



**Kolbotn Idrettslag
Svømmegruppe**



**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



**Landsdel Årsklassemønstring
(LÅMØ)
2009**

**Sofiemyrhallen
22.-24. mai 2009**

Som teknisk arrangør har Kolbotn IL Svømmegruppe, på vegne av Norges Svømmeforbund, gleden av å invitere til Landsdel Årsklassemønstring 2009 i Sofiemyrhallen

Årsklassemønstringen arrangeres etter NSF's lover og regler.

Åpning

Fredag 22. mai 2009 kl. 16.00

Deltagelse

De 18 guttene og 18 jentene med høyest sammenlagt poengsum i årsklassene 13-15 år 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. Vi poengterer at trenerne i klubbene har et ansvar for å nøye vurdere om det er riktig for 11-12 åringene å delta eller ikke. Ved forfall kan inntil to reserver komme med i klassene 13-15 år.

Øvelsesutvalg

Alle deltakere må svømme 5 individuelle øvelser (Fri, rygg, bryst, butterfly, medley)
Årsklassemønstringen arrangeres for gutter og jenter 11-15 år (1998-1994).

Gutter / Jenter 11 år: 400m fri, 100m rygg, 100m bryst, 50m butterfly, 200m medley

Gutter / Jenter 12-15 år: 400m fri, 200m rygg, 200m bryst, 100m butterfly, 200m medley

NB: Det svømmes IKKE stafetter.

Se øvelsesoppsettet på siste side i innbydelsen!

Påmeldingsperiode til Landsdel Årsklassemønstring 2009

Resultater oppnådd i approberte stevner i perioden 7.mai 2008 – 6. mai 2009 gjelder for påmeldingsperioden til Landsdel ÅMØ. Utøverne rangeres etter sammenlagt poengsum for de 4 beste av de 5 øvelsene som inngår, og utøverne må ha gyldige tider på alle 5 øvelsene for å kunne delta.

Den sammenlagte poengsummen utregnes ved å summere poengsummene omregnet fra oppnådde tider i 4 av 5 øvelser i øvelsesutvalget. (Se tabellen nedenfor!)

Tidene som poengsummene omregnes fra, må være gyldige, d.v.s. oppnådd i løpet av de siste 12 mnd. Ved lik poengsum ved kvalifisering i 13-14 års klassen blir den med høyest poengsum på 200IM rangert først. Er det også lik poengsum på 200m IM blir begge rangert likt. I heatoppsettet vil bestetid uavhengig av bassenglengde bli benyttet. Etteranmelding er ikke tillatt.

Påmelding

Påmeldingsfrist er 6. mai 2009 kl. 24.00
Lagleders mobilnummer bes legges ved påmelding.

Påmelding sendes til Norges Svømmeforbund: jech@medley.no – John Erlend Christiansen, mob 90973709
Strykninger meddeles til arrangør: jech@medley.no – John Erlend Christiansen, mob 90973709

Alle påmeldinger blir bekreftet, og påmeldingen kan ikke regnes som godkjent før bekræftelsen er mottatt. Er det usikkerhet om påmeldingen er kommet frem er mobil 90973709 åpen fram til kl. 24.00 den 6. mai 2009

Det er ikke anledning til å endre tider etter påmeldingsfristen. Rangeringslister kan følges på

<http://www.medley.no/index.aspx?page=aamlandsdel>

Deltakeroversikt blir IKKE sendt ut men blir publisert på www.svomming.no kort tid etter påmeldingsfristen.

Det er påmeldingstiden som danner grunnlaget for heatoppsettet i alle øvelser.

Sammenlagtresultat for hver årsklasse

Alle utøvere MÅ svømme alle 5 øvelser for årsklassen, og de 4 beste øvelsene teller med i den sammenlagte poengsummen for hver utøver. I resultatlisten teller Brutt og Disk 0 poeng, mens ikke møtt fører til at utøveren ikke blir rangert.

Premiering

Deltagerpremie til alle i 11 og 12 års klassen

Sammenlagt: Nr. 1, 2 og 3 samt 1/3 premiering (4 beste av 5 øvelser)

Bestemannspremie: Høyeste poeng i en individuell øvelse i hver klasse.

Hver øvelse: Nr. 1, 2 og 3.plass.

Deltakeravgift

Deltakeravgiften er kr. 375,- pr. svømmer.

Innbetales til : Kolbotn IL Svømmegruppe, Postboks 134, 1412 Sofiemyr

Kontonummer: 6011.06.30541

Betalingsfrist:: 15. mai 2009

Innbetalingen merkes med:

Landsdel ÅMØ 2009, klubbens navn og antall deltakere

Stevnekontor

Stevnekontoret i svømmehallen har åpent fredag fra kl. 10 -17 og under hele arrangementet.

Lagledermøte

Lagledermøtet avholdes fredag 22. mai kl 10-12 i Sofiemyrhallens kantine.

