

# Open Water Svømming

**Godkjent av Forbundsstyret i NSF juni 2014**

## **Definisjoner**

Disse reglene anvendes ved Open Water svømmestevner approbert av NSF.

Med svømming i Open Water menes kappsvømming som arrangeres i saltvann, ferskvann, innsjøer, tjern og elver.

Med Maratonsvømming i Open Water menes svømmekonkurranser av lengde 10km eller lengre.

## **Utøvere**

Deltakere i Open Water svømmestevner kan delta fra og med det året de fyller 14 år.

Aktive utøvere må være medlem av lag tilsluttet Norges Svømmeforbund og ha lisens for å kunne delta på stevnet. Mosjonister skal ha forsikring tegnet som en del av deltakeravgiften og etter krav fra arrangør for å kunne delta.

## **Funksjonærer/Funksjoner**

Ved arrangementer i Open Water skal følgende funksjonærer finnes eller følgende funksjoner være oppfylt:

Vi skiller mellom dommerstab og teknisk arrangementsstab. Dommere har som oppgave å sørge for at alle regler følges og at konkurransen foregår rettferdig. Teknisk arrangementsstab sørger for at arrangementet gjennomføres etter planen.

### **Dommerstab:**

Overdommer  
Assisterende overdommer  
Tidtagersjef  
Banedommer(-e) i formålstjenlig antall  
Måldommersjef og 2 måldommere  
Starter

### **Teknisk arrangementsstab:**

Stevneleder (Stevnekoordinator)  
Sikkerhetssjef  
Banesjef  
Baneassistent  
Tidtager(-e) i et formålstjenlig antall.  
Førstehjelpsleder  
Stevnesekretariat av formålstjenlig størrelse

Det anbefales videre å også ha speakertjeneste på stevnet.

FINAs regler for Open Water svømming (OWS 1-7) er veiledende for arrangører av Open Water konkurranser i Norge.

## **Dommere og funksjonærenes oppgaver**

### **Overdommer/Assisterende Overdommer**

Overdommer skal ha full kontroll og myndighet over alle funksjonærer, og instruere dem om alle spesielle forhold og regler som gjelder for konkurransen.

Overdommer skal sikre at Norges Svømmeforbunds regler følges og skal fatte beslutninger i alle spørsmål som ikke dekkes av disse reglene.

Overdommer skal diskvalifisere svømmere som bryter reglene for konkurranse, som overdommer selv observerer eller som rapporteres fra andre dommere. Overdommer kan instruere andre dommere til å gripe inn i konkurransen når reglene brytes.

Overdommer kan i samråd med stevneleder og sikkerhetssjef stoppe konkurransen ved forhold som kan påvirke svømmernes eller funksjonærenes sikkerhet.

### **Starter**

Starteren skal starte konkurransen etter overdommers henvisninger.

### **Tidtagersjef**

Tidtagersjefen bestemmer et passende antall tidtagere ved start og mål og har ansvar for at tidtakingen utføres korrekt og at alle konkurrerende svømmere får et resultat.

Elektronisk chip timing og innleid tjeneste for dette kan benyttes.

### **Banedommer**

Overdommer tildeler banedommers oppgaver før start. Banedommer skal:

- observere at regelverket følges
- observere svømmernes rundinger av bøyer som markerer banen
- innrapportere regelbrudd til overdommer
- innrapportere usportslig opptreden til overdommer.

Banedommer bør normalt være plassert i båt.

### **Måldommersjef og måldommere**

Måldommersjef og måldommere skal være plassert i linje med målet slik at de til enhver tid har god oversikt og fri sikt over mållinjen.

Måldommerne skal bedømme og rapportere svømmernes plassering i mål etter måldommersjefens anvisning.

### **Starten**

Svømmerne skal ha like muligheter for å starte samtidig, og skal ha lik avstand til første rundingsmerke. Starten kan foregå i vannet eller på land.

Startlinjen skal være tydelig markert med flagg, linjer eller bøyer og synlig for alle deltagerne.

Startsignalet skal være både synlig og hørbart for alle deltagerne.

### **Konkurransområdet**

Banen skal være i vann som bare har minimal strøm. Minimumsdypet på banestrekking skal være minst 1,4 m på hele banen med unntak av start og målgang. Alle vendinger/endringer av banen skal markeres tydelig.

### **Løpet**

Om overdommer anser at en svømmer har en ulovlig fordel av en båts bevegelse eller har ulovlig kontakt med andre svømmere gis det først en advarsel. Ved gjentagelse skal svømmeren diskvalifiseres og umiddelbart forlate vannet. Usportslig opptreden av en svømmer medfører umiddelbar diskvalifikasjon.

Svømmerne får ikke anvende hjelpemiddel eller svømmedrakt som kan påvirke hastigheten, utholdenheten eller flyteevnen (se pkt. «Svømmedrakt og våtdrakt» hvor våtdrakt kan være påbudt/tillatt). Svømmebriller, inntil to badehetter, neselemme og ørepropper kan anvendes.

Det er ikke tillatt å «pace» svømmer ved å sette en annen person i vannet. Svømmeren kan benytte fett eller lignende såfremt det etter overdommers vurdering ikke er overdrevet.

Alle svømmere skal ha deltakernummer synlig skrevet med vannfast tusj på den øverste delen av ryggen eller armene samt på badehetten. Dersom utøver bruker våtdrakt skal deltakernummer skrives på hånden og badehetten.

Om konkurransen avbrytes på grunn av en farlig situasjon skal omstart skje fra nærmeste mulige plass ved distanse inntil 10 km. Om distansen er lengre enn 10 km og konkurransen har vart i mer enn 3 timer avsluttes konkurransen, og overdommer beslutter rekkefølgen på utøverne. Ved kortere tid enn 3 timer gjennomføres omstart fra nærmeste mulige plass.

### **Målgang**

Målområdet skal være tydelig merket med rader av bøyer som smalner inn mot mål. Målet bør bestå av en vertikal markering og mållinjen skal være minst 5 m bred.

Ved internasjonale konkurranser, se FINA OSW 7.

### **Svømmedrakt og våtdrakt**

Svømmedrakten ved konkurranser i Open Water må ikke dekke nakke, skuldre, og får ikke gå nedenfor vristen. Alle drakter skal forøvrig være i henhold til FINAs bestemmelser (FINA BL 8.4).

Nasjonalt tillegg:

Ved nasjonale stevner skal arrangør angi i innbydelsen om våtdrakt er påbudt, tillatt eller forbudt i samsvar med regler fastsatt av Open Water utvalget (se vedlegg). Våtdrakt skal være med maksimal tykkelse 5mm. Den får ikke gå over nakken, og kan ikke ha innretninger som gir økt areal i armtak eller beinspark.

Sokker eller hansker er ikke tillatt. Neopren svømmehetter med maksimalt 3 mm tykkelse kan tillates av arrangøren om vanntemperatur tilsier det.