



MjøS-Svøm

Nasjonalt stevne med internasjonal deltagelse



Tradisjonsrike MjøS-Svøm arrangeres for 28. gang. Det ventes som tidligere år rundt 800 svømmere til årets store massemønstring som arrangeres i 10 baner på 50m langbane.

SWIMSHOP
swimshop.no

 **Smedvig**

Eidsiva 

 **UPL** Utstillingsplassen
eiendom

Sparebanken
HEDMARK 

Mjøs-Svøm 10.-12. juni 2011, Ankerskogen Svømmehall - Hamar

**Med NSF's
godkjennelse
innbyr Hamar IL til
Mjøs-Svøm 2011.**

Mjøs-Svøm arrangeres for 28. gang i Ankerskogen Svømmehall. Stevnet er årets store massemønstring hvor både topp og bredde deltar i sommerens store svømmefest. Til årets stevne ventes rundt 800 svømmere til Hamar. Konkurransene vil bli avviklet på 50m langbane. Alle øvelser blir avholdt med 10 baner. Vanntemperatur 26 grader og saltinnhold 0,9%. Stevnet arrangeres i henhold til Norges Svømmeforbunds lover og regler.

Øvelser

**Fredag 10. juni kl 16.00**

1. 200m IM, gutter
2. 200m IM, jenter
3. 50m fri, gutter
4. 50m fri, jenter
5. 100m b.fly, gutter
6. 100m b.fly, jenter
7. 50m bryst, gutter
8. 50m bryst, jenter
9. 6*50m fri, mixed
(Minst 2 av hvert kjønn)
10. 400m IM, gutter
11. 400m IM, jenter

Lørdag 11. juni kl 08.30

12. 400m fri, gutter
13. 200m rygg, jenter
14. 50m b.fly, gutter
15. 200m fri, jenter
16. 200m bryst, gutter
17. 100m bryst, jenter
18. 100m fri, gutter
19. 50m rygg, jenter
20. 100m rygg, gutter
21. 4*50m LM, jenter
22. 200m b.fly, gutter

Søndag 12. juni kl 08.30

23. 400m fri, jenter
24. 200m rygg, gutter
25. 50m b.fly, jenter
26. 200m fri, gutter
27. 200m bryst, jenter
28. 100m bryst, gutter
29. 100m fri, jenter
30. 50m rygg, gutter
31. 100m rygg, jenter
32. 4*50m LM, gutter
33. 200m b.fly, jenter

Finaler



**Finalesekvensen foregår
lørdag 11. juni kl. 18.00
på langbane, 10 baner.
De 10 beste utøverne
uansett årsklasse samles
til ett heat i hver av
følgende øvelser fra
fredag og lørdag:**

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

Klasser

Senior
Junior
Årsklasser
Masters

**Mjøs-Svøm 2011 er
åpent for svømmere født
1999 og tidligere.**

Alle øvelser bortsett fra finaler og stafetter premieres i klassene senior (født 91 og tidligere), samt en klasse for hver av årsklassene mellom 1992 og 1999. 6*50m fri og finalene premieres i en åpen klasse. Øvrige stafetter premieres i senior og junior, samt masters for utvalgte øvelser.

Funksjonshemmede premieres i klassene S1-S15, SB1-SB15 og SM1-SM15.

I utvalgte øvelser premieres det også i Mastersklasser (25 år og eldre).

Det må fremgå av påmeldingen om man skal delta som masters. Øvrige påmeldinger for svømmere som holder mastersalder vil bli premiært i seniorklassen.

**Følgende øvelser vil
også premieres i
mastersklassene:**

12. 50m b.fly, gutter
15. 100m bryst, jenter
16. 100m fri, gutter
17. 50m rygg, jenter
19. 4*50m LM, jenter
22. 50m b.fly, jenter
25. 100m bryst, gutter
26. 100m fri, jenter
27. 50m rygg, gutter
29. 4*50m LM, gutter

Premiering



- **Individuell 1/3 premiering (gavekort)**
1. plass: kr 150,-
2. plass: kr 100,-
3. plass: kr 75,-
Øvrige: kr 30,-
- **Stafettene premieres for 1, 2 og 3. plass.**
- **I finalene premieres 1, 2 og 3. plass**

1. plass: kr 500,-
2. plass: kr 300,-
3. plass: kr 200,-
- **Mjøs-Svømstafett**

1. plass: kr 5000,-
2. plass: kr 3000,-
3. plass: kr 2000,-
- **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.
- **Bestemannspremier**

Det utdeles 1 bestemannspremie i en årsklasse gutter og jenter hver dag. Årsklassene for de ulike dagene trekkes på lagledermøtet fredag. Finalene er ikke med i konkurransen.

