

Landslagskrav langbane, sesongen 2022-2023

Langbane Damer

Landslag	Elite	Utfordrer 1	Utfordrer 2	Rekrutt 04	Rekrutt 05	Junior 06	Junior 07	Junior 08
FINA 2021-poeng	875	850	825	800	775	750	725	675
Distanse	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid
50m fri	24,74	24,98	25,23	25,50	25,76	26,05	26,34	26,98
100m fri	54,06	54,58	55,13	55,70	56,29	56,91	57,56	58,94
200m fri	1.58,12	1.59,26	2.00,46	2.01,70	2.02,99	2.04,35	2.05,76	2.08,79
400m fri	4.07,22	4.09,62	4.12,11	4.14,71	4.17,42	4.20,25	4.23,21	4.29,56
800m fri	8.26,85	8.31,77	8.36,89	8.42,22	8.47,78	8.53,58	8.59,64	9.12,65
1500m fri	16.02,37	16.11,72	16.21,43	16.31,55	16.42,10	16.53,11	17.04,63	17.29,33
100m rygg	1.00,19	1.00,77	1.01,38	1.02,01	1.02,67	1.03,36	1.04,08	1.05,62
200m rygg	2.08,96	2.10,21	2.11,51	2.12,87	2.14,28	2.15,76	2.17,30	2.20,61
100m bryst	1.07,04	1.07,69	1.08,37	1.09,08	1.09,81	1.10,58	1.11,38	1.13,10
200m bryst	2.25,44	2.26,85	2.28,32	2.29,85	2.31,44	2.33,11	2.34,85	2.38,58
100m butterfly	58,00	58,56	59,15	59,76	1.00,39	1.01,06	1.01,75	1.03,24
200m butterfly	2.07,35	2.08,59	2.09,87	2.11,21	2.12,61	2.14,06	2.15,59	2.18,86
200m medley	2.11,86	2.13,14	2.14,47	2.15,85	2.17,30	2.18,81	2.20,39	2.23,77
400m medley	4.38,48	4.41,18	4.43,99	4.46,92	4.49,98	4.53,16	4.56,49	5.03,64

Langbane Herrer

Landslag	Elite	Utfordrer 1	Utfordrer 2	Rekrutt 03	Rekrutt 04	Junior 05	Junior 06
2021-FINA poeng	875	850	825	800	775	725	675
Distanse	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid	Tid
50m fri	21,86	22,07	22,29	22,52	22,76	23,28	23,84
100m fri	49,04	49,52	50,01	50,53	51,06	52,21	53,48
200m fri	1.46,64	1.47,68	1.48,75	1.49,87	1.51,04	1.53,54	1.56,27
400m fri	3.50,08	3.52,32	3.54,64	3.57,06	3.59,58	4.04,97	4.10,87
800m fri	7.52,69	7.57,28	8.02,06	8.07,03	8.12,21	8.23,27	8.35,40
1500m fri	15.10,66	15.19,50	15.28,70	15.38,27	15.48,26	16.09,57	16.32,94
100m rygg	54,21	54,74	55,28	55,85	56,44	57,71	59,11
200m rygg	1.57,01	1.58,15	1.59,33	2.00,56	2.01,84	2.04,58	2.07,58
100m bryst	59,46	1.00,05	1.00,64	1.01,27	1.01,92	1.03,31	1.04,84
200m bryst	2.11,86	2.13,14	2.14,47	2.15,85	2.17,30	2.20,39	2.23,77
100m butterfly	51,75	52,25	52,77	53,32	53,89	55,10	56,42
200m butterfly	1.55,76	1.56,89	1.58,06	1.59,28	2.00,54	2.03,25	2.06,23
200m medley	1.59,18	2.00,34	2.01,55	2.02,80	2.04,10	2.06,89	2.09,95
400m medley	4.14,93	4.17,41	4.19,98	4.22,66	4.25,46	4.31,43	4.37,97

KRAV TIL JUNIORLANDSLAGET jenter 09-gutter 07

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	Junior

Kriterier til alle lag

Det stilles krav til utøvere om deltakelse på samlinger og stevner, samt innrapportering av trening i Bestr 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 18.08.2022. FINA 2021-tabell er brukt.

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

For å kvalifisere seg på 50 rygg, 50 bryst og 50 butterfly må man klare en tid som minst tilsvarer 900 poeng. Man er da automatisk inne på elitelandslaget.

Kravene til yngste juniorgruppe (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.