



Zeekit Landsdel Årsklassemønstring ØST 2024

Lambertseter Svømmeklubb
Sportsklubben Speed

15.-17. mars 2024



Som teknisk arrangør har Lambertseter Svømmeklubb og Sportsklubben Speed, på vegne av Norges Svømmeforbund, gleden av å invitere til Zeekit Landsdel Årsklassemønstring (LÅMØ) 2024. Årsklassemønstringen arrangeres etter NSF's lover og regler.

Basseng

Mønstringen holdes i Manglerud bad. Bassenget har 8 baner, temperatur 27 grader, Omega-startpaller og ryggstartere

Åpning av arrangementet

Fredag 15.mars 2024 kl. 13.40, stevnestart kl. 14.00.

Deltagelse

Årsklassemønstringen arrangeres for gutter og jenter 11-16 år fra klubber i region øst.

De 24 guttene og 24 jentene med høyest sammenlagt poengsum (FINA-2022) 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.

For klassifiserte parasvømmere er det ingen begrensning på antall, men alle må ha gyldig tid i alle 5 paraøvelsene.

Øvelsesutvalg

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

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

Para gutter/jenter 11-16 år 200m fri, 100m rygg, 100m bryst,
50m butterfly, 100m medley

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

Kvalifiseringsperiode og påmelding

Resultater oppnådd i approberte stevner i perioden 1. mars 2023 til 29. februar 2024 gjelder for påmeldingsperioden til LÅMØ 2024. 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. Poengtabell FINA-2022 benyttes til kvalifisering.

Tidene som poengsummene beregnes fra, må være gyldige, dvs. oppnådd i løpet av kvalifiseringsperioden. Ved lik poengsum ved kvalifisering i 13-16 års klassene blir den med høyest poengsum på 200 IM rangert først. Er det også lik poengsum på 200 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 lagledermøtet første dag er avsluttet. Er det 24 eller flere påmeldte vil etteranmeldinger bli rangert sist på rangeringslisten, rangert etter tidspunktet etteranmeldingen blir meddelt arrangør.



LÅMØ ØST 2024

For parautøvere og 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 **29. februar 2024 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.

Eventuelle strykninger meddeles til arrangør: stevne@sk-speed.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 dagen for påmeldingsfrist. Eventuelle strykninger meddeles til arrangør så snart som mulig.

Rangeringslister og hvem som er påmeldt kan følges på: <https://www.medley.no/sl.aspx?slid=9>
Deltakeroversikt blir IKKE sendt ut, men deltakerlister blir publisert på www.medley.no kort tid etter påmeldingsfristen.

Resultater sammenlagt

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

Alle utøvere må svømme alle 5 øvelser for årsklassen, men kun 4 av øvelsene teller med i den sammenlagte poengsummen for hver utøver. Den øvelsen som for svømmer har den laveste poengsummen er ikke med i sammenlagt plasseringen på LÅMØ. 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-2023 benyttes for beregning av sammenlagtresultater.

For paraklassene rangeres de individuelle øvelsene på bakgrunn av australsk modell. Dvs at resultatet måles opp mot verdensrekorden på langbane publisert av IPC pr 1. januar 2022. Den som har lavest prosent målt mot verdensrekorden i sin årsklasse blir rangert først.

For beregning av sammenlagtresultater vil 1. plass på en individuell øvelse gi 10 poeng. 2. plass gir 7 poeng og 3. plass gir 5 poeng. Det gis videre 3 poeng for 4. plass, 2 poeng for 5. plass og 1 poeng for 6. plass. Den med flest poeng sammenlagt blir høyest rangert i sin årsklasse. Alle utøvere må svømme alle 5 øvelser, men kun de 4 beste øvelsene teller i sammendraget.



Premiering

- Deltagerpremie til alle i 11- og 12-års klassene
- NSF's medalje 1-3 plass pr øvelse i alle årsklasser
- Egnert premie 1-6 plass sammenlagt pr årsklasse i alle klasser

Direkte kvalifisering til årsklassemesterskap 2024

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

For paraklassen går de 6 beste i hver årsklasse videre til ÅM. For de øvrige klassene går de 30 beste i hver årsklasse videre til ÅM.

