



**NORGES  
SVØMMEFORBUND**  
*Norwegian Swimming Federation*



**STAVANGER**  
SVØMMEKLUBB

# **Norgesmesterskap i svømming kortbane**

**Senior, junior og parasvømmere**

**Stavanger svømmehall**

**Torsdag 17. - søndag 20. november 2022**

På vegne av Norges Svømmeforbund har Stavanger Svømmeklubb, som teknisk arrangør, gleden av å invitere til Norgesmesterskap i svømming kortbane 2022 for junior-, senior- og parasvømmere.

**Sted:** Stavanger svømmehall  
**Tid:** Torsdag 17. november til og med søndag 20. november 2022  
**Stevnestart:** Hver dag kl. 09.00.  
**Finaler:** Søndag kl. 16.00, Øvrige dager 17.00.

**Junioralder for jenter: 13-18 år**  
**Junioralder for gutter: 13-19 år**

### BASSENG

Bassenget har ferskvann, er 25m og det benyttes 6 baner med bølgedempende baneskillere. Bassenget har startpaller på den ene siden og Omega ryggstartskinner. Vanntemperatur: 27°C.

### PÅMELDING/ETTERANMELDING

**Påmeldingsfrist 3. november kl. 24.00**

Lagleders mobiltelefonnummer må følge påmeldingen.

Påmelding skjer elektronisk med uni\_p-fil via e-post. Alle svømmere som deltar i Norgesmesterskapet, **inklusive stafettreserver**, skal være oppgitt i klubbens påmelding. Ved ufullstendig påmelding kan start nektes. Alle påmeldinger blir bekreftet. Påmeldingen kan ikke regnes som godkjent før bekreftelsen er mottatt. Er det usikkerhet om påmeldingen er kommet frem, kontakt oss på 909 73 709 innen 3. november 2022 kl. 24.00.

### Lag

Klubben må ved innmelding av stafettlag melde inn 4 svømmere som skal delta på mesterskapet enten individuelt eller på stafett. Disse fire svømmerne må individuelt ha oppnådd gyldig tid på sin stafettetappe innenfor kvalperioden. Summert må disse tidene være innenfor kvalifikasjonskravene for den aktuelle stafettøvelsen. De 4 svømmerne som blir meldt inn på stafettlaget må være påmeldt til NM enten som individuell eller stafettdeltager, men det er ikke nødvendigvis disse som må stille i den aktuelle øvelsen.

Hvis klubben skal stille med 2 lag i en stafettøvelse må det meldes inn 4 svømmere til, som sammenlagt med sine individuelle tider går under kvalifikasjonskravet til aktuell øvelse. På samme måte melder man inn 4 og 4 svømmere for hvert ekstra stafettlag man skal ha med i en stafettøvelse. **Hver klubb kan maksimalt stille med 4 lag på samme stafettøvelse.**

Det presiseres at stafettsvømmere ikke nødvendigvis må ha oppnådd krav til individuelle øvelser på stevnet, men stafettsvømmerens individuelle tider må sammenlagt klare kravet som er satt opp på de enkelte lagøvelsene.

For de som benytter påmeldingsløsningen på [medley.no](http://medley.no) kan lag settes opp med utøvere i denne, og slik dokumentere påmeldingstider i påmeldingslisten som sendes inn.

Det er også mulig å kalkulere påmeldingstid til stafetter ved å gå til følgende side på [medley.no](http://medley.no): [www.medley.no/stafett.aspx](http://www.medley.no/stafett.aspx)

På denne siden kan man enten la programmet kalkulere klubbens beste tid på de enkelte stafettøvelser hvor utøvere velges automatisk, eller man kan komponere lagene selv og la [medley.no](http://medley.no) gjøre regnejobben.

