



## ÅPENT NM MASTERS 20.–22. MARS 2026 STAVANGER

På vegne av Norges Svømmeforbund inviterer ROMA - Rogaland masters svømmeklubb til åpent norsk mesterskap i svømming for masters. Mesterskapsarena er Stavanger svømmehall i Stavanger.

Mesterskapet arrangeres etter Norges Svømmeforbunds lover og regler. Bassenget er 25 meter med klorer ferskvann, har 6 baner med bølgebrytende baneskillere, og holder en temperatur på 27–28° C.

### Tidspunkt

Åpning av mesterskapet skjer fredag kl. 15:45. Tidspunktet for starten av hver økt er veiledende. Ved stor deltakelse kan tidspunktet forskyves.

|         |                       |                        |
|---------|-----------------------|------------------------|
| Fredag: | Innsvømming kl. 10:30 | Start 1. økt kl. 12:00 |
| Fredag: | Innsvømming kl. 14:30 | Start 2. økt kl. 16:00 |
| Lørdag: | Innsvømming kl. 07:30 | Start 3. økt kl. 09:00 |
| Lørdag: | Innsvømming kl. 13:00 | Start 4. økt kl. 14:00 |
| Søndag: | Innsvømming kl. 10:30 | Start 5. økt kl. 12:00 |

### Påmelding

Påmelding til øvelser kan gjøres via [medley.no](https://medley.no) (evt. benytt annen innarbeidet praksis), velg NSF standard påmeldings-format (Victoria, uni\_p fil). Påmeldingen sendes samlet til [romasvømmeklubb@gmail.com](mailto:romasvømmeklubb@gmail.com) med «Påmelding NM Masters og bankett 2026 <klubbnavn>» i emnefeltet, **innen tirsdag 17. februar 2026 kl. 23:59**.

I samme epost sendes antall bankettdeltakere fra klubben. Husk å oppgi eventuelle allergier/intoleranser. Oppgi navn og e-postadresse til klubbens kontaktperson ved påmelding.

Startkontingenter, deltakeravgift og bankett innbetales ved påmelding til 1202.65.09147. Betaling merkes med klubbnavn.

Øvelsesoppsettet kan lastes ned fra [medley.no](https://medley.no)

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

## Startkontingent

Startkontingenten er 150 kr per individuell start og 200 kr per lagstart.  
Deltakeravgift (nytt av året) på 100 kr per deltaker kommer i tillegg til vanlig startkontingent, og skal betales sammen med påmelding.

## Lagledermøte

Lagledermøte fredag kl. 14:00. Strykninger kan evt. gjøres elektronisk, hvor klubbene får en kode for dette etter at påmeldingen er bekreftet.

## Klasser

| Klasse         | Alder | Klasse | Alder | Klasse | Alder |
|----------------|-------|--------|-------|--------|-------|
| 0, Pre-masters | 20–24 |        |       |        |       |
| A              | 25–29 | F      | 50–54 | K      | 75–79 |
| B              | 30–34 | G      | 55–59 | L      | 80–84 |
| C              | 35–39 | H      | 60–64 | M      | 85–89 |
| D              | 40–44 | I      | 65–69 | N      | 90–94 |
| E              | 45–49 | J      | 70–74 | O      | 95–99 |

Alderen for klasseinndeling avhenger av alderen til svømmer per 31. desember 2026.

## Stafettklasser

| Klasse         | Alder   | Klasse | Alder   | Klasse | Alder   |
|----------------|---------|--------|---------|--------|---------|
| 0, Pre-masters | 80–99   |        |         |        |         |
| A              | 100–119 | D      | 200–239 | G      | 320–359 |
| B              | 120–159 | E      | 240–279 |        |         |
| C              | 160–199 | F      | 280–319 |        |         |

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

## Premiering

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

## Parasvømmere

Det svømmes etter den australske modellen i hver av de individuelle klassene (A–O og 0). Ranging skjer innenfor hver mastersklasse, hvor oppnådd tid i prosent opp mot verdensrekord per 1. januar i den respektive parasvømmer-klasse.