I etterkant av LÅMØ 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. Startkontingent faktureres klubb i etterkant av påmeldingsfrist. Husk å oppgi fakturainfo ved påmelding.

Stevnekontor

Stevnekontoret i svømmehallen har åpent torsdag kl. 18.00-19.00 og fredag kl. 12.00 og under hele arrangementet.

Lagledermøte

Lagledermøte avholdes torsdag kl 19.00 på Teams. Mer info kommer.

Kontaktpersoner

- Stevneleder: Caroline Brinchmann, caroline@lsvk.no / 472 50 336
- Teknisk leder: Lasse Johansen, stevne@sk-speed.no / 957 99 059
- Stevnekontor: Siw Kristine Hauger, siw@lsvk.no / 909 70 988
- Pressekontakt: Kari Leer Backe-Hansen, kari@sk-speed.no / 982 21 934

Innsvømming og stevnestart

Dag	Innsvømming	Stevnestart
Fredag	12.15-13.30	14.00
Lørdag	07.00-08.45	09.00
Lørdag	13.45-14.45	15.00
Søndag	07.00-08.45	09.00
Søndag	12.45-13.45	14.00



Øvelsesoppsett Landsdel Årsklassemønstring 2024

Øvelse jenter	Fredag kl. 14.00		Øvelse gutter
1	50 m butterfly	Para	2
3	50 m butterfly	klasse født 2013	4
5	100 m butterfly	klasse født 2012	6
7	400 m fri	klasse født 2011	8
9	400 m fri	klasse født 2010	10
11	400 m fri	klasse født 2009	12
13	400 m fri	klasse født 2008	14
Lørdag kl. 09.00			
15	200 m fri	Para	16
17	200 m fri	klasse født 2013	18
19	400 m fri	klasse født 2012	20
21	100 m butterfly	klasse født 2011	22
23	100 m butterfly	klasse født 2010	24
25	100 m butterfly	klasse født 2009	26
27	100 m butterfly	klasse født 2008	28
Lørdag kl. 15.00			
29	100 m bryst	Para	30
31	100 m bryst	klasse født 2013	32
33	200 m bryst	klasse født 2012	34
35	200 m bryst	klasse født 2011	36
37	200 m bryst	klasse født 2010	38
39	200 m bryst	klasse født 2009	40
41	200 m bryst	klasse født 2008	42
Søndag kl. 09.00			
43	100 m rygg	Para	44
45	100 m rygg	klasse født 2013	46
47	200 m rygg	klasse født 2012	48
49	200 m rygg	klasse født 2011	50
51	200 m rygg	klasse født 2010	52
53	200 m rygg	klasse født 2009	54
55	200 m rygg	klasse født 2008	56
Søndag kl. 14.00			
57	100 m medley	Para	58
59	100 m medley	klasse født 2013	60
61	200 m medley	klasse født 2012	62
63	200 m medley	klasse født 2011	64
65	200 m medley	klasse født 2010	66
67	200 m medley	klasse født 2009	68
69	200 m medley	klasse født 2008	70

Ved få deltagere i paraklassene kan parasvømmere legges inn i heat med de øvrige klassene hvis det er ledig plass.

Informasjon fra arrangør

Vi har inngått en avtale med Thon Hotels som gir oss 20 % rabatt på overnatting mellom torsdag 14.mars og søndag 17.mars 2024.

Bestilling gjøres av klubbene selv direkte i denne linken:

<https://www.thonhotels.no/hoteller/sok/?HotelSearch=Oslo+-+16+hoteller&SearchPageId=1158&CheckInDate=2024-03-14&CheckOutDate=2024-03-17&Rooms=1,0,0,0>

Klubbene kan selv velge mellom hotellene dere vil finne i linken. Alle hotellene har god forbindelse til Manglerud med t-banen og reisende skal ta bane 4 til Bergkrystallen og gå av på Manglerud T. Fra stasjonen er det ca. 10 minutter å gå til Manglerud bad.