



**Odin SK har gleden av å invitere til
2019 NM Styrkeløft Utstyr for Ungdom, Junior og Veteran
Laksevåg Idrettshall – Bergen, 23. november 2019**

Program:

Dato	Kategori	Innveing og utstyrskontroll	Stevnestart
Lørdag 23. november	Alle veteran	0800-0930	1000
Lørdag 23. november	Alle ungdom og junior	1200-1330	1400

Vi vil prøve å holde stevnet på en dag, men ber deltakerne om å være forberedt på at det kan strekkes til søndag om det skulle komme mange påmeldinger. Endringer kan skje basert på påmelding, og vil bli offentliggjort innen en uke etter påmeldingsfristens utløp.

Vi minner også om at fra i år må løfter eller coach gi beskjed senest i løpet av første innveingsrunde om løfteren skal delta. De som ikke er der og melder fra når de ropes opp i første runde får ikke delta.

Stevnearena:

Laksevåg Idrettshall
Lyderhornsveien 42
5164 LAKSEVÅG

Arrangørkontakt

Kim Eikefet, e-post: k.eikefet@gmail.com, mob. 926 99 133

Stevnehotell:

Scandic Bergen City
<https://www.scandichotels.no/hotell/norge/bergen/scandic-bergen-city>
E-post: bergencity@scandichotels.com
Telefon: 55 33 33 00

Priser 22.-24. november:

Enkeltrom inkl. frokost pr. døgn Kr. 690,-
Dobbelrom inkl. frokost pr. døgn Kr. 790,-
Trippelrom inkl. frokost pr. døgn Kr. 1090,-
Bookingkode: ODI221119

Hotellet reserverer cirka 20 rom inntil 4. november.

NB: Ved bestilling må man oppgi kredittkortnummer og utløpsdato (ikke CVC-nummer).

Bankett:

Bankett holdes på stevnehotellet lørdag 23. november klokken 2100. Dette vil være en julebordsinspirert buffet med svineribbe. Pris per person kr. 500,-

Bankett kan bestilles og betales til og med 4. november. Innbetaling til 3624.63.43599.

Påmelding og påmeldingsavgift:

Påmeldingsfrist: 13. oktober 2019

Påmeldingsavgift: 600,- per deltaker

Påmelding skjer kun via klubbinnlogging på forbundets sider styrkeloft.no. Etteranmelding eller endringer etter påmeldingsfristens utløp godtas ikke.

Faktura blir sendt klubben og må betales innen forfall som er en uke etter påmeldingsfristens utløp.

Påmeldingsavgiften betales til kontonummer **3624.63.43599**.

Kvalifiseringskrav:

Kvalifiseringsperioden er fra og med forrige års NM til påmeldingsfristen går ut. Kvalifiseringskrav for å delta i norske mesterskap må være oppnådd på et approbert og registrert stevne. For å kunne delta i norske mesterskap skal utøveren ha vært registrert i NSF i minimum de siste tre måneder før mesterskapet, jfr. Nasjonale Bestemmelser pkt. 2.2.2.

Alle deltakere må ha gyldig lisens for 2019, jfr. Nasjonale Bestemmelser pkt. 2.2.1.

Den som har oppnådd kvalifiseringskravet kan stille i den klasse han/hun ønsker. Det er klassefast påmelding i veteranklassene. Ungdom og junior kan gå opp eller ned en klasse etter innveiing.

Utøveren må stille med godkjent utstyr i henhold til IPFs Approved List. Vi minner om at den særnorske avtalen for drakter og belter gikk ut i 2018 og ikke lenger er gyldig.

Herrer utstyr

Klasse	Junior	Ungdom Veteran 40-49, 50-59	Veteran 60-69, 70+
53 kg (ikke veteran)	370	275	
59 kg	415	305	247,5
66kg	455	335	272,5
74 kg	500	365	300
83 kg	535	395	327,5
93 kg	570	420	355
105 kg	600	440	395
120 kg	625	455	407,5
+120 kg	635	465	417,5

Damer utstyr

Klasse	Junior	Ungdom Veteran 40-49, 50-59	Veteran 60-69, 70+
43 kg (ikke veteran)	220	165	
47 kg	235	175	157,5

52 kg	255	190	170
57 kg	275	200	180
63 kg	295	220	197,5
72 kg	325	240	215
84 kg	355	260	232,5
+84 kg	385	280	250

Hjertelig velkommen til Bergen!