***Påmeldingstid til de enkelte stafettøvelsene kan ikke oppgis bedre enn det som er svømmernes individuelle tider sammenlagt.***

***I kalkuleringsfunksjonen for stafett på [medley.no](http://medley.no) kan man laste ned kalkuleringen i pdf-format. Hvis man ikke dokumenterer påmeldingstidene via påmeldingsskjema fra [medley.no](http://medley.no), legges denne ved påmeldingen til NM for hver stafettøvelse klubben skal delta på.***

### **Etteranmelding**

Etteranmelding kan godkjennes inntil lagledermøte er avsluttet kvelden før første konkurransedag, onsdag 16. november kl. 19.00.

Startkontingent ved etteranmelding er kr 1000,- pr. øvelse jfr. GE 32.4

### **Etteranmelding av lagsvømmere**

Deltagere som kun skal delta på lagsvømming, må være med i påmeldingen innen påmeldingsfristen. Etteranmelding av lagsvømmere tillattes inntil lagledermøte er avsluttet kvelden før første konkurransedag, onsdag 16. november. kl.19.00. Gebyr er kr 1000,- pr svømmer jfr. GE32.4.

### **Innlevering av lagoppsett**

Den endelige rekkefølgen på lagsvømmerne i stafettlag leveres innen en time før den aktuelle stevneøktas start, jfr GE32.5. Lagoppsett leveres elektronisk. Passord for innlogging blir utlevert på stevnekontoret.

For sent innlevert lagoppsett medfører gebyr på kr 500,- jfr. GE 21.1.4

### **Påmelding sendes til**

John Erlend Christiansen, [jech@medley.no](mailto:jech@medley.no), Mobil: 909 73 709

Rangeringslister legges ut på [www.livetiming.no](http://www.livetiming.no) kort tid etter påmeldingsfristen.

### Kontaktpersoner

- Stevneleder  
Thomas Y. Johnsen, [thomaty@hotmail.com](mailto:thomaty@hotmail.com), 922 38 160
- Teknisk ansvarlig  
Eivind Sædberg, [eivind.sedberg@skole.rogfk.no](mailto:eivind.sedberg@skole.rogfk.no)
- Sekretariatsansvarlig  
Rune Småvik, [rsmavik@lyse.net](mailto:rsmavik@lyse.net)
- FAU/kantine  
Ulrika Johansson, [ulrika@stavangersvømmeklubb.no](mailto:ulrika@stavangersvømmeklubb.no), 984 75 456
- Daglig leder, Stavanger Svømmeklubb  
Åge Olsen, [agol@stavangersvømmeklubb.no](mailto:agol@stavangersvømmeklubb.no)
- Dommeransvarlig  
Line Forberg Dickhausen, [line.dickhausen@lyse.net](mailto:line.dickhausen@lyse.net)
- Teknisk delegert fra Norges Svømmeforbund  
Vigdis Heimly, [vigdis.heimly@gmail.com](mailto:vigdis.heimly@gmail.com) 934 35 088
- Påmeldinger  
John Erlend Christiansen, [jech@medley.no](mailto:jech@medley.no), 909 73 709

### STARTKONTINGENT

Individuell: kr. 100,- pr. øvelse  
Lag: kr. 200,- pr. øvelse

Startkontingent faktureres i etterkant av påmeldingen.  
Evt. etteranmeldinger faktureres i etterkant av mesterskapet.

**Husk å ta med kvittering på lagledermøte for betalt startkontingent. Utøvere fra klubber som har mottatt faktura og ikke har betalt startkontingent blir nektet start. Ref. GE33.1**

### STARTBETINGELSER

Ref. GE 1, GE 28 og GE 29.

Utenlandske statsborgere som er fast bosatt i Norge, kan søke forbundsstyret i NSF om starttillatelse til deltagelse. Søknaden må dokumentere at søkeren har oppholds- og/eller arbeidstillatelse i Norge. Søknad om starttillatelse må være NSF i hende **senest 8 uker før mesterskapet arrangeres.**

### TILBAKETREKKING

Det er tillatt å trekke en påmelding innen en time før stevnestart på konkurransedagen. Dette gjøres elektronisk. Dersom en svømmer må trekke seg senere på grunn av sykdom, vil det medføre at svømmerens bane går tom på konkurransedagen. Det blir ingen omfordeling av svømmere mellom heat eller økter på konkurransedagen. Tilbaketrekkingen skal være skriftlig. Startkontingenten refunderes ikke, jfr. GE 34.

