



LÅMØ kvalik Sør

Mandal Svømmeklubb har gleden av å invitere til **LÅMØ kvalik Sør** i Mandal svømmehall **søndag 8. februar 2026**.

Arrangementet gjennomføres i henhold til **Norges Svømmeforbunds lover og regler**.

Det benyttes elektronisk tidtakingssystem, og startlister, heatlister, tidsskjema, resultater og øvrig informasjon vil bli fortløpende oppdatert og tilgjengelig på www.livetiming.no.

Målgruppe og klasser

Arrangementet er rettet mot de yngste utøverne som kan delta på approberte arrangementer, og utøvere som skal kvalifisere seg for LÅMØ.

- Stevnet er åpent for årsklassene **2010–2017**
- Stevnet fungerer som **LÅMØ-kvalifisering** for årsklassene **2014/2015** og **2010-2013**.
- **Årsklasse 2010** er eldste deltakende årsklasse

Startlisens må være løst før arrangementstart.

Anlegg

Mandal Svømmehall har **25 m kløret ferskvannsbasseng** med seks baner, bølgedempende baneskillere og vanntemperatur på ca. **27 °C**.

Premiering

- Det er **1/3-dels premiering** i alle årsklasser
- **Årsklassene 2016 og 2017** mottar **deltakerpremie**
- **Årsklassene 2014 og 2015** mottar i tillegg til 1/3-premiering også **deltakerpremie**



LÅMØ kvalik Sør



Tidsskjema

- **Innsømming:** kl. 08:30
- **Lagledermøte:** kl. 09:00 (klatrehallen)
- **Dommermøte:** kl. 09:30 (klatrehallen)
- **Arrangementstart:** kl. 10:00

Øvelsesoppsett

Damer		Herrer	
1.	100 Rygg	2.	100 Rygg
3.	200 Bryst	4.	200 Bryst
5.	50 Fri	6.	50 Fri
7.	100 Butterfly	8.	100 Butterfly
9.	50 Bryst	10.	50 Bryst
PAUSE			
11.	50 Rygg	12.	50 Rygg
13.	100 Bryst	14.	100 Bryst
15.	200 Individuell Medley	16.	200 Individuell Medley
17.	200 Fri	18.	200 Fri
19.	100 Fri	20.	100 Fri

Påmelding

Elektronisk påmelding sendes samlet klubbvis innen

fredag 30. januar 2026 til tidtakersjef **Marcus Olsen** på e-post: **marcus@ksa.no**

Påmelding sendes fortrinnsvis via **medley.no**, alternativt på standardformat (UNI_P / stevnebørsen / Kobben) eller Word.

Strykningsfristen er 08.02.2026 klokken 09:00.

Startkontingent og fakturering

Startkontingent faktureres klubbene **etterskuddsvis**.

- Kr 100,- per individuell øvelse
- Kr 100,- per deltaker for årsklassene 2016 og 2017

Fakturering skjer via **EHF** fra Mandal Svømmeklubb.

Etter anmelding

Etter anmelding er mulig mot **dobbel startkontingent**, forutsatt ledige baner i heat.
Etter anmeldelser faktureres i etterkant av arrangementet.



LÅMØ kvalik Sør



Retningslinjer

Mandal Svømmeklubb har egne **retningslinjer for innendørs stevne**, som alle **trenere skal forholde seg til**. Disse er tilgjengelige på **medley.no**

Kiosk

Det vil være kiosksalg under hele arrangementet.
Betaling via **Vipps**.

Spørsmål

Eventuelle spørsmål kan rettes til:
Frode Bergene – tlf. 466 36 798

VELKOMMEN TIL OSS

VÅRE SPONSORER

