

Norges største langbanestevne

10 baner

# MjøS-Svøm 2006

Nasjonalt stevne

## Ankerskogen svømmehall

fredag 9. til søndag 11. juni 2006



utstillingsplassen



Sparebanken  
HEDMARK



NORSK TIPPING

Med NSF's godkjennelse innbyr Hamar IL, Svømming til

## Mjø̂s-Svøm 2006

i Ankerskogen Svømmehall, Hamar

Fredag 9.6 til søndag 11.6 - 2006

Mjø̂s-Svøm arrangeres for 24. gang i Ankerskogen svømmehall som er et av nordens største svømmeanlegg. Mjø̂s-Svøm er årets store massemonstring hvor både topp og bredde deltar i sommerens store svømmefest. Vi venter som de siste årene mer enn 650 svømmere til Hamar. Konkurransene vil bli avviklet på 50m langbane. Nytt av året er at alle øvelser bortsett fra finaleøvelsene vil bli avholdt med 10 baner. Stevnet vil dermed kunne avvikles 25% raskere enn tidligere år. Vanntemperatur 26 grader og saltinnhold 0,9%. Innsvømming 1 1/2 time før oppstart av hver konkurransedel. Det avholdes lagledermøte fredag kl 14.30, og dommermøte fredag kl 15.30

### Øvelser:

#### Fredag 9.6 kl. 16.00

Øvelse	Kjø̂nn	Klasser	Kvalkrav
1. 200m IM	gutter	sr/88-94	3,30.00
2. 200m IM	jenter	sr/88-94	3,30.00
3. 50m fri	gutter	sr/88-94	45.00
4. 50m fri	jenter	sr/88-94	45.00
5. 100m butterfly	gutter	sr/88-94	1,45.00
6. 100m butterfly	jenter	sr/88-94	1,45.00
7. 50m bryst	gutter	sr/88-94	1,00.00
8. 50m bryst	jenter	sr/88-94	1,00.00
9. 6*50m fri	mixed	sr	(Minst 2 av hvert kjø̂nn)

#### Lørdag 10.6 kl. 08.30

Øvelse	Kjø̂nn	Klasser	Kvalkrav
10. 400m fri	gutter	sr/88-94	5,45.00
11. 200m rygg	jenter	sr/88-94	3,30.00
12. 50m butterfly	gutter	sr/88-94	50.00
13. 200m fri	jenter	sr/88-94	3,30.00
14. 200m bryst	gutter	sr/88-94	4,00.00
15. 100m bryst	jenter	sr/88-94	2,00.00
16. 100m fri	gutter	sr/88-94	1,40.00
17. 50m rygg	jenter	sr/88-94	55.00
18. 100m rygg	gutter	sr/88-94	2,00.00
19. 4*50m LM	jenter	sr/jr	

## Finalesekvens:

Finalesekvensen foregår lørdag 10.6 kl 18.00 på langbane – 8 baner. De 8 beste utøverne uansett årsklasse samles til ett heat i hver av følgende øvelser fra fredag og lørdag:

### Lørdag 10.6 kl. 18.00

1. 200m rygg	jenter	7. 200m fri	jenter
2. 100m rygg	gutter	8. 100m fri	gutter
3. 200m IM	jenter	9. 100m bryst	jenter
4. 200m IM	gutter	10. 200m bryst	gutter
5. 100m butterfly	jenter	11. 6*50m fri	mixed
6. 100m butterfly	gutter	(Minst 2 av hvert kjønn)	

### Søndag 11.6 kl. 08.30

Øvelse	Kjønn	Klasser	Kvalkrav
20. 400m fri	jenter	sr/87-94	5,45.00
21. 200m rygg	gutter	sr/87-94	3,30.00
22. 50m butterfly	jenter	sr/87-94	50.00
23. 200m fri	gutter	sr/87-94	3,30.00
24. 200m bryst	jenter	sr/87-94	4,00.00
25. 100m bryst	gutter	sr/87-94	2,00.00
26. 100m fri	jenter	sr/87-94	1,40.00
27. 50m rygg	gutter	sr/87-94	55.00
28. 100m rygg	jenter	sr/87-94	2,00.00
29. 4*50m LM	gutter	sr/jr	