### STRAFFEGEBYR

Straffegebyr på kr.1.000,- for å trekke seg fra en øvelse uten overdommers godkjenning (GE 21 og GE 34) og for uriktig påmelding (GE 19.1.4 og GE 30.1). **PREISERING AV REGEL VED START (SV4A)** «*Starten i fri, bryst- og butterflysvømming og individuell medley skal foregå ved stup.*» Svømmeren har altså bare gjennomført start når denne har stupt i vannet. Denne regelen vil bli praktisert slik som den står i regelverket. Dersom en svømmer velger å avbryte starten ved å ikke stupe, men gå ned fra startblokken, vil svømmeren bli ilagt et straffegebyr som beskrevet over.

### ÅPNINGSSEREMONI

Åpningsseremoni blir i forbindelse med finalestart torsdag 17. november kl. 16.40.

### DOPINGKONTROLLER

Utøverne må være forberedt på at det kan bli foretatt dopingkontroller i løpet av mesterskapet.

### PREMIERING

- NSF's medaljer til de tre beste i hver øvelse pr. klasse.
- Gavepremier til de 20 beste prestasjonene fra individuelle løp uavhengig av klasse etter FINA 2021 poengtabell.
- Gavepremier til de 20 beste prestasjonene for juniorer fra individuelle løp etter FINA 2021 poengtabell
- Gavepremier til de 5 beste prestasjonene av parasvømmere etter australsk modell basert på verdensrekorder på langbane pr 1. januar 2022.

Ved lik poengsum rangeres utøverne etter nest beste resultat.

### STEVNEKONTOR

Stevnekontor er åpent fra onsdag 16. november kl. 16.00 og er betjent under mesterskapet.

Klubbene melder seg for registrering ved første ankomst til stevnekontoret. Trener eller lagleder går til sekretariatet og henter akkrediteringer til sin klubb.

### LAGLEDERMØTE

Sted: Stort møterom i 2. etasje, mesanin (info ved inngang til hallen)

Tid: Onsdag 16. november kl. 19.00

Det blir også mulig å delta på møtet elektronisk. Info om dette vil bli gitt.

### INNSVØMMING

Det blir muligheter for inn-/utsvømming. Kannikhallen blir også tilgjengelig. Ytterligere informasjon gis i forkant av mesterskapet.

### AKKREDITERING

Klubben får tildelt sine utøveres akkrediteringskort ved registrering. Akkrediteringskortet må fremvises ved inngang og oppmøte til callroom. Alle som skal inn i svømmehallen må ha akkreditering og må registreres på forhånd. Svømmere registreres via påmeldingen, øvrige oppføres i eposten med navn, funksjon, mobilnr og postnr. Trenere/Lagledere og smittevernsansvarlig for klubb må oppgis i påmeldingen.

### A og B-finaler

Det blir avholdt A- og B-finaler i seniorklassen i ettermiddagsøkten. Det arrangeres B-finaler i følgende øvelser: alle 50 og 100 meterøvelsene. A-finaler er for svømmere rangert fra 1-6, B-finalene er for svømmere rangert fra 7 til 12 etter forsøkene (etter strykninger). Det er ikke B-finaler på stafettøvelser. B-finalene svømmes i forkant av de respektive A-finalene.

### NM junior

- NM jr vil bli gjennomført med direkte finale på formiddagen.
- Utøvere i NM jr kan kvalifisere seg til finaler i NM sr på grunnlag av resultater i NM jr.
- På 400m IM, 800m fri og 1500m fri sorteres heatene etter påmeldingstid uavhengig av deltakelse i NM jr eller NM sr. De beste NM jr svømmerne kan derfor være aktuelle for finaleheatet i ettermiddagsøkten.
- Alle stafetter i juniorklassen svømmes på formiddagen.

