitasjonen) sendes til stevner@tonsbergsvommeklubb.no

NB! Husk å oppgi klubbens kontaktperson med e-post og mobiltelefon, samt antall ledere.

Påmelding til stevnet

Påmelding skjer elektronisk via e-post stevner@tonsbergsvommeklubb.no
Det bør brukes Victoria, evt. regneark. **For klassene CB, CC og CD må påmeldingstid oppgis.**

Påmelding innen 5. mars 2020. Påmelding sendes til stevner@tonsbergsvommeklubb.no

I tillegg til navn, klubb, klasse, øvelse og bestetid pr øvelse, merkes ønske om start i vannet med W. Treningstider kan benyttes som påmeldingstid på Landsstevnet hvis øvelsen ikke er svømt på approbert stevne de siste 12 måneder.

Etteranmeldinger/strykning:

Etteranmeldinger kan godkjennes inntil lagledermøtet lørdag, dersom ledig plass i oppsatte heat, men da med dobbel startkontingent. Strykning foretas under lagledermøte lørdag, eller senest 1 time før den (de) start(er) strykningen gjelder, og da skriftlig til tidtakersjef.

Kontaktpersoner i Tønsberg Svømmeklubb:

Stevneleder	Ronald Christensen	ronald.christensen@outlook.com	915 72 718
Stevnekontor	Brit W. Nakken	brit@tonsbergsvommeklubb.no	948 71 975
Påmelding	Kolbjørn Hjartholm	stevner@tonsbergsvommeklubb.no	472 50 200
Pressekontakt	Merete Kvaal	mere-mar@online.no	924 92 852

Startkontingent

Klassene CB, CC, CD: Kr 100,- pr. individuell start
Rekruttklasse CA: Kr 100,- pr utøver og kr 200 pr lagstart

Innkvartering

Det er reservert rom på Hotel Klubben
Adresse: Nedre Langgate 49, 3126 TØNSBERG, e-post front@hotelklubben.no,
tlf. 33 35 97 00

Priser for overnatting standard rom inkl. frokostbuffet og WIFI:

Enkeltrom	Kr. 730,- pr. natt
Dobbeltrom	Kr. 990,- pr. natt
Trippelrom	Kr. 1320,- pr. natt

Når det gjelder trippelrom så er det begrensning på antallet, slik at det er «førstemann til mølla» prinsippet.

Når deltagere ringer/mailer for å bestille så oppgi «LSsvømming2020»

Tilbudet gjelder fram til 1.februar, etter denne dato kan det være andre priser.

Foresatte som ønsker å være tilstede på stevnet kan gjerne legges inn i samme bestilling slik at dere sikrer dere å overnatte på samme sted.

Hotell og transport:

Fra togstasjon til hotellet er det ca 600 meter. Fra hotellet til svømmehallen er det ca 1 km (ca 15 min gange). Alt er i gangavstand og det blir ikke satt opp noe transport.

ØVELSESOPPSETT 2020

Øvelser Lørdag		
1	25m rygg	D
2	25m rygg	H
3	50m fri	D
4	50m fri	H
5	50m butterfly	D
6	50m butterfly	H
7	100m bryst	D
8	100m bryst	H
9	50m rygg	D
10	50m rygg	H
11	4x50m fri*	D
12	4x50m fri*	H

Øvelser Søndag		
13	4x50m fri*	Mix
14	25m fri	D
15	25m fri	H
16	25m bryst	D
17	25m bryst	H
18	100m rygg	D
19	100m rygg	H
20	100m fri	D
21	100m fri	H
22	50m bryst	D
23	50m bryst	H
24	4x50m medley*	D
25	4x50m medley*	H

KRAV OG KLASSEINDELING

Kvalifiseringstider herrer

	Klasse CB		Klasse CC		Klasse CD
	Bestetid		Bestetid		Bestetid
	Fra	Til	Fra	Til	Fra – og bedre
50m Fri	1:18,43	1:02,26	1:02,25	0:45,87	0:45,86
100m Fri	2:53,14	2:17,43	2:17,42	1:41,26	1:41,25
50m Rygg	1:27,12	1:09,16	1:09,15	0:50,96	0:50,95
100m Rygg	3:09,13	2:30,12	2:30,11	1:50,61	1:50,60
50m Bryst	1:37,62	1:17,49	1:17,48	0:57,10	0:57,09
100m Bryst	3:35,36	2:50,94	2:50,93	2:05,95	2:05,94
50m Butterfly	1:24,21	1:06,85	1:06,84	0:49,26	0:49,25

