

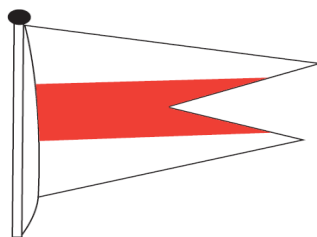
Fana Roklubb
Inviterer til
Norgesmesterskap
og
Åpent Mesterskap
på Romaskin

Lørdag 7. Februar 2015

på

Amalie Skram Videregående skole

Lungegårdskaien, Bergen Sentrum



FANA ROKLUBB
stiftet 1916

Norgesmesterskap og Åpent Mesterskap på Romaskin

Sted: Amalie Skram Videregående skole
Tid: Lørdag 7. Februar kl 1000
Arrangør: Fana Roklubb

Reglement Norges Roforbunds Regattareglement og Nordisk Reglement for Ergometerroing.

Påmelding **Påmeldingsfrist 28. Januar 2015**
Roklubbene melder på sine roere via www.sportsadmin.no. Deltagere uten roklubb-tilhørighet melder på via www.minidrett.no, samt betaler startkontingenten til konto 3416.18.00157, merket C2NM, navn og løpsnummer. Kvittering for betaling sendes fana-roklubb@outlook.com. Betaling må foretas senest 28. Januar.

Etteranmelding Etteranmelding til NM-løp godtas mot 10 x startkontingent dersom det er ledig plass. Etteranmelding til Åpent Mesterskap godtas mot dobbel startkontingent dersom det er ledig plass. Etteranmelding gjøres via e-post innen 4. Februar og/eller ved fremmøte 7. februar kl. 0800. Etteranmelding betales kontant.

Kombinasjonslag Kombinasjonslag er ikke tillatt i Norgesmesterskap. Kombinasjonslag er tillatt i Åpent Mesterskap.

Løpsrekkefølge Arrangøren kan endre løpsrekkefølgen og kjøre flere løp samtidig hvis påmeldingen tilsier det.

Lisens Alle deltakere i NM-løp må ro for en roklubb eller et idrettslag tilsluttet Norges Idrettsforbund. Det er ikke krav om klubbtilhørighet for deltagelse i Åpent Mesterskap. Nytt i år er likevel at alle må ha forbundets lisensforsikring for å delta. De som ikke har dette fra før løser engangslisens a kr 100 ved fremmøte.

Mer informasjon For mer informasjon om påmelding via www.minidrett.no, lisens osv, se www.roing.no/nm-romaskin-2015

Lagledermøte: 7. Februar kl 0830, rom annonseres senere

Kontor og resultater: Åpent fra kl 0800 i idrettshallen

Oppvarmingsområde: Tilgjengelig fra kl 0900

Veiing av lettvekt: 1-2 timer før konkurransestart.

Kontaktpersoner: Arrangementsansvarlig Thorvald Jakobsen 96236943

Epost: Fana.Roklubb@outlook.com

Facebook: <https://www.facebook.com/pages/Fana-Roklubb/167732476619467>

Norgesmesterskap i ergometerroing 2015 - Løpsoversikt med løpsnummer

1	Damer Junior A	Individuell	2000 m	250 kr
2	Herrer Junior A	Individuell	2000 m	250 kr
3	Damer Senior Para	Individuell	1000 m	250 kr
4	Herrer Senior Para	Individuell	1000 m	250 kr
5	Damer Senior Lettvekt	Individuell	2000 m	250 kr
6	Herrer Senior Lettvekt	Individuell	2000 m	250 kr
7	Damer Senior	Individuell	2000 m	250 kr
8	Herrer Senior	Individuell	2000 m	250 kr
9	Damer Junior A	Stafett	4 x 500 m	400 kr
10	Herrer Junior A	Stafett	4 x 500 m	400 kr
11	Damer Senior Lettvekt	Stafett	4 x 500 m	400 kr
12	Herrer Senior Lettvekt	Stafett	4 x 500 m	400 kr
13	Damer Senior	Stafett	4 x 500 m	400 kr
14	Herrer Senior	Stafett	4 x 500 m	400 kr

