



Innbydelse til Senior NM

Vinter

1-3 april 2005

Med godkjenning fra Norges Svømmeforbund har Stupklubben Spinn den glede å invitere til Norgesmesterskap i stup for senior. Mesterskapet arrangeres i Tønsberg svømmehall fra fredag 1 april til søndag 3 april 2005.

Tønsberg svømmehall har 1m og 3m svikt og 3m og 5m tårn.

Alle deltagerne må være tilsluttet en klubb godkjent av NSF. Startlisensnummeret skal påføres påmeldingsskjema.

Kvalifikasjonskrav

Det er ingen kvalifikasjonskrav for deltagere på 3 meter, tårn og synkron. På 1 meter har stuputvalget satt opp følgende krav:

Herrer:	180 poeng (6 valgfrie stup)
Damer:	140 poeng (5 valgfrie stup)

Påmelding/Betaling

Påmelding senest fredag 17 mars 2005 til seniornm2005@stupklubben-spinn.no

Etteranmeldelser mellom 18 mars og 24 timer før stevnestart koster 10x startkontingent. (GE 34 B). for tilbakebetaling se Svømmeguiden (GE 36)

Betaling av startkontingent og bankett skal skje samtidig med påmelding til

kontonr: 6263.05.98759,
Stupklubben Spinn,
Postboks 484,
3101 Tønsberg,

merket med NM2005, klubbnavn, antall starter og banketter.

Startkontingent

Startkontingent er kr 75,- pr. individuell øvelse og kr. 150,- pr. synkronpar. Denne betales sammen med banketten ved påmelding.

Stup program

Det stipes på 3 høyder 1 m, 3 m og tårn, i herre- og dameklassen. I tillegg stipes det synkron fra tårn. Alle øvelsene følger FINA's program. (GE 40A)

Stupskjema

Stupskjema skal leveres inn senest 24 timer før start.

Stupskjema ønskes sendt inn som ferdig utfylt Divecalc-fil. Divecalc filene blir sent ut når påmeldingene foreligger. (Skjemaene kan også sendes på andre formater eller i papirformat.)

Stupskjema sendes til: seniornm2005@stupklubben-spinn.no.

Stupskjema for finalen må være levert innen 1 time etter at semifinalen er ferdig (Resultat foreligger)

Foreløpig tidsskjema

FREDAG				
15:30-16:30	Trening			
16:30-21:00	Konkurranser			
TID	KJØNN	HØYDE		PROGRAM
16:30	Herrer	Tårn	Forsøk	6 valgfrie stup
	Herrer	Tårn	Semifinale	4 stup max 7.6
	Damer	1m	Finale	5 valgfrie stup
	Herrer	Tårn	Finale	6 valgfrie stup
21:00	Slutt			
LØRDAG				
08:00-10:00	Trening			
10:00	Åpningsseremoni			
10:30-18:30	Konkurranser			
TID	KJØNN	HØYDE		PROGRAM
10:30	Damer	3m	Forsøk	5 valgfrie stup
	Damer	3m	Semifinale	5 stup max 9.5
	Herrer	1m	Finale	6 valgfrie stup
	Damer	3m	Finale	5 valgfrie stup
	Herrer/Damer	Synkron	Finale	5 valgfrie stup
18:30	Slutt			
19:00	Bankett			
SØNDAG				
08:00-10:00	Trening			
10:00-15:00	Konkurranser			
15:00	Avslutningsseremoni			
TID	KJØNN	HØYDE		PROGRAM
10:00	Damer	Tårn	Forsøk	5 valgfrie stup
	Damer	Tårn	Semifinale	4 stup max 7.6
	Herrer	3m	Forsøk	6 valgfrie stup
	Herrer	3m	Semifinale	5 stup max 9.5
	Damer	Tårn	Finale	5 valgfrie stup
	Herrer	3m	Finale	6 valgfrie stup
15:30	Slutt			

Nøyaktig tidsskjema vil være tilgjengelig etter at påmeldingene er mottatt.

Det vil være 10 min pause mellom forsøk og semifinale. Alle har anledning til å endre skjemaet til finalen. Endring skal skje innen 1 time etter semifinale på nytt skjema.

For Synkron gjelder: Minst en runde med forlengs sats, en med baklengs sats og en hvor en super forlengs og en super baklengs sats. Ingen stupnummer kan gjentas.

Ledermøte/dommermøte

Ledermøte vil være **kl.15:45** på fredag 1 april dette vil etterfølges av dommermøte ca. **kl.16:00**. Det skal være 1 leder fra hver klubb tilstede på ledermøte. Alle påmeldte dommere skal være tilstede på dommermøte.

Dommere

Alle deltagende klubber skal stille med 1 forbundsdommer. Kan ikke klubben stille med dommer må klubben dekke reiseutgifter for en dommer, samt betale en avgift på kr. 1500,-. Dommere skal være kledd i hvitt og være tilstede under hele stevnet. Dommere inviteres på banketten og får dekket kost og overnatting. Dommerpanel setter opp av NSF v/Stuputvalget. De oppnevner også en jury for mesterskapet.

Åpningsseremoni

Består av: Innmarsj, velkomsttaler, åpningstale, nasjonalsang og utmarsj. I innmarsjen deltar utøvere og eventuelt trenere/ledere.

Seiersseremoni

Består av: Introduksjon, innmarsj av premievinnerne, utdeling av medaljer/premier, fanfare.

Avslutningsseremoni

Består av: Utdeling av bestemannspremier, takketaler og avslutningstale. Alle bør delta i avslutningen.

Overnatting

Vi kan tilby overnatting m/frokost på Tønsberg Vandrehjem v/ Margrethe, Dronning Blancas g 22, 3111 Tønsberg.

4 mannsrom med dusj på gangen, koster kr 195 pr. person.

Det er også mulige dobbeltrom for kr 550,- pr rom.

Sengetøy må medbringes, eventuelt leies for kr 60,- **Sovepose godtas ikke.**

Overnatting bestilles og betales direkte på telefon 33312175 evnt. 97735508, referanse: Stupklubben Spinn.

For andre hotellalternativer i Tønsberg vises til Gule sider.

Det vil være åpen kafeteria i svømmehallen under stevnet.

Bankett

Banketten for utøvere, trenere og ledere avholdes lørdag klokken 19:00 i

Gimle selskapslokaler, Kirkev. 22, 3120 Tønsberg.

Prisen for banketten er kr. 250,-. Betales ved påmelding.

Kontaktpersoner

Roar Abrahamsen mob: 917 10 873

Jens Langemyr mob: 908 84 719

eMail: seniorm2005@stupklubben-spinn.no