## Premiering:

- Individuell 1/3 premiering i form av gavekort:  
1. plass kr 150,-    2. plass kr 100,-    3. plass kr 75,-    Øvrige kr 30,-
- Stafettene premieres for 1, 2, og 3 plassering.
- I finalene premieres 1, 2, og 3 plassering:  
1. plass kr 500,-    2. plass kr 300,-    3. plass kr 200,-
- **MJØS-SVØMSTAFETT – Kr 10 000,- i premie.**  
6\*50m fri blir premiært med kr. 5000,- til vinner, kr 3000,- til 2. plass og kr 2000,- til 3. plass.
- Vandrepremie til beste klubb. Tilfaller beste klubb etter særskilt poengskala etter poeng oppnådd i alle øvelser i alle klasser.  
NB! Må vinnes 3 ganger før vandrepremie tilfaller klubben til odell og eie.
- Det utdeles 1 bestemannspremie i en årsklasse gutter og jenter hver dag. Årsklassene for de ulike dagene trekkes på lagledermøtet fredag.

**Påmelding/Startkontingent:**

**Påmelding til:** mjos@medley.no  
**Startkontingent:** kr 75,- pr individuelle start.  
kr 150,- pr stafettlag.  
**Bankkonto:** 1800.14.06503



Det er samme kvalifiseringskrav for all klasser, men ikke kvalifiseringskrav for stafetter og funksjonshemmede. Kravene gjelder både for kvalifisering i 25m og 50m basseng. Kvalifiseringsperiode er fra 31. mai 2005 til 31. mai 2006. Dette vil si at påmeldingstid **må** være oppnådd på et approbert stevne i denne perioden. Ved usikkerhet om tiden er gyldig kan du sjekke dette på [www.medley.no](http://www.medley.no).

Det forbeholdes rett til heatbegrensning ved for stor deltagelse. Etteranmelding godtas hvis plass i heat mot dobbel startkontingent. Påmeldingen må være sendt senest onsdag 31/5-2006. Startkort er ikke nødvendig.

**Innkvartering/arrangement:**

Det er lagt til rette for skoleinnkvartering innen 5 min gangavstand fra svømmehall for de som måtte ønske dette. Overnatting må bestilles i god tid før stevnet. Liggeunderlag må medbringes. Det er tilbud om frokost på skolen. Den bestilles sammen med innkvarteringen.

Vi har også reservert noen plasser på Scandic Hotell i Vangsveien 121. Tlf 21 61 40 00.

Det vil i år ikke bli arrangert grillfest ved svømmehallen, men det er tilbud om mat på skolene fredag og lørdag kveld. Se [www.jechsoft.no/mjos06](http://www.jechsoft.no/mjos06) for detaljer.

**Priser:**

Overnatting per natt: kr 65,-  
Frokost per stykk: kr 45,-  
Baguetter per stykk: kr 35,-  
Baguetter må bestilles på forhånd.

Stevnet vil bli arrangert med Omega tidtakeranlegg, med scoreboard og Livetiming. Se også våre websider: [www.jechsoft.no/mjos06](http://www.jechsoft.no/mjos06)  
Resultatlistene vil kun bli distribuert via internett.

**LIVETIMING**

De som ikke har mulighet til å være tilstede på stevnet har muligheten til å følge stevnet direkte på internett. Livetiming finnes på adressen: [www.livetiming.no](http://www.livetiming.no)

**Kontaktpersoner:**

Generelt: Håkon Iversøn tlf 62530597 el 92833283  
Tor Aage Dæhli tlf 62571948 el 95981859  
Påmelding: John Erlend Christiansen tlf 90973709  
Overnatting: Steen M. Johansen tlf 62522473 el 99165359

# Velkommen til Mjøs-Svøm 2006!