



**NORGES  
SVØMMEFORBUND**  
*Norwegian Swimming Federation*



## **NM i svømming MASTERS 2022**

**Norges Idrettshøyskole, Oslo  
Fredag 1. – søndag 3. april 2022**

# ÅPENT NM MASTERS 2022 OSLO

På vegne av Norges Svømmeforbund inviterer OI Svømming til åpent norsk mesterskap i svømming for masters på Norges Idrettshøyskole 01.-03. april 2022.

Mesterskapet arrangeres etter Norges Svømmeforbunds lover og regler.  
Bassenget er 25 m med 6 baner, og bassenget holder en temperatur på ca. 26 grader.  
Barnebassenget er åpent for inn- og utsvømming under stevnet.

Tidspunkt for start av hver økt er veiledende. Ved stor deltakelse kan tidspunkt forskyves.

Fredag: Innsvømming kl. 10.00 Start 1. økt kl. 12.00

Fredag: Innsvømming kl. 14.30 Start 2. økt kl. 16.00 (Åpningsseremoni kl. 15.45)

Lørdag: Innsvømming kl. 07.30 Start 3. økt kl. 09.00

Lørdag: Innsvømming kl. 13.00 Start 4. økt kl. 14.00

Søndag: Innsvømming kl. 10.30 Start 5. økt kl. 12.00

## Påmelding

Påmelding sendes elektronisk i NSF standard påmeldingsformat (Victoria, uni\_p fil) til jan@oi-svømming.no med «Påmelding NM Masters 2022 <klubbnavn>» i emnefeltet, innen 23.03.2022 kl. 23.59.

Startkontingenten innbetales ved påmelding til konto.: 8200 01 45757.

Betaling merkes med klubbnavn.

Øvelsesoppsettet kan lastes ned fra [www.medley.no](http://www.medley.no).

*Obs. Ingen etter anmeldelser.* Det bekreftes til klubben at påmelding er mottatt.

## Startkontingent

Kr 100 pr. individuell start. Kr 200 pr. lagstart.

## Lagledermøte

Lagledermøte fredag kl. 14.00. Strykninger kan evt. gjøres elektronisk, hvor klubbene får en kode for dette etter at påmeldingen er bekreftet.

## Premiering

Gull, sølv og bronse i alle øvelser/klasser. (Pre-masters er ikke med i poengberegning i forhold til Beste klubb, heller ikke originale premier.)

## Klassene er som følger

O: 20 - 24 Pre-masters

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. 31.12.2022.

## Stafettklasser

0: 80-99 Pre-masters

A: 100-119    B: 120-159    C: 160-199    D: 200-239    E: 240-279    F: 280-319

G: 320-359

Obs! Det er ikke anledning for pre-masters å delta i andre klasser i stafettøvelsene.

## Funksjonshemmede

Det svømmes etter den australske modellen i hver av de individuelle klassene (A-G og 0). Ranging skjer innenfor hver mastersklasse hvor oppnådd tid i prosent opp mot verdensrekord pr. 1. januar i den respektive handicap-klasse.

## Lisens og klubbtilhørighet

NSF minner om at alle deltakere må, innen stevnestart, ha betalt lisens for 2022. Dersom ikke lisensen er betalt, vil deltaker/klubb ilegges straffegebyr på kr 1.000. Dersom en deltaker representerer en klubb som hun/han ikke er representasjonsberettiget for, ilegges klubben straffegebyr på kr 1.000. Dersom lisens ikke er betalt eller man representerer feil klubb, strykes resultatene for denne utøveren, og evt. premier må returneres.

## Dopingkontroll

Det kan bli foretatt dopingkontroller under stevnet.

## Salg av badetøy

Det vil bli salg av badetøy fra Arena under mesterskapet.

## Bankett

Banketten vil foregå på Ullevål Stadion. Det er en begrensning på 540 personer totalt. Vi kjører «først til mølla» med bindende påmelding. Påmelding til banketten sendes til [hans.jacob@oi-svomming.no](mailto:hans.jacob@oi-svomming.no) mrk: **Påmelding bankett**, innen 6. mars kl. 24:00.

