

Oslo, 2. august 2017

INVITASJON TIL PARASAMLING SVØMMING 24.-26. NOVEMBER I OSLO

Har du lyst til å bli en bedre svømmer og få inspirasjon av vår landslagstrener?

Da er Åpen samling i Oslo 24.-26. november et godt valg.

For 7. året på rad inviterer Norges Svømmeforbund til Parasamling svømming (tidligere Åpen samling) for svømmere med funksjonsnedsettelse (syn, - hørsels, - og bevegelseshemming) – en møteplass der nye, etablerte og våre beste svømmere møtes til felles trening, læring og inspirasjon.

Vi ønsker å invitere både svømmere som er godt etablerte i klubb og nye svømmere som er nysgjerrige på hvordan en kan bli bedre. Nye svømmere bør fortrinnsvis være med i en svømmeklubb eller trene svømming regelmessig med tanke på å konkurrere. Alle svømmere skal ha med seg sin trener – slik at trener kan ta med kunnskap tilbake til klubbtrening. Aldersgrensen for å være med er 12 år.

Med en slik felles samling håper vi å kunne bidra til økt kunnskap om svømming og trening, men også inspirere og motivere for videre svømmetrening. Vi oppfordrer også utøvere og trenere til knytte kontakter og utveksle erfaringer i løpet av samlingen. Kanskje kan utøvere og trenere avtale felles stevner å være med på – eller der det er praktisk mulig kan klubber avtale noen felles treninger.

Opphold i Oslo

Vi har reservert rom på Olympiatoppen Sportshotell, ved Sognsvann. Alle måltider vil også være her. Svømmere skal fortrinnsvis bo på dobbel- eller trippelrom. For trenere vil det være dobbeltrom så langt dette lar seg gjøre. Vi oppfordrer til at utøvere reiser uten ledsager, men er det spørsmål rundt dette, ta kontakt med undertegnede.

Kostnader

Utøvere som er med på sin første samling

Svømmeforbundet dekker kostnader til opphold og trening, samt **50 %**, inntil kr 1500,- for fly/togbilletter (kvitteringer må sendes inn).

Svømmere som har vært med tidligere

Her er det en avgift på kr 750 for å være med på samlingen. Beløpet faktureres i etterkant av samlingen. Reise bestilles og betales av den enkelte utøver/klubb.

Trenere

NSF dekker reise (reise til/fra flyplassen eller togstasjon må dekkes av klubb) og opphold for trenere.



Reise

Alle må selv bestille reise til og fra samlingen. Ta kontakt om det er noen spørsmål.

Program

Samlingen starter fredag 24. november på ettermiddagen og avsluttes søndag 26. november etter lunsj. Trening og øvrig program vil foregå på Toppidrettssenteret (Olympiatoppen) og Norges Idrettshøgskole. Programmet vil inneholde 3 økter i bassenget og 2 økter med styrke/basistrening. Det vil også bli informasjon fra Svømmeforbundet.

Nærmere informasjon og endelig program om samlingen sendes ut sammen med bekreftelse på deltakelsen.

Klassifisering bevegelseshemmede

Det ble tidligere annonsert at det ikke vil være klassifisering på samlingen, men dette får vi til likevel – så der blir klassifisering for bevegelseshemmede lørdag 25. november.

Alle som ønsker klassifisering så snart som mulig og innen 10. oktober, si fra om dette, samt sende inn medisinsk dokumentasjon på diagnosen.

Les mer om klassifisering

Påmelding

Klubber/svømmere som ønsker å melde seg på må sende inn skjema på siste side **innen 10. oktober**. Skjema sendes på e-post til Kristin Homb i Norges Svømmeforbund på e-post kristin@svomming.no

Samlingen ledes av landslagstrener Morten Eklund og trener for unge utøvere Geir Thorstensen.

Med vennlig hilsen

NORGES SVØMMEFORBUND



Kristin Homb

Kristin Homb
Idrettskonsulent

Kontaktinfo

Morten Eklund, landslagstrener: Tlf 918 63 834 / mo-eklu@online.no

Geir Thorstensen, trener for Utviklingsgruppe Unge TiF: 909 26 217 / Geir.Thorstensen@idrettsforbundet.no

Kristin Homb, NSF administrasjon: Tlf 21 02 96 73 / kristin@svomming.no



**SKJEMA – PÅMELDING TIL PARASAMLING SVØMMING 24.-26.
NOVEMBER**

Klubb _____

Navn på utøver _____

Alder _____

Antall økter i uka _____

**Mål og ønsker for
svømminga** _____

Evt matallergier _____

Behov for HC-rom _____

Ønsker klassifisering _____

**Medisinsk
dokumentasjon vedlagt** _____

**Navn på trener som er
med** _____

Evt matallergier _____

Evt annen informasjon _____

Skjema returneres til
kristin@svomming.no innen 10. oktober 2017.

