



Oslo, 15. august 2018

INVITASJON TIL PARASAMLING SVØMMING 23.-25. NOVEMBER I OSLO

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

Da er Parasamling svømming i Oslo 23.-25. november et godt valg.

For 8. året på rad inviterer Norges Svømmeforbund til Parasamling svømming (tidligere Åpen samling) for svømmere med funksjonsnedsettelse (syn, - hørsels, - og bevegelsehemning) – 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 (fra året en fyller 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 foresatte. Er det behov for å ha med ledsager, 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

Utøvere som har vært med tidligere, betaler 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.

Foresatte og ledsagere

Vi oppfordrer til at utøvere reiser uten foresatte, men om det er foresatte som vil være med, bestiller vi rom så lenge det er ledig kapasitet. Foresatte blir fakturert for faktiske kostnader ifm oppholdet.

For utøvere som har BPA eller av andre grunner er helt avhengig av assistent/ledsager for å kunne være med på samlingen, er det en egenandel på kr 750 for assistent/ledsager. Vi har ikke mulighet til å dekke reise for ledsagere.

Reise

Alle skal i utgangspunktet bestille reise til og fra samlingen selv, men NSF kan være behjelpelig med bestilling, om det er ønskelig.

Vi oppfordrer til å bestille fly så tidlig som mulig, for å holde kostnader nede.

Ta kontakt om det er noen spørsmål.

Program

Samlingen starter fredag 23. november på ettermiddagen og avsluttes søndag 25. 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 vil være klassifisering av svømmere med bevegelseshemming lørdag 24. november.

- ALLE utøvere som skal reklassifiseres, vil bli kontaktet av NSF.
- NYE utøvere som enda ikke er klassifisert, må melde fra om dette så snart som mulig og senest inne påmeldingen.

Alle som skal klassifiseres, må sende inn medisinsk dokumentasjon på diagnosen. Les mer om klassifisering på NSF sin hjemmeside:

<https://svomming.no/forbundet/parasvomming/klassifisering-2/>



Påmelding

Klubber/svømmere som ønsker å melde seg på må sende inn skjema på siste side **innen 8. oktober**. Skjema sendes på e-post til Kristin Homb i Norges Svømmeforbund på e-post kristin@svomming.no

Sportslige ansvarlige for samlingen er landslagstrener Morten Eklund og trener for unge utøvere Tone Gundrosen. Undertegnede har ansvar for alt det praktiske i forbindelse med samlingen.

Med vennlig hilsen

NORGES SVØMMEFORBUND

Kristin Homb

Kristin Homb
Idrettskonsulent

Kontaktinfo

Kristin Homb, NSF administrasjon: Tlf 907 48 548 / kristin@svomming.no
Morten Eklund, landslagstrener: Tlf 918 63 834 / morten eklund@olympiatoppen.no





**SKJEMA – PÅMELDING TIL PARASAMLING SVØMMING 23.-25.
NOVEMBER**

Klubb _____

Navn på utøver _____

Alder _____

Antall økter i uka _____

Mål og ønsker for svømminga _____

Evt matallergier _____

Behov for HC-rom _____

Assistent/ledsager* _____

Ønsker klassifisering** _____

Navn på trener som er med _____

Evt matallergier _____

Evt annen informasjon _____

Skjema returneres til

kristin@svomming.no innen 8. oktober 2018.

*** LEDSAGERE**

Utøvere som er helt avhengig av assistent/ledsager for å kunne være med på samlingen har mulighet til dette.

**** KLASSIFISERING for utøvere med bevegelseshemning**

- Utøvere som er klassifisert fra før, vil bli kontaktet av NSF om det er behov for reklassifisering.
- Utøvere med bevegelseshemning, som ikke tidligere er klassifisert, og ønsker klassifisering på samlingen, må sende inn eget skjema for dette så snart som mulig. Det må også sendes inn medisinsk dokumentasjon som er nødvendig for klassifiseringen. Dette vil dere få nærmere beskjed om.

