

**BÆRUM ROKLUBB**

inviterer til

**NORGESMESTERSKAP**

og

**ÅPENT BÆRUMSMESTERSKAP**

i

**ERGOMETERROING**

04. – 05. februar 2017 RYKKINNHALLEN



 **concept 2**



Sted	Rykkinnhallen, Leirdueveien 73, 1349 RYKKINN, Bærum <a href="http://www.gulesider.no/f/rykkinnhallen:84245580">http://www.gulesider.no/f/rykkinnhallen:84245580</a>  Rykkinnhallen har egen oppvarmingshall, god tilskuerkapasitet og serveringstilbud.
Dato	Lørdag 4.februar 2017 kl. 10.00 – 16.00 Søndag 5.februar 2017 kl. 10.00 – 16.00  Regattakontoret i Rykkinnhallen er åpent fra kl. 1800 -2000 fredag 3. februar, og lørdag og søndag fra kl. 08.00. Ved stor påmelding kan stevnetiden bli utvidet.
Kontakt	<b>Tore Gulli</b> , regattaleder <a href="mailto:tore.gulli@gmail.com">tore.gulli@gmail.com</a> Tlf: <b>907 77 278</b>  <b>Anders Hovde</b> , rosjef <a href="mailto:aghovde@gmail.com">aghovde@gmail.com</a> Tlf: <b>907 75 520</b>
Startkontingent	Individuelle løp: jr D, jr C og student: kr. 150,- Individuelle løp: øvrige kr. 250,- Stafett: per lag kr.500,-
Påmeldingsfrist	Onsdag 25. januar 2017 kl.24.00
Etteranmelding	Etteranmelding til åpne løp godtas mot 2x startkontingent, dersom det er ledig plass i heat. Etteranmelding til NM kan i spesielle tilfeller godtas av Dommerutvalget mot 10 x startkontingent.
Kombinasjonslag	Kombinasjonslag er ikke tillatt i Norgesmesterskap. Alle deltakere skal konkurrere i sin klubbs konkurranse-antrekk
Hvordan melde seg på?	Påmeldingsfrist onsdag 25. januar kl 24.00. Roklubbene melder seg på via <a href="http://www.sportsadmin.no">www.sportsadmin.no</a>  Deltagere uten tilhørighet til en roklubb, melder seg på via e-post til <a href="mailto:tore.gulli@gmail.com">tore.gulli@gmail.com</a>

	<p>Angi klubbnavn, løpsnummer, deltakernavn, fødselsår</p> <p>Påmelding åpner 10. desember 2016</p>
Lisens	<p>Alle deltagere 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.</p> <p>Deltagelse i alle NM-løp krever gyldig lisensforsikring. Ordinær lisens løses gjennom roklubb og gjelder et helt år (1. mars - 28. februar).</p>
Betaling	<p>Norske roklubber betaler i etterkant av regattaen. Deltagere uten roklubb-tilhørighet betaler til konto 1627.05.12112 innen 25. januar 2017.</p> <p>Merk innbetaling med NM17, klubb, og løpsnummer.</p> <p>Bekreftelse på betaling sendes til <a href="mailto:tore.gulli@gmail.com">tore.gulli@gmail.com</a></p>
Lettvekt – kun senior	<p>Herrer max 75 kg Damer max 61,5 kg Innveeing skjer 1-2 timer før første konkurransetidspunkt.</p>
Reglement	<p>NRs regattareglement samt Nordisk reglement for ergometerroing. (<a href="http://www.roing.no">www.roing.no</a>)</p> <p>NB: Det vil ikke bli gjennomført heatforsøk i NM eller Åpent Mesterskap. Heatene vil bli seedet i trekningen basert på testresultater og tidligere bestetider. Beste tid vinner.</p> <p>Det vil ikke bli utregnet handicap i noen Mastersklasser. Premiering blir foretatt i hver Mastersklasse.</p>
Premieutdeling	<p>I hallen mellom og etter løpene.</p>

**Norgesmesterskap****LØRDAG 4. februar 2017**

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,-

**Åpent Mesterskap i ergometerroing LØRDAG 4.februar 2017**

Løpsoversikt med løpsnummer:

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

**NM ERGOMETERROING**

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

**Aldersklasser og fødselsår**

Junior D frem til 2005	Master A 1982 – 1990	Master G 1948 - 1952
Junior C 2004 – 2003	Master B 1975 – 1981	Master H 1943 - 1947
Junior B 2002 – 2001	Master C 1968 – 1974	Master I 1938 - 1942
Junior A 2000 – 1999	Master D 1963 – 1967	Master J 1933 - 1937
Senior U23 > 1995	Master E 1958 – 1962	Master K 1932-eldre
Senior < 1999	Master F 1953 – 1957	

**Åpent Bærums-mesterskap i ergometerroing SØNDAG 5. Februar**

Løpsoversikt med løpsnummer

201	Herrer Senior åpen klasse	500 m	kr. 250.-
202	Damer Senior åpen klasse	500 m	kr. 250.-
203	Damer Junior åpen klasse	500 m	kr. 250.-
204	Herrer Junior åpen klasse	500 m	kr. 250.-
205	Herrer senior åpen klasse	4 x 500m	kr. 500.-
206	Damer senior åpen klasse	4 x 500 m	kr. 500.-
207	Herrer junior (1999 -2001)	4 x 500 m	kr. 500.-
208	Damer junior (1999 – 2001)	4 x 500 m	kr. 500.-
209	Herrer junior ( - > 2002)	4 x 500 m	kr. 500.-
210	Damer junior ( - > 2002)	4 x 500 m	kr. 500.-
211	Mixed åpen junior (2/2)	4 x 500 m	kr. 500.-
212	Bærums sterkeste bedrift (damer)	4 x 500 m	kr. 500.-
213	Bærums sterkeste bedrift (herrer)	4 x 500 m	kr. 500.-
214	Sterkeste treningssenter	4 x 500 m	kr. 500.-
215	Kajakklubbene utfordres av roerne	4 x 500 m	kr. 500.-

## Hvordan komme seg til Bærum og Rykkinnhallen?

