

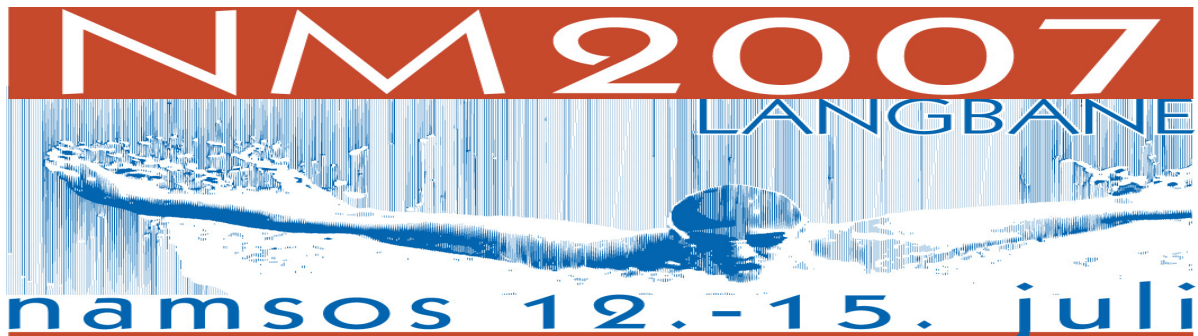


# Norgesmesterskap svømming - langbane 2007

for junior, senior og funksjonshemmede

Oasen svømme- og miljøsentert, Namsos

torsdag 12. - søndag 15. juli 2007



**På vegne av Norges Svømmeforbund, har Namsos Svømmeklubb som teknisk arrangør, gleden av å invitere til Norgesmesterskap i svømming langbane 2007 for senior, junior og funksjonshemmede.**

**STED:**

Oasen svømme- og miljøsentre, Namsos <http://www.oasen-namsos.no/index.htm>

**TID:**

Torsdag 12. juli - søndag 15. juli 2007

**BASSENG:**

Bassenget er 50 m og har 8 baner med bølgedempende baneskiller.

Vanntemperatur: 26°C.

**PÅMELDING/ETTERANMELDING:**

Påmelding skjer fortrinnsvis elektronisk via mail evt. på NSF's standard påmeldingslister. Alle svømmere som deltar i Norgesmesterskapet, inklusive stafettreserver, skal være oppgitt i klubbens påmelding. Ved ufullstendig påmelding kan start nektes. Alle påmeldinger blir bekreftet, og påmeldingen kan ikke regnes som godkjent før bekreftelsen er mottatt. Er det usikkerhet om påmeldingen er kommet frem er tlf 909 73 709 åpen til kl 24.00 den 28. juni.

Etteranmeldelse kan godkjennes inntil lagledermøte er avsluttet kvelden før første konkurransedag, onsdag 11. juli kl 19.00.

Startkontingent ved slik etteranmeldelse settes til kr 750,-/1.500,- pr. øvelse jfr. GE 34B.

**Påmeldingsfrist 28. juni 2007 kl 24.00.**

Lagleders mobiltelefonnummer må følge påmeldingen.

***Påmelding sendes til:***

John Erlend Christiansen

E-post: [nmlang@medley.no](mailto:nmlang@medley.no)

Mobiltilf: 909 73 709

Rangeringslister legges ut på [www.livetiming.no/nmlang07](http://www.livetiming.no/nmlang07) kort tid etter påmeldingsfristen.

**KONTAKTPERSONER:**

Generelt:

**Kolbjørn Thun** 971 66 202

[kolbjorn.thun@ntebb.no](mailto:kolbjorn.thun@ntebb.no)

**Morten Berntsen** 920 63 093

[mb@dueslaget.org](mailto:mb@dueslaget.org)

Påmelding:

**John Erlend Christiansen** 909 73 709

[nmlang@medley.no](mailto:nmlang@medley.no)

### **STARTKONTINGENT:**

Individuell kr. 75,- pr. øvelse

Lag kr. 150,- pr. øvelse

*Startkontingent betales samtidig med påmeldingen til:*

Namsos Svømmeklubb Bankkonto: 4202.09.40942

Merk: NM Langbane 2007

### **OVERNATTING:**

Namsos har svært begrenset hotellkapasitet.

Organisasjonskomiteen har derfor besluttet å tilby overnatting på madrasser og bespising ved Olav Duun VGS, en skole som ligger 10 min. gangtid fra Oasen svømme- og miljøsenter. Dette er en stor moderne skole med kantine, amfi og ei stor glassgate med sittegrupper. Her vil arrangøren ha sekretariat, lagledermøter, åpningsshow og premieutdeling.

