



**NORGES
SVØMMEFORBUND**
Norwegian Swimming Federation



BJERKVIK
SVØMMEKLUBB

NM i svømming
MASTERS 2024

Idrettens hus, Narvik
Fredag 26. – søndag 28. april 2024

ÅPENT NM MASTERS 2024 NARVIK

På vegne av Norges Svømmeforbund inviterer Bjerkvik svømmeklubb til åpent norsk mesterskap i svømming for masters på Idrettens hus i Narvik 26. – 28. april 2024.

Mesterskapet arrangeres etter Norges Svømmeforbunds lover og regler.
Bassenget er 25 meter med 6 baner, og holder en temperatur på ca. 26 grader.
Barnebassenget er åpent for inn- og utsvømming under stevnet. Garderobene har skap som kan låses med en 10-kronersmynt.

Tidspunkt

Tidspunkt for start av hver økt er veiledende.

Ved stor deltakelse kan tidspunktet forskyves.

Torsdag:	Innsømming kl. 17:00 - 19:00
Fredag:	Innsømming kl. 10:00 Start 1. økt kl. 12:00
Fredag:	Innsømming kl. 14:30 Start 2. økt kl. 16:00 (Åpningsseremoni kl. 15:45)
Lørdag:	Innsømming kl. 07:30 Start 3. økt kl. 09:00
Lørdag:	Innsømming kl. 13:00 Start 4. økt kl. 14:00
Søndag:	Innsømming kl. 10:30 Start 5. økt kl. 12:00

Påmelding

Påmelding til øvelser sendes samlet elektronisk i NSF standard påmeldings-format (Victoria, uni_p fil) til oppmann@bjerkviksk.no med «Påmelding NM Masters og bankett 2024 <klubbnavn>» i emnefeltet, **innen fredag 22. mars 2024 kl. 23:59**. I samme epost sendes en navneliste for påmelding til bankett. Husk å oppgi eventuelle allergier/intoleranser. Oppgi navn og e-postadresse til klubbens kontaktperson ved påmelding.

Startkontingenter og bankett innbetales ved påmelding til konto.: 4545.20.56007
Betaling merkes med klubbnavn.

Øvelsesoppsettet kan lastes ned fra www.medley.no

Obs. Ingen etteranmeldinger. Det bekreftes til klubben at påmelding er mottatt.

Startkontingent

100 kroner pr. individuell start. 200 kroner pr. lagstart.



Lagledermøte

Lagledermøte fredag kl. 13:30. Strykninger kan evt. gjøres elektronisk, hvor klubbene får en kode for dette etter at påmeldingen er bekreftet.

Premiering

Gull, sølv og bronse i alle øvelser/klasser. (Pre-masters er ikke med i poengberegning knyttet til Beste klubb, heller ikke originale premier.)

Klasser

Klasse	Alder	Klasse	Alder	Klasse	Alder
O, Pre masters	20-24				
A	25-29	B	30-34	C	35-39
D	40-44	E	45-49	F	50-54
G	55-59	H	60-64	I	65-69
J	70-74	K	75-79	L	80-84
M	85-89	N	90-94	O	95-99

Alderen for klasseinndeling avhenger av alderen til svømmer pr. 31.12.2024.

Stafettklasser

Klasse	Alder	Klasse	Alder	Klasse	Alder
O, Pre masters	80-99				
A	100-119	B	120-159	C	160-199
D	200-239	E	240-279	F	280-319
G	320-359				

Obs! Det er ikke anledning for pre-masters å delta i andre klasser i stafettøvelsene.

Parasvømmere

Det svømmes etter den australske modellen i hver av de individuelle klassene (A-N og O). Rangering skjer innenfor hver mastersklasse hvor oppnådd tid i prosent opp mot verdensrekord pr. 1. januar i den respektive parasvømmer-klasse.

Lisens og klubbtilhørighet

NSF minner om at alle deltakere må ha betalt lisens for 2024 innen stevnestart. Dersom ikke lisensen er betalt, vil deltaker/klubb ilegges straffegebyr på 1000 kroner. Dersom en deltaker representerer en klubb som hun/han ikke er representasjons-berettiget for, ilegges klubben straffegebyr på 1000 kroner. Dersom lisens ikke er betalt eller man representerer feil klubb, strykes resultatene for denne utøveren, og eventuelle premier må returneres.

