

Nordisk Roforbund, Norges Roforbund  
og Horten Roklubb

inviterer til

**Nordic Indoor Open**

\*

**Norgesmesterskap**

\*

**Åpent Norsk mesterskap**

på

Romaskin

**Lørdag 6. februar 2016**



*Horten Roklubb*

*Stiftet 11. juni 1930*

Versjon 3

Arrangør Organizer	Horten Roklubb i samarbeid med Nordisk Roforbund og Norges Roforbund
Sted Venue	Idrettshallen ved Høgskolen i Vestfold Raveien 197, 3184 Horten <a href="https://www.google.no/maps/place/H%C3%B8gskolen+i+Buskerud+og+Vestfold+-+Campus+Vestfold/@59.3686414,10.4399633,17z/data=!3m1!4b1!4m2!3m1!1s0x4646b45b9cc366b5:0x1d27d712f6135f08">https://www.google.no/maps/place/H%C3%B8gskolen+i+Buskerud+og+Vestfold+-+Campus+Vestfold/@59.3686414,10.4399633,17z/data=!3m1!4b1!4m2!3m1!1s0x4646b45b9cc366b5:0x1d27d712f6135f08</a>
Når When	6. februar 2016 Kl. 10:00 6. February 2016 10:00 am
Kontakt Contact	Bjørn Bexrud- Stevneleder (General manager) <a href="mailto:bjorn@bexrud.com">bjorn@bexrud.com</a> M. +47 957 09 904  Viggo Rustan- Regattasjef (Entries) <a href="mailto:viggo.rustan@gmail.com">viggo.rustan@gmail.com</a> M. +47 412 99 956
Startkontingent Entry fee	Singel løp: kr. 150,- (jrD, jrC og student) Singel løp: kr. 250,- (Øvrige) Stafett: kr. 500,-  Single race: NOK 150,- (jrD, jrC and student) Single race: NOK 250,- (Others) Relay race: NOK 500,-
Påmeldingsfrist Entry deadline	Onsdag 27. januar 2016 Kl.24:00 Wednesday 27. January 2016 Kl. 12 PM
Etteranmelding Late entry	Etteranmelding til NM-løp godtas mot 10x startkontingent dersom det er ledig plass. Etteranmelding i Nordisk er ikke tillatt. Etteranmelding i Åpent Mesterskap godtas mot dobbelt startkontingent dersom det er ledig plass.  Yes, for double entry fee and if possible in open race. Not in Nordic Indoor Open
Kombinasjons- lag Combined club team	Kombinasjonslag er ikke tillatt i Norgesmesterskap. Kombinasjonslag er tillatt i Åpent Mesterskap.  Combined club team is not allowed in Norway Championship . Combined club team allowed in Open Championship .

Hvordan melde seg på? How to enter?	<p>Påmeldingsfristen er onsdag 27. januar kl. 24:00</p> <p>Roklubbene melder seg på via <a href="http://www.sportsadmin.no">www.sportsadmin.no</a></p> <p>Deltagere uten tilhørighet i en roklubb, melder seg på via mail til <a href="mailto:viggo.rustan@gmail.com">viggo.rustan@gmail.com</a></p> <p>Roere fra øvrige nordiske roklubber melder seg på via mail til <a href="mailto:viggo.rustan@gmail.com">viggo.rustan@gmail.com</a></p> <p>Rowers from other Nordic rowing clubs register via email to <a href="mailto:viggo.rustan@gmail.com">viggo.rustan@gmail.com</a></p> <p><b>Påmelding åpner 10. desember 2015</b> <b>Opens 10. December 2015</b></p>
Lisens	<p>Alle deltagere i NM-løp må ro for en roklubb eller et idrettslag som er tilsluttet Norges Idrettsforbund. Det er ikke krav om klubbtilhørighet for deltagelse i Åpent Mesterskap. Alle må allikevel ha forbundets lisensforsikring for å delta. De som ikke har dette fra før, kan løse en engangslisens på kr. 100,- ved fremmøte.</p>
Regattakontor Venue office	<p>Fredag 18:00- 20:00 Lørdag 08:00- stevneslutt</p> <p>Friday 18:00- 20:00 Saturday 08:00- venue end</p>
Betaling Payment	<p>Norske roklubber betaler i etterkant av regattaen.</p> <p>Deltagere uten roklubb-tilhørighet betaler til konto 2450.05.02165 innen 27. januar 2016. Merk innbetaling med NM16, navn og løpsnummer.</p> <p>Kvittering for betaling sendes til <a href="mailto:viggo.rustan@gmail.com">viggo.rustan@gmail.com</a></p> <p>Bank: DNB BIC: DNBANOKKXXX A/C for int. payments: NO37 2450 05 0165 <b>Payment deadline: 27.January 2016</b></p>
Lettvekt Light weight limit	<p>Herrer/ Men &lt;75 kg Damer/ Women &lt;61,5 kg</p> <p>Innveiing skjer 1-2 timer før konkurransetidspunkt.</p>
Reglement	<p>Nordisk reglement for ergometerroing pr. 12.jan 2013</p> <p>Det vil ikke bli utregnet handicap i noen masters-klasser. Premiering blir foretatt i hver masters-klasse.</p>
Annet Others	

