



Invitasjon til
HØSTSVØM
i MJØSBADET
13. september 2026



Foto: Ringsaker kommune/ Mjoesparken.no



Eidsiva.



Søndag 13. september inviterer Hamar IL til Høstsvøm i Mjøsbadet i Brumunddal

Med NSF's godkjenning inviterer Hamar IL til Høstsvøm i Mjøsbadet i Brumunddal. Arrangementet arrangeres i henhold til Norges svømmeforbunds lover og regler.

Litt om Mjøsbadet:

Mjøsbadet ligger sentralt i Brumunddal like ved E6 og med gangavstand til jernbanestasjonen. Mjøsbadet er en del av Mjøsparken som er et flott fritidsanlegg for personer i alle aldre.

Mjøsparken byr på herlige sommeropplevelser for hele familien. Her kan du nyte late dager på stranda, rusle langs mjøspromenaden eller ha en aktiv dag i skateparken. Mulighetene er mange! I Mjøsparken finner du også flere ulike serveringssteder som tilbyr smakfulle lunsj- og middagsretter. Parken ligger i umiddelbar tilknytning til Mjøstårnet – verdens høyeste trebygning.

Det er gode muligheter for bespisning hos Wood hotell, i parken eller i Brumunddal, og Høstsvøm vil ha en liten kiosk hvor det er mulig å kjøpe litt mat. I Mjøsparken er det også tilrettelagt for grilling. Gratis parkering.

Dette er det perfekte sted for sesongstart for hele klubben. Mer info om Mjøsparken, bespisning, parkering m.m. finner dere på Mjøsparken sin hjemmeside.

[www. mjoesparken.no](http://www.mjoesparken.no)



Foto: Ringsaker kommune/ Mjoesparken.no

Sentrale datoer og klokkeslett:

Stevnedato: **Søndag 13. september**
Påmeldingsfrist: **Onsdag 2. september**
Påmelding sendes: **svomming@hamaridrettslag.no**

Innsvømming starter kl. 09:00

Dommermøte kl. 09:15

Arrangementstart kl. 10:00

Tidtaking:

Det benyttes helelektronisk tidtaking.

Bassenget:

Alle øvelser blir avholdt i anleggets konkurransebasseng med 7 baner à 25 meter. Vanntemperatur ca. 27-28 grader. Det benyttes bølgebrytende banetau.

Inn- og utsvømming kan foregå i anleggets 25. m lange opplæringsbasseng med ekstra oppvarmet vann. Det er også flotte områder utenfor hallen som kan benyttes.

Startkontingent:

Kr. 100,- pr individuell start

Kr. 100,- totalt for alle født 2016 og 2017

Faktura blir sendt til klubbene etter at stevnet er gjennomført

Cup:

Det kåres en sammenlagt vinner på alle fire 50 metere i 3 ulike klasser for gutter og jenter:

- Beste sammenlagt poengsum for senior (2007 og eldre), gutter og jenter
- Beste sammenlagt poengsum for junior (2008, 2009 og 2010), gutter og jenter
- Beste sammenlagt poengsum for ungdom (2011, 2012, 2013, 2014 og 2015), gutter og jenter

Gavekort på kr. 400,- fra XO sport til høyeste sammenlagt poengsum i hver klasse.

Øvelsesprogram:

JENTER	ØVELSE	GUTER
1.	50 fri	2.
3.	100 bryst	4.
5.	200 fri	6.
7.	50 butterfly	8.
9.	100 individuell medley	10.
11.	50 rygg	12.
13.	200 bryst	14.
15.	200 butterfly	16.
17.	50 bryst	18.
19.	100 rygg	20.
21.	100 fri	22.
23.	200 individuell medley	24.
25.	800 fri	26.

Det blir lagt inn en pause midt i programmet når vi har fått inn påmeldingen. Dersom det blir mange påmeldinger i øvelsen 800 meter kan det settes inn heatbegrensning.

Klasser:

Høstsvøm er åpen for svømmere født 2017 eller eldre.

Det konkurreres i følgende klasser:

- Jenter og gutter 2008-2017. En klasse for hvert årstrinn for jenter og gutter
- Funksjonshemmede S1-S15, SB1-SB15 og SM1-SM15
- Kvinner og menn senior 2007 og eldre

Premiering:

- Deltakerpremie til alle i aldersklassene 2014-2017.
- 1/3-dels premiering i klassene 2015 og eldre. (Ikke 2016-2017)
- Parasvømmere premieres etter NSF's regler og klassesdeling

Påmelding og etteranmelding:

Det forbeholdes rett til heatbegrensning ved for stor deltakelse slik at stevnet kan avholdes innenfor tidsrammen.

Tidsrammen for stevnet er etter avtale med Mjøsbadet i utgangspunktet satt mellom 10:00 -15:00 men her kan det komme justeringer for både starttidspunkt og sluttidspunkt når vi har mottatt påmeldingene.

Etteranmelding godtas hvis plass i heat.

Kontaktpersoner for arrangementet:

Stevneleder:

Kristine Røsland	svomming@hamaridrettslag.no	mobil: 90838495
------------------	-----------------------------	-----------------

Dommeransvarlig:

Tone Gjerstad	ledersvom@hamaridrettslag.no	mobil: 97779086
---------------	------------------------------	-----------------

Påmelding:	svomming@hamaridrettslag.no
------------	-----------------------------