## Lisens og klubbtilhørighet

NSF minner om at alle deltakere må ha betalt lisens for 2026 innen stevnestart. Dersom ikke lisensen er betalt, vil deltaker/klubb ilegges straffegebyr på 1000 kr. Dersom en deltaker representerer en klubb som hun/han ikke er representasjons-berettiget for, ilegges klubben straffegebyr på 1000 kr. 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: Ingebjørg Berge, tlf 95871897, e-post [ingebjorg.berge@gmail.com](mailto:ingebjorg.berge@gmail.com)

Påmelding: Kate Iren Sømme, tlf 41297891, e-post [romasvømmeklubb@gmail.com](mailto:romasvømmeklubb@gmail.com)

Dommere: Ståle Olsen, tlf 92699302

## Facebook

Det vil bli opprettet en Facebook-gruppe for arrangementet.

Det vil også finnes noe informasjon på Facebook-gruppen: Norske Masters svømmere

## Stevneprogram NM Masters 2026

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

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 eller enkelte klubb.

### Clarion Hotel Stavanger

19.–22. mars 2026

- 1440 kr for enkeltrom
- 1640 kr for dobbeltrom
- 1840 kr for trippelrom
- 2040 kr for firemannsrom

Booking link: <https://app.mews.com/distributor/9454c43d-a905-46b0-82bf-b08500802fe6?mewsAvailabilityBlockId=837f6a4d-5772-497a-8388-b2ba00ab6fcd&mewsStart=2026-03-20&mewsEnd=2026-03-22>

Frist 1. februar 2026

### Comfort Hotel Square

19.–22. mars 2026

- 1340 kr for enkeltrom
- 1590 kr for dobbeltrom
- 1740 kr for trippelrom
- 1940 kr for firemannsrom

Booking link: <https://app.mews.com/distributor/da37d884-3d82-45a5-b0b1-afee0085e00d?mewsAvailabilityBlockId=428adf7e-6e3d-425e-a12c-b35c007daf1f&mewsStart=2026-03-20&mewsEnd=2026-03-22>

Frist 1. februar 2026

### Radisson Blu Atlantic Hotel Stavanger

19.–22. mars 2026

- 1395 kr for enkeltrom
- 1595 kr for dobbeltrom
- 1895 kr for dobbeltrom med ekstraseng (begrenset antall)

Booking: Det er kun anledning til å gjøre reservasjoner samlet per klubb. Send en e-post med antall rom og datoer til [conference.atlantic.stavanger@radissonblu.com](mailto:conference.atlantic.stavanger@radissonblu.com) med referanse MB1009619.

Frist 21. januar 2026

### Thon Hotel Stavanger

19.–22. mars 2026

- 1349 kr for enkeltrom
- 1649 kr for dobbeltrom

Booking link: <https://www.thonhotels.no/event/norges-svømmeforbund-20-22-mars/>

Frist 2. februar 2026

### Thon Hotel Maritim

19.–22. mars 2026

- 1349 kr for enkeltrom
- 1649 kr for dobbeltrom

Booking link: <https://www.thonhotels.no/event/norges-svømmeforbund-20-22-mars/>

Frist 2. februar 2026

## Parkering

Det er avgiftsbelagte parkeringsmuligheter i hele Stavanger

## «Get-together» fredag

Mer info kommer på Facebook når det nærmer seg NM.

## Banketten lørdag

Banketten på lørdag er på Clarion Hotell Stavanger. [Arne Rettedals gate 14, 4008 Stavanger](#). Telefon: 51 50 25 00.

Banketten byr på buffetmiddag og musikkunderholdning med DJ. Pris for banketten er 795 kr per person. Drikke kommer i tillegg til prisen for banketten.

**Det er begrensede plasser på banketten, max 400 personer - her gjelder det å være først til mølla.**

Dørene åpnes kl. 19:00, mat serveres fra kl. 19:30

## ROMA

**Ønsker alle mastersvenner velkommen til  
Stavanger og Stavanger svømmehall**