### NM senior

- Forsøk formiddag
- Direkte finale på 400m IM, 800m fri og 1500m fri, med siste heat i finaleøkten på kvelden.
- Direkte finale på stafettene 4x50 fri/medley, 4x100 fri/medley og 4x200 fri, med alle heat på kvelden.

Øvelsesrekkefølger på formiddagen starter med parasvømmere, deretter forsøk senior klassen, og så direkte finale junior klassen.

### PARASVØMMERE

I stevnet er det én klasse for parasvømmere: Senior.

Kvalifikasjonskrav for parasvømmere er 150 % av verdensrekorden på langbane pr 1. januar 2022 i den respektive svømmerens klasse.

For NM-krav parasvømmere vises det til:

<https://svomming.no/svomming/svomming-forside/kval-krav/>

Rangeringen skjer på bakgrunn av oppnådd tid i forhold til verdensrekord 1. januar på langbane i den enkelte klasse.

### BEVERTNING

Det vil være kafé med flere sittemuligheter. Vi minner alle om å passe på avstand til andre særlig når man står i kø.

## KVALIFISERING

Kvalifikasjonsperioden er fra 3. november 2021 til 3. november 2022

Kvalifiseringstider fra 50m og 25m sorteres uavhengig av bassenglengden de er oppnådd i.

## Kvalifiseringskrav NM Sesongen 2022-2023

mar.22



Mesterskap	Juniorkrav				Seniorkrav				
	Kjønn	Jenter		Gutter		Damer		Herrer	
		Bassenglengde	Kortbane	Lang	Kortbane	Lang	Kortbane	Lang	Kortbane
Øvelse	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid
50 fri	00:27,80	00:28,60	00:24,87	00:25,77	00:27,20	00:28,00	00:24,16	00:25,06	
100 fri	01:00,56	01:02,06	00:53,92	00:55,62	00:59,41	01:00,91	00:52,59	00:54,29	
200 fri	02:09,57	02:12,87	01:59,01	02:02,21	02:08,36	02:11,66	01:55,95	01:59,15	
400 fri	04:33,50	04:40,50	04:09,80	04:16,50	04:31,29	04:38,29	04:09,26	04:15,96	
800 fri	09:28,50	09:39,60	08:34,50	08:46,50	09:28,50	09:39,60	08:34,50	08:46,50	
1500 fri	18:10,25	18:29,85	16:34,60	16:57,10	18:10,25	18:29,85	16:34,60	16:57,10	
50 rygg	00:31,73	00:32,63	00:28,80	00:29,60	00:31,63	00:32,53	00:28,40	00:29,20	
100 rygg	01:08,10	01:09,40	01:01,49	01:02,89	01:07,80	01:09,10	01:00,80	01:02,20	
200 rygg	02:23,90	02:28,60	02:12,20	02:16,20	02:23,70	02:28,40	02:11,90	02:15,90	
50 bryst	00:35,06	00:36,06	00:30,95	00:32,05	00:34,27	00:35,27	00:30,58	00:31,68	
100 bryst	01:15,90	01:18,80	01:08,74	01:11,24	01:14,90	01:17,80	01:07,40	01:09,90	
200 bryst	02:43,60	02:48,60	02:29,70	02:34,20	02:41,50	02:46,50	02:27,50	02:32,00	
50 butterfly	00:29,80	00:30,50	00:26,70	00:27,50	00:29,15	00:29,85	00:25,90	00:26,70	
100 butterfly	01:07,30	01:08,60	00:59,80	01:01,20	01:06,96	01:08,26	00:59,38	01:00,78	
200 butterfly	02:32,00	02:36,50	02:16,40	02:21,90	02:30,57	02:35,07	02:13,58	02:19,08	
100 medley	01:09,00		01:01,84		01:07,90		01:00,64		
200 medley	02:25,40	02:30,10	02:14,40	02:18,90	02:23,30	02:28,00	02:12,61	02:17,11	
400 medley	05:16,10	05:24,60	04:48,95	04:57,45	05:13,50	05:22,00	04:47,16	04:55,66	
4x50 medley*	02:06,89		01:53,82		02:04,75		01:51,54		
4x50 fri*	01:53,70		01:41,98		01:51,30		01:39,14		
4x100 fri*	04:06,24		03:39,68		04:01,64		03:34,36		
4x200 fri*	08:44,28		08:02,04		08:39,44		07:49,80		
4x100 medley*	04:35,86		04:07,95		04:33,07		04:04,17		
4x50 medley mix*	02:00,36				01:58,14				