Se <http://www.namsos-sk.org>

Dette tilbudet kan bestilles hos:

Mathias Mørkved, e-post [mathias@ntsasa.no](mailto:mathias@ntsasa.no) - mobil 951 90 954

### **REISEFORDELING:**

Det er vedtatt reisefordeling for alle svømmere på kr. 200,- pr. deltaker, samt for 1 trener/leder for hver 6. svømmer, begrenset oppad til 4 trenere/ledere.

Reisefordeling gjelder også for funksjonshemmede.

**Reisefordeling skal være betalt innen 28. juni 2007 til:**

Norges Svømmeforbund, 0840 Oslo - Bankgiro: 5134.06.06276

Mrk. Reisefordeling NM langbane 2007

Det skal betales reisefordeling også for svømmere som kun skal svømme stafett, samt reserver.

Vi minner om at utøvere fra klubber som ikke har betalt reisefordeling kan bli nektet start.

### **STARTBETINGELSER:**

Ref. GE 1, GE6, GE 13, GE 30 og GE 31.

Iht. Norges Svømmeforbunds regler, gjøres det også oppmerksom på at det kan bli foretatt dopingkontroll og blodprøver.

### **TILBAKETREKKING:**

Det er tillat å trekke en påmelding tilbake innen 1 time før stevnets start konkurransedagen.

Tilbaketrekkingen skal være skriftlig. Startkontingenten refunderes ikke, jfr. GE 36.

### **STRAFFEGEBYR:**

Straffegebyr på kr. 1.000,- for å trekke seg fra en øvelse uten overdommers godkjenning (GE 22D og GE 36A-B) og for uriktig påmelding (GE 22A pkt. 5 og GE 32).

### **PREMIERING:**

NSF's medaljer til de tre beste i hver øvelse i finaler, individuelt og lagsvømming. NSF's medaljer til de tre beste juniorene i hver øvelse.

Gavepremier til de 20 beste senior og juniorsvømmere etter NSF's poengtabell for de individuelle øvelsene.

Gavepremier til de 5 beste funksjonshemmede svømmerne.

Kongepokal til beste dame og herresvømmer etter NSF's poengtabell.

### STEVNEKONTOR:

I Oasen svømme- og miljøsenner, 2 etasje. Åpent fra onsdag 11. juli kl 15.00 til 19.00. Stevnekontoret vil for øvrig være betjent torsdag til søndag kl 07.00 til og med en time etter hver finalesekvens.

Klubbene melder seg for registrering ved første ankomst til svømmehallen eller sekretariatet ved Olav Duun VGS. Dette vil være åpent hele døgnet, fra onsdag 11. juli.

### LAGLEDERMØTE:

Avholdes på Olav Duun VGS onsdag 11. juli kl 19.00.

### ÅPNINGSSHOW:

Amfiet ved Olav Duun VGS onsdag 11. juli kl 20.00.

### INNSVØMMING:

Onsdag	kl. 15.00 – 19.00	(4 baner)
Torsdag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 15.00 – 16.45
Fredag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 15.00 – 16.45
Lørdag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 15.00 – 16.45
Søndag	kl. 07.00 – 08.45	kl. 14.00 – 15.45

Forsøkene starter kl 09.00 - finalene starter kl 17.00.

Søndag starter finalene kl 16.00.

Åpningsseremoni i forbindelse med finalestart torsdag 12. juli kl 16.45.

Det gis anledning til en times utsvømming etter forsøk og finaler.

Innsvømming foran finalene er forbeholdt finalistene.

### KVALIFIKASJONSKRAV:

**Kvalifikasjonsperioden er fra 25. juni 2006 til 24. juni 2007.**

Det er ikke kvalifiseringskrav på stafetter.

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

### GENERELT:

NM junior vil bli gjennomført med direkte finale på formiddagen. Siste heat 400 lm, 800 og 1500 fri går på kvelden.

Alle stafetter for junior går på formiddagen, og alle for senior på ettermiddagen.

### FUNKSJONSHEMMEDE:

For NM krav funksjonshemmede vises det til:

<http://www.svømming.no/index.php?menuid=198&expand=89,198>

Øvelser for funksjonshemmede er merket med \*.

Det svømmes forsøk og finaler på 50 m. Direkte finaler i finalesekvensen dersom det ikke er flere enn 8 deltakere. Resterende øvelser svømmes som direkte finaler i forsøkssekvensen.