Åpent Mesterskap på Romaskin 2014 - Løpsoversikt med løpsnummer

15	Damer Junior D	Individuell	500 m	150 kr
16	Herrer Junior D	Individuell	500 m	150 kr
17	Damer Junior C	Individuell	1000 m	150 kr
18	Herrer Junior C	Individuell	1000 m	150 kr
19	Damer Junior B	Individuell	2000 m	150 kr
20	Herrer Junior B	Individuell	2000 m	150 kr
21	Damer Senior U23	Individuell	2000 m	250 kr
22	Herrer Senior U23	Individuell	2000 m	250 kr
23	Damer Student	Individuell	2000 m	150 kr
24	Herrer Student	Individuell	2000 m	150 kr
25	Damer Master AB	Individuell	2000 m	250 kr
26	Herrer Master AB	Individuell	2000 m	250 kr
27	Damer Master CD	Individuell	2000 m	250 kr
28	Herrer Master CD	Individuell	2000 m	250 kr
29	Damer Master EF	Individuell	2000 m	250 kr
30	Herrer Master EF	Individuell	2000 m	250 kr
31	Damer Master GH	Individuell	2000 m	250 kr
32	Herrer Master GH	Individuell	2000 m	250 kr
33	Damer Master IJ	Individuell	2000 m	250 kr
34	Herrer Master IJ	Individuell	2000 m	250 kr
35	Damer Master K	Individuell	2000 m	250 kr
36	Herrer Master K	Individuell	2000 m	250 kr
37	Damer Mosjon	Individuell	1000 m	250 kr
38	Herrer Mosjon	Individuell	1000 m	250 kr
39	Damer Mosjon	Individuell	500 m	250 kr
40	Herrer Mosjon	Individuell	500 m	250 kr
41	Damer Junior D	Stafett	4 x 500 m	400 kr
42	Herrer Junior D	Stafett	4 x 500 m	400 kr
43	Damer Junior C	Stafett	4 x 500 m	400 kr
44	Herrer Junior C	Stafett	4 x 500 m	400 kr
45	Damer Junior B	Stafett	4 x 500 m	400 kr
46	Herrer Junior B	Stafett	4 x 500 m	400 kr
47	Damer Student	Stafett	4 x 500 m	400 kr
48	Herrer Student	Stafett	4 x 500 m	400 kr
49	Damer Mosjon	Stafett	4 x 500 m	400 kr
50	Herrer Mosjon	Stafett	4 x 500 m	400 kr

Lettvekt

Damer Lettvekt kan maksimalt veie 61,5 kg

Herrer Lettvekt Herrer kan maksimalt veie 75 kg

Stafett

Eventuelle mix-lag ror i herreklassen

Aldersklasser og fødselsår

Junior D	Opp til 2003	Master A	1980 - 1988	Master G	1946 - 1950
Junior C	2002 - 2001	Master B	1973 - 1979	Master H	1941 - 1945
Junior B	2000 - 1999	Master C	1966 - 1972	Master I	1936 - 1940
Junior A	1998 - 1997	Master D	1961 - 1965	Master J	1931 - 1935
Senior U23	1996 - 1993	Master E	1956 - 1960	Master K	- 1930
Senior	1996 og eldre	Master F	1951 - 1955		

Praktisk informasjon

Amalie Skram Videregående skole ligger sentralt i Bergen sentrum, 200-300 meter fra jernbanestasjonen, bybanen, busstasjonen, parkeringshus og hovedvei.

Amalie Skram er i samme bygning som byens nye 50 meters svømmeanlegg (ADO arena) og inneholder gode arealer for arrangementet.

Oppvarming og konkurranse

Konkurransen vil foregå i den store idrettshallen der det også er en tribune. Det er god garderobekapasitet. Oppvarming kan gjennomføres i idrettshallen, i et treningsrom, i foajeen eller ute langs turveien rundt store Lungegårds vann.

Overnatting

Det er mulighet for enkel overnatting på skolen. De som ønsker dette må varsle arrangør senest 28. Januar. Klubber som vil benytte seg av dette må ha med ansvarlig voksen, og alle må ta med liggeunderlag og sovepose. Det er tilgang på enkelt kjøkken og kjøleskap, men vi prøver å organisere med frokostservering fra skolens kantine. Overnatting er gratis, men måltider må betales. Det er kort vei til kjøpesenter, restauranter og supermarked.

ADO Arenadrift har avtale med nærliggende hotell der vi kan få gunstige priser.

Kontaktinformasjon:

Grand Terminus Tlf: 55 21 25 00 - 55 21 25 27, booking@grandterminus.no

Augustin Tlf: 55 30 40 00 - 55 30 40 70, booking@augustin.no

Det er mange andre hoteller sentralt i Bergen.

Hvordan komme seg til konkurransen

Kommer du med fly er det enkleste å ta flybussen til busstasjonen, derfra er det gåavstand til skolen.

Kommer du med bil er det enklest å parkere på parkeringshuset ved busstasjonen.

Kommer du med tog er det gåavstand til skolen.

Øvrig arrangement

Fana Roklubb vil ha mer innhold i mesterskapet enn bare konkurransen.

Vi vil organisere tilbud om felles middag på kvelden for deltagere og ledere, og lett felles treningsaktivitet for roerne på søndag formiddag.

Vi samarbeider med kantinedriften på skolen for å få god kvalitet på spisemuligheter under og etter mesterskapet.