Kvalifiseringstider damer

	Klasse CB		Klasse CC		Klasse CD
	Bestetid		Bestetid		Bestetid
	Fra	Til	Fra	Til	Fra – og bedre
50 m Fri	1:29,52	1:11,06	1:11,05	0:52,36	0:52,35
100 m Fri	3:14,84	2:34,66	2:34,65	1:53,95	1:53,94
50 m Rygg	1:40,16	1:19,51	1:19,50	0:58,58	0:58,57
100 m Rygg	3:35,00	2:50,65	2:50,64	2:05,74	2:05,73
50 m Bryst	1:51,66	1:28,63	1:28,62	1:05,31	1:05,30
100 m Bryst	4:02,81	3:12,73	3:12,72	2:22,00	2:21,99
50 m Butterfly	1:34,38	1:14,92	1:14,91	0:55,20	0:55,19

Eks. på plassering i riktig klasse

Kari svømmer	100 m fri på	2.21,50	dvs klasse CC
Kari svømmer	50 m rygg på	0.58,23	dvs klasse CD
Kari svømmer	50 m bfl på	1.45,36	dvs klasse CA
Kari svømmer	100 m bryst på	3.19,23	dvs klasse CB

Stafetter

I alle stafetter kan en melde på både klubblag, flere klubber sammen, samt kretslag. Alle stafetter svømmes i samme klasse (CA) og det er medaljer til de tre beste på hver øvelse. På Mix-stafetten er det ingen krav til antall damer/herrer pr lag. På fri-stafettene er det ingen krav til svømmeart.

Stafettlag kan etteranmeldes på lagledermøte lørdag morgen.

Klasse CA – CB – CC - CD

25 m svømmes kun i CA-klassen med manuell tidtaking, men alle kan melde seg på i denne øvelsen. Utøvere i CA-klassen kan også svømme alle de øvrige øvelser.

Se for øvrig nærmere beskrivelse innledningsvis (Om Landsstevnet) om klassene på Landsstevnet.

Vi gjør oppmerksom på at utøvere/deltakere som ikke er medlem av klubb i Norges Svømmeforbund og ikke har gyldig lisens, heller ikke er dekket gjennom forsikringsordningen som ligger i lisensen.

For mer informasjon om lisens/forsikringer, se NSF's hjemmeside

www.svomming.no

Vi gjør også oppmerksom på at utøvere som vil at tider oppnådd på Landsstevnet skal registreres på deres profil på www.medley.no må være klassifisert og ha gyldig lisens (det er kun utøver med gyldig lisens som er synlig på Medley).

Bestillinger - Landsstevnet i svømming 2020

Klubb: _____

Full adresse: _____

Kontaktperson: _____ Mobil: _____

E-post: _____ E-post for faktura: _____

Antall svømmere: _____ Antall ledere: _____

Mat	Antall	Pris pr pers	Totalt
Lunsj lørdag (baguette, drikke og frukt)		Kr. 125,-	
Bankett lørdag,		Kr. 350,-	
Lunsj søndag (baguette, drikke og frukt)		Kr. 125,-	
Sum mat			

Matallergier

Navn	Allergisk mot

Betaling for påmelding og bestillinger

Tønsberg svømmeklubb sender faktura til alle klubber i etterkant av stevnet.
Skjemaet for matbestilling sendes sammen med stevneopmeldingen til
stevner@tonsbergsvommeklubb.no **innen 5 mars 2020.**

SAMTYKKEERKLÆRING BILDER

Er det greit at det tas bilder og film av deg/ditt barn på Landsstevnet i svømming?	JA	NEI
Er det greit at bildene av deg/ditt barn publiseres på passordbeskyttede nettsider/ lukkede Facebook-grupper?		
Er det greit at bildene og ev. filmene av deg/ditt barn blir brukt på idrettslagets åpne hjemmeside og i i sosiale medier?		
Er det greit at bildene av deg/ditt barn brukes i forbindelse med promotering av Landsstevnet i svømming og parasvømming mer generelt?		
Er det greit at bildene og ev. filmene av deg/ditt barn blir brukt på idrettslagets åpne hjemmeside og i i sosiale medier?		
Jeg har lest « Retningslinjer for publisering av bilder og film av barn »		

Vi samtykker herved at idrettslaget tar bilder av meg/vårt barn til ovennevnte bruk.

Loven stiller i utgangspunktet ikke krav til at samtykket skal være skriftlig, men ved bruk av samtykkeerklæringen vil det ikke være rom for tvil om at samtykket er gitt.

Samtykket gjelder for – navn / født

Idrettslag / gruppe i idrettslag

Signatur (Sett kryss dersom barnet ikke kan skrive selv)

Sted / dato:

Navn på én foresatt (dersom barnet er under 15 år)

Signatur foresatt

VEL MØTT - VI GLEDER OSS!

Hilsen alle oss i Tønsberg Svømmeklubb