



**OI SVØMMING**



**NORGES  
SVØMMEFORBUND**  
*Norwegian Swimming Federation*



**Norgesmesterskap  
Open Water svømming  
2018**

**for senior og junior**

**Oslo Idrettslag svømming  
Sørenga**

**18. august 2018**

På vegne av Norges Svømmeforbund, har Oslo Idrettslag svømming som teknisk arrangør, gleden av å invitere til det aller første Norgesmesterskap i Open Water 2018 for senior og junior.

**STED** Sjørenga sjøbad i Oslo

**TID** 18. august 2018

**ØVELSE:** 5000 meter

Norgesmesterskapet vil bli arrangert i henhold til FINA sine lover og regler i Open Water svømming. Unntak er regler om bruk av våtdrakt der NSF har egne regler.

#### **KONKURRANSESTED**

Konkurransen gjennomføres på Sjørenga sjøbad i Oslo.

Mer info: <https://nyhetsrom.bymiljoetaten.no/opplevoslo/sorenga-sjobad/>

Temperatur og vannkvalitet blir målt på konkurransedagen.

NSFs regler om bruk av våtdrakt gjelder: <https://svomming.no/wp-content/uploads/2015/12/OWS-LengdeTidTemperatur01062014-red.pdf>

Arrangør forbeholder seg retten til å avlyse arrangement hvis vannkvalitet er for dårlig, hvis vanntemperatur blir for lav eller ved lyn/torden eller annet.

NM Open Water arrangeres som egen øvelse under Oslo Open Water.

#### **PÅMELDING/ETTERANMELDING**

Påmelding skjer elektronisk via e-post. Alle svømmere som deltar i Norgesmesterskapet skal være oppgitt i klubbens påmelding. Alle svømmere må også ha oppgitt kontaktinfo på nærmeste kontaktperson med mobilnummer. Dette av sikkerhetshensyn.

Ved ufullstendig påmelding kan start nektes. Alle påmeldinger blir bekreftet, og påmeldingen kan ikke regnes som godkjent før bekreftelsen er mottatt. Er det usikkerhet om påmeldingen er kommet frem kontakt oss på mobil nr. 9097 3709 innen 1. august 2018 kl. 24.00.

#### **Etteranmeldelse**

Etteranmeldelse kan godkjennes inntil lagledermøte er avsluttet kvelden før konkurransedag? Startkontingent ved slik etteranmeldelse settes til kr 1000,- pr. øvelse jfr. GE 34B.

#### **Påmeldingsfrist 17. august 2018 kl. 22.00**

Lagleders mobiltelefonnummer må følge påmeldingen.

#### **Påmelding:**

Påmelding gjøres på <https://www.deltager.no/OOW2018>

#### **KONTAKTPERSONER**

- Stevneleder: Hans Jacob Stoebner 45208929
- Teknikkleder: Hans Jacob Stoebner 45208929
- Stevnekontor: Hans Jacob Stoebner 45208929
- Pressekontakt: Hans Jacob Stoebner 45208929

### **STARTKONTINGENT**

Individuell: kr. 420,- pr. øvelse

*Startkontingent betales ved påmelding på deltager.no*

Husk å ta med kvittering på lagledermøte for betalt startkontingent.  
Utøvere fra klubber som ikke har betalt startkontingent blir nektet start.

### **STARTBETINGELSER**

Ref. GE 1, GE 13, GE18A7, GE 30 og GE 31.

Utenlandske statsborgere som er fast bosatt i Norge, kan søke forbundsstyret om starttillatelse til deltagelse. Søknaden må dokumentere at søkeren har oppholds- og/eller arbeidstillatelse i Norge. Søknad om starttillatelse må være NSF i hende senest 8 uker før mesterskapet arrangeres.

### **TILBAKETREKKING**

Det er tillatt å trekke en påmelding tilbake innen 1 time før stevnets start konkurransedagen.  
Tilbaketrekkingen skal være skriftlig. Startkontingenten refunderes ikke, jfr. GE 36.

### **STRAFFEGEBYR**

Straffegebyr på kr. 1.000,- for å trekke seg fra en øvelse uten overdommers godkjenning (GE 22D og GE 36A-B) og for uriktig påmelding (GE 22A pkt. 5 og GE 32).

### **DOPINGKONTROLLER**

Utøverne må være forberedt på at det kan bli foretatt dopingkontroller i løpet av mesterskapet.

### **PREMIERING**

NSF's medaljer til de tre beste i hver klasse. Det vil si senior damer, senior menn, junior damer og junior menn. All premiering vil bli utdelt etter konkurransen.

### **STEVNEKONTOR**

Stevnekontoret er åpent fra 09:00 18/8-2018.

Klubbene/deltakerne melder seg for registrering ved første ankomst til stevnekontoret.

### **LAGLEDERMØTE**

Sted: Sjørenga Sjøbad (OI teltet)

Tid: 10:00

### **SIKKERHETSBRIEFING**

Det blir gjennomført sikkerhetsbriefing for utøvere lørdag 18. august kl 10:00 sted: Sjørenga Sjøbad

## INNSVØMMING

Det er muligheter for innsvømming i løypen fra kl. 09:00. til kl. 10:45

## INNSJEKK OG UTSJEKK AV DELTAKER

Deltakerne registrerer seg i stevnekontoret ved ankomst. Her blir badehette med startnummer delt ut, samt startnummer til å feste på våtdrakt. Utøver får også skrevet sitt startnummer på håndbaken. Utøver må delta på sikkerhetsbriefing før start.

## ØVELSE:

Det arrangeres NM i Open Water i 5000 meter.