\*Maks 4 lag pr klubb pr øvelse

For mer informasjon om kvalifisering og kvalifiseringskrav se:  
<http://svømming.no/svømming/svømming-forside/kval-krav/>



ØVELSESOPPSETT

Torsdag			Fredag		
Øvelse nr	Øvelse	Kjønn	Øvelse nr	Øvelse	Kjønn
101	4x50 medley	Damer	213	4x50 medley	Herrer
102	800 fri	Herrer	214	800 fri	Damer
103	400 fri*	Damer	215	400 fri*	Herrer
104	50 bryst*	Herrer	216	50 bryst*	Damer
105	50 rygg*	Damer	217	50 rygg*	Herrer
106	200 medley*	Herrer	218	200 medley*	Damer
107	100 butterfly*	Damer	219	100 butterfly*	Herrer
108	200 rygg	Herrer	220	200 rygg	Damer
109	200 bryst	Damer	221	200 bryst	Herrer
110	50 butterfly*	Herrer	222	50 butterfly*	Damer
111	4x200 fri	Damer	223	4x200 fri	Herrer
112	4x100 fri	Herrer	224	4x100 fri	Damer
Lørdag			Søndag		
Øvelse nr	Øvelse	Kjønn	Øvelse nr	Øvelse	Kjønn
325	400 medley	Damer	437	400 medley	Herrer
326	4x50 fri	Herrer	438	4x50 fri	Damer
327	200 fri*	Damer	439	200 fri*	Herrer
328	200 butterfly	Herrer	440	200 butterfly	Damer
329	100 rygg*	Damer	441	100 rygg*	Herrer
330	100 fri*	Herrer	442	100 fri*	Damer
331	50 fri*	Damer	443	50 fri*	Herrer
332	100 medley*	Herrer	444	100 medley*	Damer
333	100 bryst*	Damer	445	100 bryst*	Herrer
334	1500 fri	Herrer	446	1500 fri	Damer
335	4x100 medley	Damer	447	4x50 medley	Mix
336	4x100 medley	Herrer			

Øvelser for parasvømmere er merket med \*



## Hotell

Tilbudet fra Comfort inkluderer frokost og mulighet for matpakke, men de tilbyr ikke middag.  
Husk kode «NM Svømming» når klubbene booker.

### Clarion Hotel Stavanger:

Prisene er per natt, og gyldige fra 17. november til og med 20. november.  
Enkeltrom; kr 1.020,- Dobbelrom; kr 1.120,- Trippelrom; kr 1.370,- (Begrenset tilgjengelighet).  
Det holdes 200 rom. Frokost er inkludert. Lunsj; kr 215,- per person. Middag; kr 275,- per person.  
Bookingkode; GR016989 Send e-post til [svn.olav.bjerga@choice.no](mailto:svn.olav.bjerga@choice.no) for booking.

### Comfort Hotel Stavanger:

Prisene er per natt, og gyldige fra 17. november til og med 20. november.  
Enkeltrom; kr 920,- Dobbelrom; kr 1.020,- Trippelrom; kr 1.270,- (Begrenset tilgjengelighet).  
Det holdes 150 rom. Frokost er inkludert. Comfort Hotel Square tilbyr ikke bespisning utover det.  
Bookingkode; GR010369 Send e-post til [co.square@choice.no](mailto:co.square@choice.no) for booking.

### Thon Hotel:

For å bestille: Følg linken og velg Norges Svømmeforbund  
<https://www.thonhotels.no/thon-sport/#forbund>

# Velkommen til Stavanger!