Funksjonshemmede konkurrerer etter "Australisk Modell", hvor rangeringen skjer på bakgrunn av oppnådd tid i forhold til verdensrekord på langbane i den enkelte klasse.

**Øvelsesutvalg:**
**Torsdag 12. juli**

Øv.nr.	Øvelse	Kjønn	Kvalkrav 25m junior	Kvalkrav 50m junior	Kvalkrav 25m senior	Kvalkrav 50m senior
1.	400m individuell medley	Damer	5.27,20	5.38,07	5.22.25	5.27.94
2.	400m fri *	Herrer	4.18,35	4.31,58	4.14.61	4.20.57
3.	100m bryst *	Damer	1.17,42	1.21,83	1.16.45	1.18.09
4.	100m butterfly *	Herrer	1.02,44	1.05,12	1.00.67	1.02.04
5.	200m fri	Damer	2.13,24	2.18,29	2.12.88	2.15.66
6.	200m individuell medley	Herrer	2.18,95	2.25,18	2.17.54	2.22.10
7.	50m rygg *	Damer	32,71	34,57	32.49	33.93
8.	50m bryst *	Herrer	32,35	33,87	31.59	32.76
9.	4*100m fri	Damer				
10.	4*200m fri	Herrer				

**Fredag 13. juli**

Øv.nr.	Øvelse	Kjønn	Kvalkrav 25m junior	Kvalkrav 50m junior	Kvalkrav 25m senior	Kvalkrav 50m senior
11.	200m rygg	Herrer	2.19,86	2.26,96	2.17.35	2.23.49
12.	50m fri *	Damer	28,43	29,29	27.90	28.75
13.	100m fri *	Herrer	55,72	58,09	54.05	55.65
14.	200m butterfly	Damer	2.38,71	2.47,77	2.36.95	2.38.69
15.	200m bryst	Herrer	2.37,53	2.44,99	2.32.35	2.37.24
16.	100m rygg *	Damer	1.10,30	1.13,05	1.09.63	1.12.24
17.	50m butterfly *	Herrer	27,90	28,98	26.97	27.58
18.	800m fri	Damer	9.48,98	10.02,02	9.40.84	9.47.37
19.	1500m fri	Herrer	17.53,31	18.15,43	17.21.47	17.45.83
20.	4*100m lag medley	Damer				

**Lørdag 14. juli**

Øv.nr.	Øvelse	Kjønn	Kvalkrav 25m junior	Kvalkrav 50m junior	Kvalkrav 25m senior	Kvalkrav 50m senior
21.	400m individuell medley	Herrer	5.05,52	5.14,67	4.58.00	5.06.96
22.	400m fri *	Damer	4.40,43	4.54,24	4.37.55	4.44.79
23.	100m bryst *	Herrer	1.11,01	1.15,22	1.09.19	1.12.27
24.	100m butterfly *	Damer	1.09,09	1.12,46	1.07.61	1.08.26
25.	200m fri	Herrer	2.02,89	2.05,87	1.59.99	2.03.30
26.	200m individuell medley	Damer	2.31,40	2.37,49	2.30.22	2.33.46
27.	50m rygg *	Herrer	29,81	31,90	29.03	30.38
28.	50m bryst *	Damer	35,88	37,15	35.32	36.10
29.	4*100m fri	Herrer				
30.	4*200m fri	Damer				

**Søndag 15. juli**

Øv.nr.	Øvelse	Kjønn	Kvalkrav 25m junior	Kvalkrav 50m junior	Kvalkrav 25m senior	Kvalkrav 50m senior
31.	200m rygg	Damer	2.32,63	2.39,91	2.29.65	2.33.33
32.	50m fri *	Herrer	25,36	26,33	24.89	25.58
33.	100m fri *	Damer	1.01,80	1.04,17	1.00.87	1.02.24
34.	200m butterfly	Herrer	2.27,40	2.31,49	2.21.87	2.25.87
35.	200m bryst	Damer	2.48,18	2.57,07	2.45.97	2.49.63
36.	100m rygg *	Herrer	1.04,98	1.07,24	1.02.90	1.06.04
37.	50m butterfly *	Damer	30,84	31,64	30.41	30.87
38.	800m fri	Herrer	9.03,67	9.22,89	8.50.09	9.02.11
39.	1500m fri	Damer	19.03,14	19.35,56	18.47.50	18.59.96
40.	4*100m lag medley	Herrer				