Dopingkontroll

Det kan bli foretatt dopingkontroll og blodprøver under stevnet.

Salg av badetøy

Det vil bli salg av badetøy fra Arena under mesterskapet.

Informasjon

For ytterligere informasjon vennligst kontakt:

Stevneleder: Terje Brinck Løyning tloyning@proton.me 481 05 929

Påmelding: Linda Strøm oppmann@bjerkviksk.no 418 08 785

Dommere: Anneline Vassbakk Løyning leder@bjerkviksk.no 970 44 608

Annet: Renate Remlo, renateremlo@hotmail.com 995 12 196

Facebook

Arrangementet finnes på Facebook som [NM Masters 2024 - Narvik](#)

Det vil også finnes noe informasjon på Facebook-gruppen [Norske Masters svømmere](#).

Stevneprogram NM Masters 2024

<p>Fredag 26. april kl. 12:00 (Innsvømming fra kl. 10:00)</p> <p>Øvelse 1. 1500 m fri Herrer Øvelse 2. 800 m fri Damer</p>	<p>Fredag 26. april kl. 16:00 (Innsvømming fra kl. 14:30)</p> <p>Øvelse 3. 100 m fri Herrer Øvelse 4. 100 m fri Damer Øvelse 5. 200 m butterfly Herrer Øvelse 6. 200 m butterfly Damer Øvelse 7. 50 m bryst Herrer Øvelse 8. 50 m bryst Damer Øvelse 9. 400 m medley Herrer Øvelse 10. 400 m medley Damer Øvelse 11. 4x50 m medley Herrer Øvelse 12. 4x50 m medley Damer</p>
<p>Lørdag 27. april kl. 09:00 (Innsvømming fra kl. 07:30)</p> <p>Øvelse 13. 400 m fri Herrer Øvelse 14. 400 m fri Damer Øvelse 15. 200 m medley Herrer Øvelse 16. 200 m medley Damer Øvelse 17. 100 m bryst Herrer Øvelse 18. 100 m bryst Damer Øvelse 19. 50 m butterfly Herrer Øvelse 20. 50 m butterfly Damer Øvelse 21. 200 m rygg Herrer Øvelse 22. 200 m rygg Damer Øvelse 23. 4x50 m fri Herrer Øvelse 24. 4x50 m fri Damer</p>	<p>Lørdag 27. april kl. 14:00 (Innsvømming fra kl. 13:00)</p> <p>Øvelse 25. 200 m fri Herrer Øvelse 26. 200 m fri Damer Øvelse 27. 100 m rygg Herrer Øvelse 28. 100 m rygg Damer Øvelse 29. 200 m bryst Herrer Øvelse 30. 200 m bryst Damer Øvelse 31. 100 m butterfly Herrer Øvelse 32. 100 m butterfly Damer Øvelse 33. 4x50 m medley Mix</p>
<p>Søndag 28. april kl. 12:00 (Innsvømming fra kl. 10:30)</p> <p>Øvelse 34. 50 m fri Herrer Øvelse 35. 50 m fri Damer Øvelse 36. 50 m rygg Herrer Øvelse 37. 50 m rygg Damer Øvelse 38. 100 m medley Herrer Øvelse 39. 100 m medley Damer Øvelse 40. 4x50 m fri Mix</p>	

Arrangøren forbeholder seg retten til å foreta endringer i programmet. Eventuelle endringer vil publiseres på internett, og opplyses under mesterskapet på [Livetiming](#)

Hotelltilbud

Det er gjort følgende hotellavtaler i forbindelse med arrangementet. Hotellovernatting betales direkte til hotellet av den enkelte.

Quality Hotel Grand Royal. (900 meter å gå til svømmehallen). Flybussen stopper rett over gata.

Referanse for å booke til avtalepris 1099GR012620.

Enkeltrom 1190 kroner.

Dobbelrom 1390 kroner.

Trippelrom 1690 kroner.

Firemannsrom 1990 kroner.

Begrenset antall rom, særlig trippel- og firemannsrom. Først til mølla

Frist for bestilling til avtalepris på Quality Hotel Grand Royal er 29. Mars 2024.