Påmelding / Startkontingent

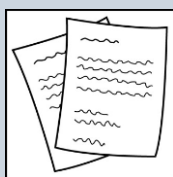
**Påmeldingsfrist
onsdag 25. mai
2011**

Påmeldingsfrist: 25. mai 2011
Påmelding til: jech@medley.no
Startkontingent: Kr 75 pr ind. start
Kr 150,- pr lagstart
Bankkonto: 1800.14.06503
IBAN: NO92 1800 1406 503
BIC/Swiftadresse: SHEDNO022
Betalingsfrist: 1. juni 2010

Det er ikke kvalifiseringskrav til Mjøs-Svøm, men påmeldingstiden skal være bestetid satt i kvalifiseringsperioden som er fra 26. mai 2010 til 25. mai 2011. Har man ikke oppnådd tid på distansen i løpet av kvalifiseringsperioden godtas stipulert tid eller tid satt utenfor kvalperioden. Ved usikkerhet om bestetider og når disse er satt kan du sjekke dette på ww.medley.no.

Det forbeholdes rett til heatbegrensning ved for stor deltagelse. Etteranmelding godtas hvis plass i heat mot dobbel startkontingent.

Resultater / Info



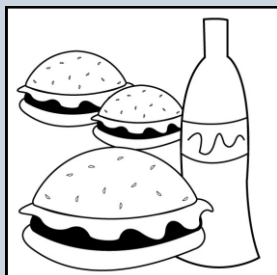
Stevnet vil bli arrangert med Omega tidtakeranlegg, og kan følges på nett via livetiming.no.

Info på web: <http://www.hamar-idrettslag.no/svømming>
Resultater på web: <http://www.livetiming.no/mjos11>
Livetiming: <http://www.livetiming.no/livetiming>

Kontaktpersoner

Generelt: Ronald Slaatmo Mob 948 77 696 ronald-slaatmo@hotmail.com
Kjell Karlsen Mob 977 64 260 ms@hilsvomming.net
Påmelding: John Erlend Christiansen Mob 909 73 709 jech@medley.no
Overnatting/Mat: Kjell Karlsen Mob 977 64 260 ms@hilsvomming.net

Innkvartering



For årets Mjøssvøm har Hamar IL inngått et samarbeid med Hamar Kommune om lån av skoler til overnatting, og tilbyr i år overnatting for alle som ønsker det på Ankerskogen Videregående skole, Børstad Ungdomsskole, Storhamar Videregående skole og Storhamar barneskole. For årets arrangement vil matservring foretas i Tennishallen inntil Ankerskogen svømmehall. Skolene ligger fra 500 m til 1.2 km fra svømmehallen, med plass til ca 720 personer. Overnatting må bestilles i god tid før stevnet. Liggeunderlag må medbringes. Det er tilbud om frokost og middag som serveres i Tennishallen ved Ankerskogen, samt lunsjpakker (baguetter) som utleveres i svømmehallen under stevnet. Som i fjor steker vi baguettene rett før de leveres, slik at de er rykende ferske og gode. Middagstilbud er taco på fredag og grillmat på lørdag.

Priser Overnatting/Mat



Overnatting pr natt:	kr 110,-
Frokost pr stykk:	kr 50,-
Baguetter pr stykk:	kr 40,-
Middag fredag: Taco	kr 110,-
Middag lørdag: Grill buffet	kr 110,-

Bestillingen må gjøres på forhånd innen 25. mai 2011

Bestilling sendes til ms@hilsvomming.net
Spørsmål om overnatting og mat kan rettes til Kjell Karlsen på mailadressen over eller til mobil 97764260.

Tidspunkter

Lagledermøte:	Fredag 10. juni kl 14.30
Dommermøte:	Fredag 10. juni kl 15.30
Innsvømming fredag:	Kl 14.30
Innsvømming lørdag:	Kl 07.00
Innsvømming søndag:	Kl 07.00
Stevnestart fredag:	Kl 16.00
Stevnestart lørdag:	Kl 08.30
Stevnestart finaler lørdag:	Kl 18.00
Stevnestart søndag:	Kl 08.30

Velkommen til Mjøs-Svøm 2011