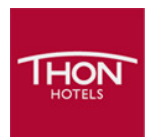
Kontaktpersoner

Spørsmål kan rettes til: Henning Aasberg, kilsvom@hotmail.com, mob 918 44 205

Overnattingstilbud/alternativer



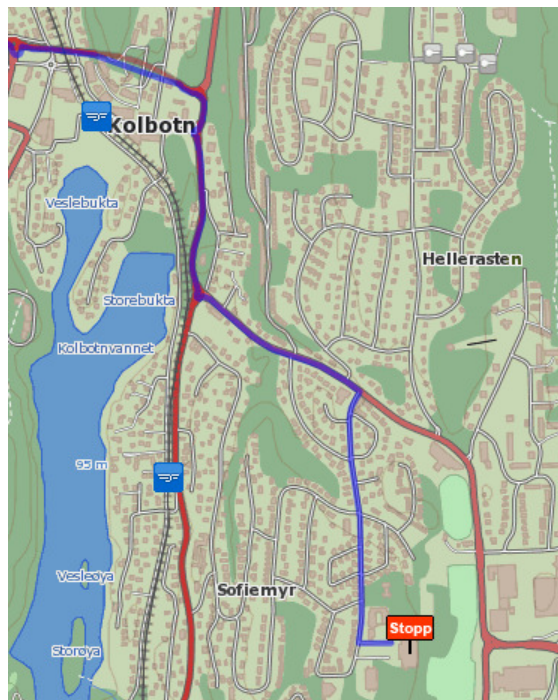
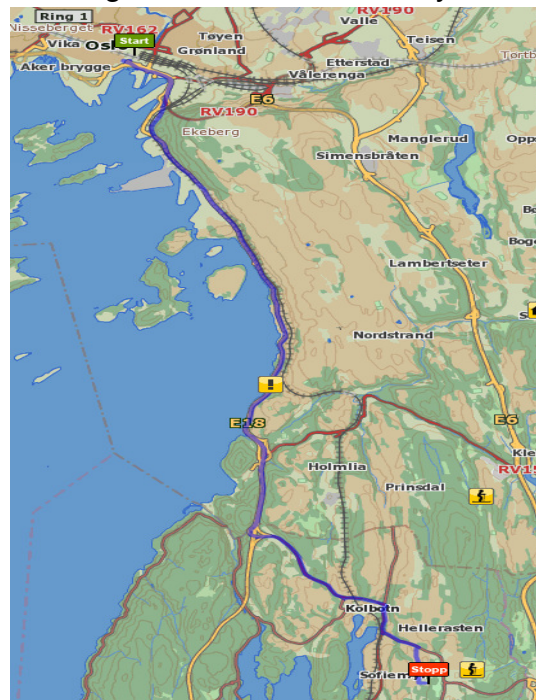
Quality Hotel Mastemyr
Følg link for priser og betingelser



Thon Hotel Ski Ring 64 85 35 00 for pris
Oppgi referanse: Twin rom 849301
 4-mannsrom 849302
 Dobbeltrom 849303

Adresse til Sofiemyrhallen

Holbergs Vei 39, 1412 Sofiemyr



Innsvømming og stevnestart

Dag	Innsvømming	Stevnestart
Fredag	12.00-15.30	16.00
Lørdag	08.45-09.45	10.00
Lørdag	13.45-14.45	15.00
Søndag	08.45-09.45	10.00
Søndag	12.45-13.45	14.00

Øvelsesoppsett Landsdel Årsklassemønstring 2009

Øvelse jenter	Fredag kl. 16.00		Øvelse gutter
1	400 m fri	klasse født 1998	2
3	400 m fri	klasse født 1997	4
5	400 m fri	klasse født 1996	6
7	400 m fri	klasse født 1995	8
9	400 m fri	klasse født 1994	10
Lørdag kl. 10.00			
11	100 m rygg	klasse født 1998	12
13	200 m rygg	klasse født 1997	14
15	200 m rygg	klasse født 1996	16
17	200 m rygg	klasse født 1995	18
19	200 m rygg	klasse født 1994	20
Lørdag kl. 15.00			
21	100 m bryst	klasse født 1998	22
23	200 m bryst	klasse født 1997	24
25	200 m bryst	klasse født 1996	26
27	200 m bryst	klasse født 1995	28
29	200 m bryst	klasse født 1994	30
Søndag kl. 10.00			
31	50 m butterfly	klasse født 1998	32
33	100 m butterfly	klasse født 1997	34
35	100 m butterfly	klasse født 1996	36
37	100 m butterfly	klasse født 1995	38
39	100 m butterfly	klasse født 1994	40
Søndag kl. 14.00			
41	200 m medley	klasse født 1998	42
43	200 m medley	klasse født 1997	44
45	200 m medley	klasse født 1996	46
47	200 m medley	klasse født 1995	48
49	200 m medley	klasse født 1994	50

Alle ønskes hjertelig velkommen til en stormfull opplevelse i Sofiemyrhallen!