Bankett lørdag og get-together fredag vil foregå på dette hotellet.

Scandic Narvik (750 meter å gå til svømmehallen). Flybussen stopper like utenfor.

Enkeltrom 1290 kroner.

Dobbelrom kr 1490 kroner.

Alle overnattinger skjer med individuell bestilling og betaling på nettsiden til Scandic med følgende bookingkode: BBJE260224

Kan bookes frem til: 29. Februar 2024

Kan kanselleres frem til: 14. Mars 2024

Thon hotell Narvik (1,8 km å gå til svømmehallen) Thon har en avtalepris med Norges svømmeforbund på 795 kroner pr. natt for både enkeltrom og dobbelrom. Rommene må bookes direkte til hotellet og man må vise til avtale med Norges Svømmeforbund.

Parkering

Det er avgiftsbelagte parkeringsmuligheter i hele Narvik by, også utenfor svømmehallen.

Parkering kan betales med EasyPark/ParkLink.



Hvordan komme seg til Narvik

Bil:

Narvik ligger langs E6, 230 km sør for Tromsø og 300 km nord for Bodø.

Fly:

Nærmeste flyplass er Harstad/Narvik lufthavn Evenes. Derfra tar det 1 time og 15 minutter med flybuss. Vær oppmerksom på at flybuss ikke korresponderer med alle fly, her er informasjon om rutetidene med flybussen: <https://flybussen.no/tur>


Tog/Buss

Tog sørfra til Fauske og buss fra Fauske til Narvik (248 km med buss). Dersom du reiser med tog via Sverige så går det tog helt frem til Narvik stasjon.

Get-together Fredag

Fredag kveld blir det uformell get-together på Linken bar i øverste etasje på Quality Hotel Grand Royal fra kl. 19:30 for de som ønsker. Her kan man bestille det man ønsker av drikke. Arrangementet er ikke lukket, og lokalet vil være åpent for andre gjester. Hotellet har samtidig to restauranter åpne, og man kan bestille bord via hotellets resepsjon.

Kuraas-banketten Lørdag

I samarbeid med vår lokale kjøttprodusent  inviterer vi til Bankett lørdag kveld. Kuraas-banketten vil foregå på Quality Hotel Grand Royal. Påmelding til banketten skjer sammen med påmelding til øvelsene. Det er en begrensning på 400 personer totalt, så det kan lønne seg å være tidlig ute med påmeldingene. Dersom det blir mer enn 250 deltakere vil middagen serveres i to saler.

Banketten byr på en 3-retters middag, musikkunderholdning med DJ gjennom hele kvelden, og god stemning. **Pris for banketten er 600 kroner pr person.** Drikke av alle slag er tilgjengelig for salg og kommer i tillegg til prisen for banketten. Banketten har bindende påmelding som innbetales av tilhørende svømmeklubb sammen med påmeldingsavgiftene.

Banketten starter kl. 19:00, dørene åpnes kl. 18:30. Etter middagen blir det felles informasjon i Royal Hall etterfulgt av mingling og fri utfoldelse til musikk frem til kl. 01:00.

Husk å oppgi eventuelle allergier og intoleranser ved påmelding til banketten.

Restauranter i Narvik

Her er en oversikt over restauranter i Narvik. Det anbefales å bestille bord på forhånd.

<https://www.visitnarvik.com/no/restaurant-narvik>

Andre tilbud - Narvik krigsmuseum

Narvik har et innholdsrikt krigsmuseum som er verdt et besøk. Deltakere og funksjonærer på NM Masters får redusert billettpris 110 kroner pr person (ordinær pris 130 kroner).

Åpningstidene er utvidet i forbindelse med arrangementet og det er åpent torsdag 25. april kl. 10:00 - 16:00, fredag 26. april kl. 10:00 - 18:00 og lørdag 27. april kl. 10:00 - 16:00. Man kjøper billett i skranken og ber om rabattert inngangsbillett for NM Masters i svømming.

Museet ligger midt i sentrum, i Kongens gate 39. Her er museets nettside:

<https://krigsmuseet.no/>

Helt til slutt

Bjerkvik svømmeklubb ser frem til å se dere alle i Narvik og til å arrangere et godt NM Masters for dere. Hjertelig velkommen!