Prisen for banketten er kr 790 som inkluderer en 3 retters middag og musikkunderholdning gjennom hele kvelden. Det er selvfølgelig mulighet for å kjøpe drikke av alt slag. Banketten skal betales innen 18. mars. Før det vil vi vite om det er mulig å arrangere eller ikke.

## Informasjon

For ytterligere informasjon vennligst kontakt:

Stevneleder: Hans Jacob Stoebner [hans.jacob@oi-svomming.no](mailto:hans.jacob@oi-svomming.no) 45208929

Ansvarlig OI Svømming Master: Rune Christensen [rune@oi-svomming.no](mailto:rune@oi-svomming.no) 97728459

Facebook-event: NM Masters 2022 – Oslo

Arrangøren forbeholder seg retten til å foreta endringer i programmet. Eventuelle endringer vil publiseres på internett, og opplyses under mesterskapet. <http://livetiming.medley.no>

## Stevneprogram NM Masters 2022

### **Fredag 1. april kl. 12.00 (Innsvømming fra kl. 10.00)**

Øvelse 1. 1500 m fri Herrer

Øvelse 2. 800 m fri Damer

### **Fredag 1. april kl. 16.00 (Innsvømming fra kl. 14.30)**

Øvelse 3. 100 m fri Herrer

Øvelse 4. 100 m fri Damer

Øvelse 5. 200 m butterfly Herrer

Øvelse 6. 200 m butterfly Damer

Øvelse 7. 50 m bryst Herrer

Øvelse 8. 50 m bryst Damer

Øvelse 9. 400 m medley Herrer

Øvelse 10. 400 m medley Damer

Øvelse 11. 4x50 m medley Herrer

Øvelse 12. 4x50 m medley Damer

### **Lørdag 2. april kl. 09.00 (Innsvømming fra kl. 07.30)**

Øvelse 13. 400 m fri Herrer

Øvelse 14. 400 m fri Damer

Øvelse 15. 200 m medley Herrer

Øvelse 16. 200 m medley Damer

Øvelse 17. 100 m bryst Herrer

Øvelse 18. 100 m bryst Damer

Øvelse 19. 50 m butterfly Herrer

Øvelse 20. 50 m butterfly Damer

Øvelse 21. 200 m rygg Herrer

Øvelse 22. 200 m rygg Damer

Øvelse 23. 4x50 m fri Herrer

Øvelse 24. 4x50 m fri Damer

### **Lørdag 2. april kl. 14.00 (Innsvømming fra kl. 13.00)**

Øvelse 25. 200 m fri Herrer

Øvelse 26. 200 m fri Damer

Øvelse 27. 100 m rygg Herrer

Øvelse 28. 100 m rygg Damer

Øvelse 29. 200 m bryst Herrer

Øvelse 30. 200 m bryst Damer

Øvelse 31. 100 m butterfly Herrer

Øvelse 32. 100 m butterfly Damer

Øvelse 33. 4x50 m medley Mix

### **Søndag 3. april kl. 12.00 (Innsvømming fra kl. 10.30)**

Øvelse 34. 50 m fri Herrer

Øvelse 35. 50 m fri Damer

Øvelse 36. 50 m rygg Herrer

Øvelse 37. 50 m rygg Damer

Øvelse 38. 100 m medley Herrer

Øvelse 39. 100 m medley Damer

Øvelse 40. 4x50 m fri Mix

## Hotelltilbud Masters NM 2022

Dere har tre Thon hoteller å velge mellom:

**Thon Hotel Ullevål Stadion** +47 22028000

Reservasjonsnummer på bookingen: 29800595

**Thon Hotel Gyldenløve** +47 23332300

Reservasjonsnummer på bookingen: 29800593

**Thon Hotel Storo** +47 23400200

Reservasjonsnummer på bookingen: 29800598

Pris enkeltrom           kr 995 pr. natt.

Pris dobbeltrom       kr 1.195 pr. natt.

Prisene inkluderer frokost.

### Corona:

Vi vet ennå ikke hvilke restriksjoner som gjelder NM helgen. Vi planlegger som om vi skal arrangere helt til vi eventuelt ser at det ikke er mulig. Vær nøye med å booke av rom eller andre forpliktelser med en gang det skulle vise seg at avlysning forekommer.