

## Landslagskrav kortbane, sesongen 2022 - 2023

### Kortbane Damer

Landslag	Elite	Utfordrer	Rekrutt 04	Rekrutt 05	Junior 06	Junior 07	Junior 08
FINA 2021	885 poeng	835 poeng	810 poeng	785 poeng	760 poeng	735 poeng	685 poeng
	* = 925p						
Distanse	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid
50m fri	23,88	24,35	24,59	24,86	25,12	25,40	26,01
100m fri	52,33	53,36	53,90	54,47	55,06	55,68	57,00
200m fri	1.55,01	1.57,27	1.58,46	1.59,71	2.01,00	2.02,36	2.05,27
400m fri	4.03,64	4.08,41	4.10,94	4.13,57	4.16,32	4.19,20	4.25,36
800m fri	8.19,26	8.29,03	8.34,21	8.39,62	8.45,25	8.51,14	9.03,76
1500m fri	15.56,16	16.14,88	16.24,80	16.35,15	16.45,94	16.57,22	17.21,39
100m rygg	57,17	58,29	58,88	59,50	1.00,14	1.00,82	1.02,27
200m rygg	2.04,18	2.06,61	2.07,90	2.09,24	2.10,65	2.12,11	2.15,25
100m bryst	1.04,95	1.06,22	1.06,89	1.07,60	1.08,33	1.09,09	1.10,74
200m bryst	2.20,16	2.22,90	2.24,36	2.25,87	2.27,46	2.29,11	2.32,65
100m butterfly	56,87	57,99	58,58	59,20	59,84	1.00,51	1.01,95
200m butterfly	2.04,58	2.07,01	2.08,31	2.09,66	2.11,06	2.12,53	2.15,68
200m medley	2.06,92	2.09,40	2.10,72	2.12,10	2.13,53	2.15,03	2.18,23
400m medley	4.29,70	4.34,98	4.37,78	4.40,70	4.43,74	4.46,92	4.53,74

### Kortbane Herrer

Landslag	Elite	Utfordrer	Rekrutt 03	Rekrutt 04	Junior 05	Junior 06
FINA 2021	885 poeng	835 poeng	810 poeng	785 poeng	735 poeng	685 poeng
	* = 925p					
Distanse	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid
50m fri	21,10	21,51	21,73	21,96	22,44	22,98
100m fri	46,80	47,72	48,21	48,72	49,79	50,98
200m fri	1.43,50	1.45,52	1.46,60	1.47,72	1.50,10	1.52,72
400m fri	3.41,07	3.45,39	3.47,69	3.50,08	3.55,18	4.00,77
800m fri	7.41,84	7.50,89	7.55,68	8.00,68	8.11,34	8.23,01
1500m fri	14.43,31	15.00,59	15.09,76	15.19,32	15.39,71	16.02,04
100m rygg	50,93	51,92	52,45	53,00	54,18	55,47
200m rygg	1.50,02	1.52,17	1.53,31	1.54,50	1.57,04	1.59,82
100m bryst	57,92	59,05	59,66	1.00,28	1.01,62	1.03,08
200m bryst	2.05,44	2.07,90	2.09,20	2.10,56	2.13,45	2.16,62
100m butterfly	50,07	51,05	51,58	52,12	53,27	54,54
200m butterfly	1.53,07	1.55,28	1.56,45	1.57,68	2.00,29	2.03,15
200m medley	1.54,18	1.56,42	1.57,60	1.58,84	2.01,47	2.04,36
400m medley	4.05,28	4.10,08	4.12,63	4.15,29	4.20,95	4.27,15

**KRAV TIL JUNIORLANDSLAGET 09 jenter og 07 gutter**

Svømmerne må klare ett krav innenfor to ulike kategorier for å kvalifisere seg og hvert av kravene må være minst 625 poeng.

FINAs poengtabell for 2021 legges til grunn (kortbane/langbane)

KATEGORI 1	KATEGORI 2	KATEGORI 3	KATEGORI 4	KATEGORI 5	KATEGORI 6
50-100-200 Fri	400-800-1500 Fri	100-200 butterfly	100-200 rygg	100-200 bryst	200 – 400 medley

FINA 2021-poeng, 2 ulike kategorier	Jenter	Gutter	Gruppe
1250 FINA 2021 poeng	09	07	Juniorlandslaget

**Kriterier til alle lag**

Det stilles krav til utøvere om deltakelse på samlinger og stevner, samt innrapportering av trening i OLTs treningsdagbok for å beholde plassen på landslaget.

Utøvere skal dessuten kunne stille på samling friske, skadefrie og i god trening.

Kvalifiseringsperioden for første uttak har vært 1.1.2022 til og med 17.8.2022. FINA 2021 tabell er brukt.

17.desember 2022 er siste frist for å kvalifisere inn på senior- eller juniorlandslaget.

Krav på 50 rygg, 50 bryst, 50 butterfly og 100 medley er 925 Fina 2021 poeng

Kravene til juniorlandslagets yngste årsklasser (J09 og G07) kan settes både på kortbane og langbane, men de må uansett være poeng oppnådd innen to ulike kategorier. Hvert av kravene må være minst 625 poeng. For kvalifisering på høsten må begge kravene settes etter 1.august.