



Norgesmesterskapet i svømming

for

MASTERS 2009

i

Barentsbadet Kirkenes

Fredag 13. mars

Lørdag 14. mars



Scandic

På vegne av Norges Svømmeforbund vil Kirkenes Svømmeklubb, som teknisk arrangør, invitere til ÅPENT NORSK MESTERSKAP i svømming for masters i Barentsbadet fredag 13. og lørdag 14. mars 2009.

Mesterskapet arrangeres etter Norges Svømmeforbunds lover og regler. I henhold til NSF's regler, gjøres det oppmerksom på at det kan bli foretatt dopingkontroll og blodprøver.

BASSENGET

Barentsbadet er nytt og åpnet i desember 2007. Bassenget inneholder ferskvann, er 25 m langt, har 6 baner og en temperatur på 26-27 grader. Det benyttes elektronisk tidtaking. Det er anledning for utsvømming i et 12,5m basseng.

LISENS OG KLUBBTILHØRIGHET

NSF minner om at alle utøvere må ha lisens for 2009. Lisensen må være betalt før stevnestart. Utøverne må ta kontakt med sin klubb for betaling av lisens. Hvis en utøver ikke har betalt lisens, så vil hun/han få straffegebyr på kr. 1000,-.

Hvis en utøver representerer en klubb som hun/han ikke er representasjonsberettiget for, ilegges klubben straffegebyr på kr. 1000,-. Hvis lisens ikke er betalt eller man representerer feil klubb, så vil resultatene for denne utøveren bli strøket. Eventuelle mottatte medaljer må returneres.

OVERNATTING

Kirkenes Svømmeklubb har forhåndsbestilt følgende hoteller:

Rica Artic Hotel	tlf.	78 99 59 00
Rica Hotel	tlf	78 99 14 91
Wessel Hotel	tlf	78 99 86 00
Barents Frokosthotell	tlf	78 99 32 99

Husk referanse: NM-masters

Alle hotellene ligger i gangavstand fra svømmehallen (5 min).

Arrangøren har i tillegg gjort avtaler om leie av rom hos privat utleiere, samt et sivilforsvarsanlegg, med 38 sengeplasser.

OBS! Om det er vanskelig med å skaffe overnatting, ta kontakt på epost til: masters@kirkenessvommeclubb.no



BESPISNING

Klubbene/deltakerne må selv organisere bespisning.
For de som skal bo på sivilforsvarsanlegget vil arrangøren organisere frokost.

Kirkenes Svømmeklubb vil ha kafeteria under stevnet, samt at Barentsbadets kafé vil også være åpen.

BANKETT

Lørdag kveld arrangeres det bankett i Fjellhallen, en idrettshall som ligger like ved Barentsbadet. Start kl. 21.00. Avsluttes ut i de små timer.

Det blir eksotisk og god mat, levende musikk, velkomst drink og valgfri drikke til maten for kun 425,- per person.

Innbetales samtidig med startkontingenten til konto 4930 12 98217 og merkes Bankett.

OBS Merkes med Bankett + Klubb + antall til bankett.

PÅMELDING

Påmelding ønsket sendt som e-post, benytt Stevnebørsen/PRIMA-format, Kobben, Victoria eller Grodan.

Påmelding sendes til: masters@kirkenessvømmeklubb.no

Påmelding må være arrangøren i hende **fredag 27.februar** kl.24.00

STARTKONTINGENT

Kr. 75,- pr. individuell start

Kr. 150,- pr. lagstart

Startkontingent innbetales til: Kirkenes Svømmeklubb
Boks 252, 9915 Kirkenes

Kontonr. **4930 12 98217**

Husk: Navn/klubb og at det merkes Masters

LAGLEDERMØTE

Lagledermøte fredag 13. mars kl. 13.30 på Scene 2.
(Ligger like ved svømmehallen)



INNSVØMMING

Fredag fra kl. 12.00

Lørdag fra kl. 07.30

STEVNESTART

Fredag fra kl. 14.30

Lørdag fra kl. 09.00

Stevnestart for økt 2 fredag, og økt 2 og 3 lørdag vil vi sette ut i fra påmelding.

PREMIERING

Premiering foregår i henhold til NSF`s standard.

Deltakerpremie til alle.

KLASSER

Individuelle klasser: (etter år)

A: 25-29 **B:** 30-34 **C:** 35-39 **D:** 40-44 **E:** 45-49

F: 50-54 **G:** 55-59 **H:** 60-64 **I:** 65-69 **J:** 70-74

K: 75-79 **L:** 80-84 **M:** 85-89 **N:** 90-94 **O:** 95-99

Alderen for klasseinndeling avhenger av alderen til svømmeren pr. 31.12.09.

Stafettklasser: (sum alder)

A: 100-119 **B:**120-159 **C:**160-199 **D:**200-239

E: 240-279 **F:**280-319 **G:**320-

ØVELSER NM MASTER 2009

DAMER	FREDAG ØKT 1	HERRER
1	4X50 BTF Mix	1
	800 FRI	2
3	100 RYGG	4
5	100 BRYST	6
7	4X50 FRI	8
DAMER	FREDAG ØKT 2	HERRER
9	100 FRI	10
11	50 BTF	12
13	400 MEDLEY	14
15	4X50 MEDLEY	16
DAMER	LØRDAG ØKT 1	HERRER
17	800 FRI	
19	100 BTF	18
20	4X50 MEDLEY MIX	20
DAMER	LØRDAG ØKT 2	HERRER
22	50 BRYST	21
24	50 RYGG	23
26	200 FRI	25
DAMER	LØRDAG ØKT 3	HERRER
28	50 FRI	27
30	200 RYGG	29
32	100 MEDLEY	31
33	4X50 FRI MIX	33

Vi vil lage et ca. tidsskjema for stevnet, men forbeholder oss retten til å fravike dette under arrangementets gang, slik at svømmerne skal kunne få sine pauser.

INFORMASJON

For ytterligere informasjon kontakt:
masters@kirkenessvømmeklubb.no

Halle Mikkelsborg: 932 65 147



TILLEGGSINFORMASJON

Det legges opp til andre aktiviteter både torsdag før stevnet og søndag etter stevnet for de som er interessert til å oppleve mer enn kun svømmehallen. Disse aktivitetene er ikke en del av det offisielle programmet, så påmelding og eventuelle spørsmål rettes direkte til Radius Kirkenes som er arrangør (tel: 78 97 05 40, info@radius-kirkenes.com).

TORSDAG: Dagstur til byen Nikel i Russland (ca 50 km fra Kirkenes) med innlagt svømmetrening. Retur torsdag kveld (OBS! Krav om visum). www.svomming.no/getfile.php/3588/mastersNM09NikelTorsdag.pdf

SØNDAG: Scootersafari eller kongekrabbefiske.
www.svomming.no/getfile.php/3589/mastersNM09ScooterKrabbeSondag.pdf

Det tas forbehold om tilstrekkelig interesse for at aktivitetene gjennomføres.