## KLASSER:

Det arrangeres NM i 5000 meter for kvinner og menn i klassene senior og junior.

Junior: fra året en fyller 14 år til året en fyller 19år \*

Senior: fra året en fyller 14 år.

*\*FINA sin aldersgrense er fra året du fyller 14 år i Open Water svømming.*

## KVALIFIKASJONSKRAV:

Siden dette er det første NM i Open Water er det ingen kvalifikasjonskrav på tid på 5000 meter, men det er visse deltakerkrav for å kunne delta:

Deltaker må:

- > Må være medlem i en klubb tilsluttet Norges Svømmeforbund
- > Ha betalt startlisens til Norges Svømmeforbund
- > Kunne svømme 2 km crawl på under 50min

## BEGRENSING PER KLASSE:

Det er begrensning i antall deltakere til 20 personer per klasse.

Ved for stor påmelding, vil personer med de beste tidene fra 1500 meter rankingen etter 01.01.2016 bli prioritert.

## KRAV OM UTSTYR:

Ut ifra regler om bruk av våtdrakt gjelder følgende regler for 5000meter:

Uten bruk av våtdrakt: utøver kan svømme uten våtdrakt hvis det er 19 grader C eller varmere.

Arrangør kan påby bruk av våtdrakt hvis det er 16 grader eller kaldere.

Det er ikke tillatt å bruke våtdrakt hvis vanntemperaturen er større enn eller lik 23 grader.

**Mer utfyllende om reglene ved bruk av våtdrakt finner du på [www.svomming.no](http://www.svomming.no)**

Utøvere må også ha kortklipte negler før start, dette blir sjekket av dommere.

## TIDSSKJEMA

5000m

Kvinner junior kl.: 12:05

Kvinner senior kl.: 12:05

Menn junior kl.: 12:00

Menn senior kl.: 12:00

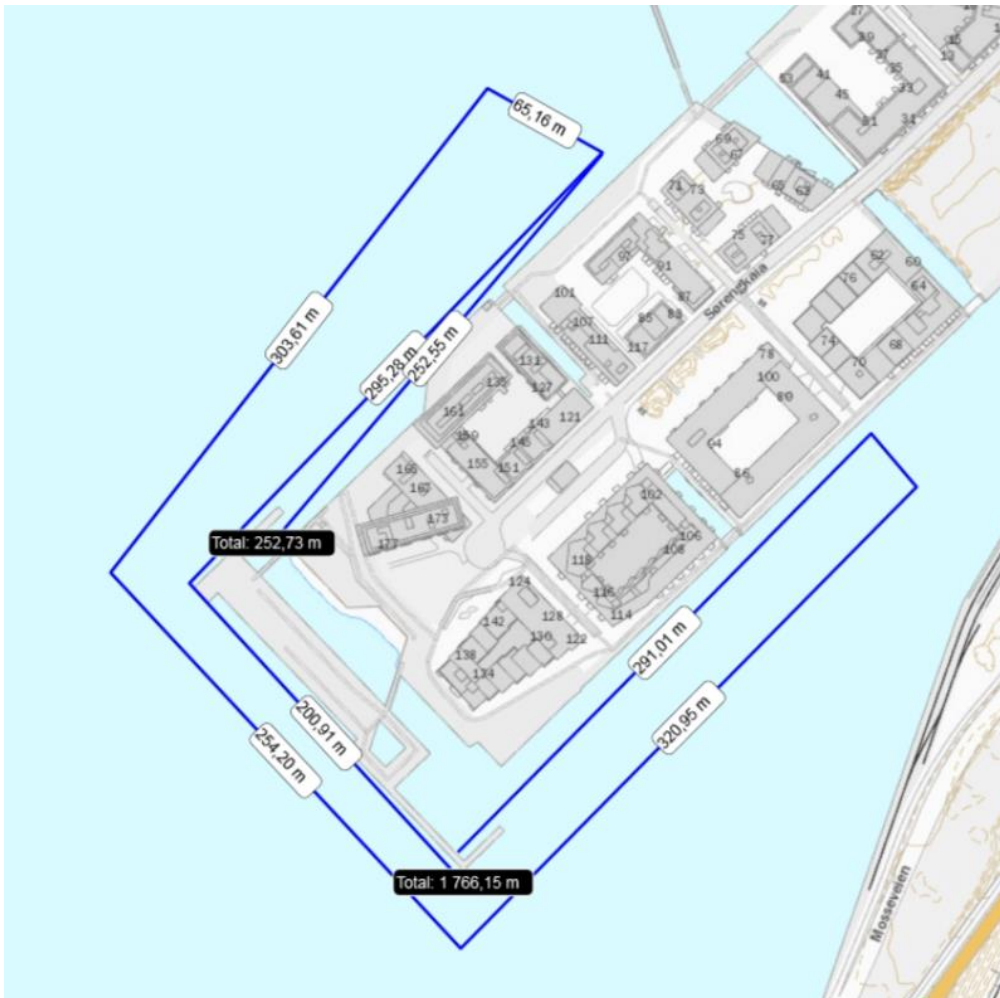
**CUT OFF TID: Damer: 2t:00m.00sek Herrer: 1t:45m.00sek**

Arrangør kan ved behov avbryte svømmingen til utøvere som ligger for langt bak teten. Mer info om dette vil bli gitt ved lagledermøte, evt. på hjemmesiden til konkurransen.

## LØYPEN

Foreløpig ser løypen slik ut:

Endinger i løypen kan forekomme. Info om dette blir lagt ut på nettsiden til Oslo Open Water.



\*Utskrift fra GisLink. Kartgrunnlag: Norge Digitalt og Geovekst.

## Velkommen til Oslo og Sjørenga!