**Klasser – Herrer & Damer****Classes – Men & Women****Lørdag / Saturday****Norgesmesterskap i ergometerroing 2016 lørdag - Løpsoversikt med løpsnummer**

101	Damer Junior A	Individuell	2000 m	250,-
102	Herrer Junior A	Individuell	2000 m	250,-
103	Damer Senior Para	Individuell	1000 m	250,-
104	Herrer Senior Para	Individuell	1000 m	250,-
105	Damer Senior Lettvekt	Individuell	2000 m	250,-
106	Herrer Senior Lettvekt	Individuell	2000 m	250,-
107	Damer Senior	Individuell	2000 m	250,-
108	Herrer Senior	Individuell	2000 m	250,-
109	Damer Junior A	Stafett	4 x 500 m	500,-
110	Herrer Junior A	Stafett	4 x 500 m	500,-
111	Damer Senior Lettvekt	Stafett	4 x 500 m	500,-
112	Herrer Senior Lettvekt	Stafett	4 x 500 m	500,-
113	Damer Senior	Stafett	4 x 500 m	500,-
114	Herrer Senior	Stafett	4 x 500 m	500,-

**Nordisk Mesterskap (Nordic Indoor Open) 2016 Saturday - Løpsoversikt med løpsnummer/****Race Overview of run numbers**

115	Women Senior Open	Individual	2000 m	250,-
116	Men Senior Open	Individual	2000 m	250,-
117	Women Senior LW Open	Individual	2000 m	250,-
118	Men Senior LW Open	Individual	2000 m	250,-

**Åpent Mesterskap i ergometerroing 2016 lørdag - Løpsoversikt med løpsnummer**

119	Damer Junior D	Individuell	500 m	150,-
120	Herrer Junior D	Individuell	500 m	150,-
121	Damer Junior C	Individuell	1000 m	150,-
122	Herrer Junior C	Individuell	1000 m	150,-
123	Damer Junior B	Individuell	2000 m	150,-
124	Herrer Junior B	Individuell	2000 m	150,-
125	Damer Senior U23	Individuell	2000 m	250,-
126	Herrer Senior U23	Individuell	2000 m	250,-
127	Damer Student	Individuell	2000 m	150,-
128	Herrer Student	Individuell	2000 m	150,-
129	Damer Master AB	Individuell	2000 m	250,-
130	Herrer Master AB	Individuell	2000 m	250,-
131	Damer Master CD	Individuell	2000 m	250,-
132	Herrer Master CD	Individuell	2000 m	250,-
133	Damer Master EF	Individuell	2000 m	250,-
134	Herrer Master EF	Individuell	2000 m	250,-
135	Damer Master GH	Individuell	2000 m	250,-
136	Herrer Master GH	Individuell	2000 m	250,-
137	Damer Master IJ	Individuell	2000 m	250,-

138	Herrer Master IJ	Individuell	2000 m	250,-
139	Damer Master K	Individuell	2000 m	250,-
140	Herrer Master K	Individuell	2000 m	250,-
141	Damer Mosjon	Individuell	1000 m	250,-
142	Herrer Mosjon	Individuell	1000 m	250,-
143	Damer Mosjon	Individuell	500 m	250,-
144	Herrer Mosjon	Individuell	500 m	250,-
145	Damer Junior D	Stafett	4 x 500 m	500,-
146	Herrer Junior D	Stafett	4 x 500 m	500,-
147	Damer Junior C	Stafett	4 x 500 m	500,-
148	Herrer Junior C	Stafett	4 x 500 m	500,-
149	Damer Junior B	Stafett	4 x 500 m	500,-
150	Herrer Junior B	Stafett	4 x 500 m	500,-
151	Damer Student	Stafett	4 x 500 m	500,-
152	Herrer Student	Stafett	4 x 500 m	500,-
153	Damer Mosjon	Stafett	4 x 500 m	500,-
154	Herrer Mosjon	Stafett	4 x 500 m	500,-

