

Krav til Nordisk Ungdomsmesterskap (NUM) 2023

NUM-krav jenter

Landslag	Langbanekrav
Distanse	Tid
50m fri	26,98
100m fri	58,94
200m fri	2.08,79
400m fri	4.29,56
800m fri	9.12,65
100m rygg	1.05,62
200m rygg	2.20,61
100m bryst	1.13,10
200m bryst	2.38,58
100m butterfly	1.03,24
200m butterfly	2.18,86
200m medley	2.23,77
400m medley	5.03,64

NUM-krav gutter

Landslag	Langbanekrav
Distanse	Tid
50m fri	23,84
100m fri	53,48
200m fri	1.56,27
400m fri	4.10,87
1500m fri	16.32,94
100m rygg	59,11
200m rygg	2.07,58
100m bryst	1.04,84
200m bryst	2.23,77
100m butterfly	56,42
200m butterfly	2.06,23
200m medley	2.09,95
400m medley	4.37,97

Nordisk Ungdomsmesterskap (NUM) 2023	
Sted og dato	Stockholm, Sverige 8.-9.juli 2023
Kvalifiseringsperiode	1. september 2022 – 7.mai 2023
Årsklasser	Jenter født 08-09-10 / Gutter født 07-08-09
Kommentar	Det er benyttet 675 FINA 2020 poeng for begge kjønn. Dersom flere enn to utøvere svømmer under kravet på en øvelse, vil de to med best tid i kvalifiseringsperioden være kvalifisert for øvelsen i NUM. Det er kun mulig å kvalifisere på langbane.
Begrensing	NSF tar ut 6 jenter og 6 gutter i troppen til NUM, men dette kan utvides om flere greier individuelle krav og evt stafettdeltagelse. Allsidighet, nivå og stafett vil bli prioritert.
Annet	Det kan bli aktuelt å supplere troppen på subjektivt grunnlag med utøvere som kan stille på flere øvelser og stafettag, selv om de ikke har klart krav. Alle uttak forutsetter at utøver er frisk, skadefri og i god trening