#### **Aldersklasser og fødselsår**

Junior D	Opp til 2004	Master A	1981 – 1989	Master G	1947 - 1951
Junior C	2003 – 2002	Master B	1974 – 1980	Master H	1942 - 1946
Junior B	2001 – 2000	Master C	1967 – 1973	Master I	1937 - 1941
Junior A	1999 – 1998	Master D	1962 – 1966	Master J	1932 - 1936
Senior U23	1997 – 1996	Master E	1957 – 1961	Master K	- 1931
Senior	1995 og eldre	Master F	1952 - 1956		

## **Overnatting/Accommodation**

Vi har fått gode tilbud på overnatting fra 3 lokale hoteller. Dere booker direkte selv og oppgir koden «NM romaskin» ved bestilling. Alle hotellene har gode bussforbindelser til Bakkenteigen, hvor arrangementet avholdes. For å sikre dere rom, anbefaler vi å bestille så fort som mulig, helst i løpet av desember.

*We have received good prices for accommodation from 3 local hotels. You can make your reservation directly by using the code word "NM romaskin". All these hotels have good bus connections to the arena Bakkenteigen. To be sure to get a room, we recommend you to make a reservation as soon as possible, preferably before the end of December.*

### **Thon Hotel Åsgårdstrand**

Mail: [synnove.frugaard@thonhotels.no](mailto:synnove.frugaard@thonhotels.no)

Tlf: +47 33 02 07 40

Web: [www.thonhotels.no/asgardstrand](http://www.thonhotels.no/asgardstrand)

Enkeltrom ( <i>single room</i> )	695,-
Dobbelrom ( <i>double room</i> )	795,-
3-mannsrom ( <i>three bed room</i> )	995,-
4-sengsrom ( <i>four bed room</i> )	1195,-

Prisene er pr rom og inkluderer både frokost og gratis parkering.  
(*These prices are pr. night, incl. breakfast and free parking*)

### **Best Western Horten Hotell, Jernbanegaten 1, Horten:**

Mail: [service@hortenhotell.no](mailto:service@hortenhotell.no)

Tlf: +47 33 08 33 80

Web: [www.bestwestern.no](http://www.bestwestern.no)

Enkelt rom ( <i>single room</i> )	750,-
Dobbelrom ( <i>double room</i> )	950,-
Ekstraseng ( <i>extra bed</i> ) på rom	200,-

Prisene gjelder pr. døgn, inkl. frokost og gratis parkering.  
(*These prices are pr. night, incl. breakfast and free parking*)

## Horten Næringspark Hotell, Borreveien, Horten

Mail: [booking@borre.no](mailto:booking@borre.no)

Tlf: +47 33 31 06 00

Web: [www.borre.no](http://www.borre.no)

Enkelt rom (*single room*) 761,-

To-sengsrom (*double room*) 896,-

Tre-sengsrom (*three bed room*) 1166,-

Fire sengsrom (*four bed room*) 1346,-

Prisene inkl. frokost er pr. rom pr. døgn inkl. frokost. (*These prices are pr. night, incl. breakfast*)

Sovesal med 10 senger 360,- per person inkl. frokost pr. døgn.

(*Dormitory with 10 beds, 360,- per person, incl. breakfast per night*)

## Location:



## Hvordan komme seg til Horten og idrettshallen? How to get to Horten and race venue?

### Med bil / by car

Fra E-18 ta avkjøring nr. 34 og kjør rv. 19 inn mot Horten. Etter ca 5 km tar en til høyre i rundkjøring mot Tønsberg. I neste rundkjøring er du fremme ved Høgskolen i Vestfold.

From E-18 take exit no. 34 and follow road no. 19 towards Horten. After 5 km make a right turn at the roundabout towards Tønsberg. After approx. 2 km you have reached your destination.

### Med tog / by train.

Ta toget til Skoppum stasjon og så buss videre til Horten. Ta buss 01 eller 02 mot Tønsberg.

Take the train to Skoppum station. A bus will take you to Horten and then a local bus to the venue. Bus no. 01 or 02 towards Tønsberg.

### Med fly / by air.

Oslo Gardermoen er under 2 timers kjøring fra Horten. Torp flyplass Sandefjord er kun 30 minutter unna og Rygge flyplass utenfor Moss er ei heller langt unna.

Fra Gardermoen kan en ta direkte tog til Skoppum togstasjon eller bytte i Oslo. Fra Torp går det buss og tog. Fra Rygge må en ta buss til Moss og ferjekaia, før en tar båten til Horten.

Oslo Gardermoen (OSLO) airport is less than 2 hours away by car or train (Skoppum). From Torp (TRF), Horten (Skoppum) is easily reached by train. From Rygge (RYG), you have to take a bus or taxi to the ferry terminal in Moss and then it is a 30 minutes ferry trip across Oslofjorden.





