

Innbydelse
Landsstevnet i svømming for
parasvømmere 2026
Klasse S14
Nordtvet bad, Oslo
6.-8. mars



Landsstevnet i svømming

Med Norges Svømmeforbunds støtte og godkjenning, og etter deres lover og regler, har SK Speed gleden av å invitere alle parasvømmere med utviklingshemming klasse S14, til Landsstevnet i svømming 2026.

Sted

Svømmehall: Nordtvet bad

Adresse: Gårdsveien 4, 0952 Oslo

Bassenget

Bassenget er 25 m langt, har 6 baner og en vanntemperatur på ca. 28 grader.

Tidtaking

Det blir benyttet automatisk tidtaking med resultattavle. Resultater fra stevnet oppdateres fortløpende på www.livetiming.no

Om Landsstevnet

På Landsstevnet i svømming konkurreres det i klasse S14 (klassen for utviklingshemmede). For å gjøre det mer rettferdig for deltakerne, deles denne klassen igjen inn i 4 klasser, ut fra hvor fort en har svømt tidligere. Påmeldingstid avgjør hvilke klassen en svømmer i.

Klassen CA er en rekruttklasse for de som ikke har svømt så mye før, ikke vet hvor fort de svømmer – og/eller ikke er kjent med NSF's regler for svømming. Det er dommere til stede for å rettlede utøverne, men det er ingen dømming! Alle som kan svømme minst 25m kan være med her.

Klassene CB-CC-CD er klasser der dommere dømmer etter NSF's gjeldende svømmeregler. Dette er klasser for de som har svømt og deltatt på stevne tidligere og er kjent med svømmereglene. Ved påmelding må en oppgi påmeldingstid – og ut fra påmeldingstiden blir en plassert i rett klasse. Se oppsett for hvilke tider som gir hvilke klasser lenger ned i innbydelsen. Det er tid på stevne mellom 10. mars 2025 og 20. februar 2026 som skal oppgis. Har man ikke svømt øvelsen på approbert stevne i denne perioden kan man bruke tid fra trening.

Reglement

Landsstevnet i svømming, **klassene CB, CC og CD** arrangeres og gjennomføres i henhold til NSF's gjeldende reglement for svømming og dommerne dømmer ut fra dette. Svømmere i S14-klassen kan starte i vannet, stupe fra kanten eller fra startpall. Ut over dette er det ingen unntak fra reglene.

For de som svømmer i rekruttklasse CA vil det ikke være dømming, men dommere vil være til stede og kan gi tilbakemelding til svømmere/trenere som ønsker dette.

Yngste alder for deltakelse for alle klasser er 11 år, dvs. født 2015 eller tidligere.

Det er ikke et krav om World Aquatics-godkjente drakter på Landsstevnet, men de skal være i henhold til Generelle regler for idretten, GE 7:

- 1. Svømmedraktene til alle utøvere skal være i overensstemmelse med god moralsk smak og være egnet for den enkelte idrettsgren.*
- 2. Alle drakter skal være ugjenomsiktige.*
- 3. Overdommer har mulighet for å diskvalifisere enhver utøver som ikke tilfredsstiller denne regelen.*

Tilskudd til reise og opphold

Norges Svømmeforbund er tildelt midler fra Kultur- og likestillingsdepartementet for å redusere kostnadene for deltakelse på Landsstevnet. Klubber kan søke om inntil 50% av kostnaden til reise og opphold for utøvere og ledsagere. Skjema på NSF sin hjemmeside må benyttes, se [siden](#) for Landsstevnet i svømming 2026.

Informasjon om Landsstevnet

Deltakelse

Landsstevnet i svømming er et nasjonalt stevne for utøvere med utviklingshemming, klasse S14.

Utøvere som skal konkurrere i klassene CB-CC-CD må være medlem i en svømmeklubb tilsluttet NSF og ha gyldig lisens for å kunne delta på stevnet.

CA rekruttklasse er åpen for alle, også de som ikke er med i en svømmeklubb. Det er ikke krav om lisens for de som svømmer i klasse CA

Vi gjør oppmerksom på at utøvere/deltakere som ikke er medlem av klubb i Norges Svømmeforbund og ikke har gyldig lisens, heller ikke er dekket gjennom forsikringsordningen som ligger i lisensen.

For mer informasjon om lisens/forsikringer, se NSF's hjemmeside

[Forsikringer - Norges Svømmeforbund](#)

Klassifisering/registrering av klasse

Utøvere med diagnosen utviklingshemming konkurrerer i klasse S14 i svømming. For de som skal svømme i de approberte klassene CB-CC-CD (klasser som er del av S14), må klasse S14 være registrert i Medley (databasen NSF bruker til påmelding og resultater).

For nærmere informasjon og for registrering av klasse (klassifisering), ta kontakt med kristin.homb@svomming.no

Les mer om klassifisering på [Klassifisering i svømming - Norges Svømmeforbund](#)

Vi gjør også oppmerksom på at utøvere som vil at tider oppnådd på Landsstevnet skal registreres på deres profil i www.medley.no, må være registret i Medley i klasse S14 og ha gyldig lisens.

NB! Det er kun utøvere med gyldig lisens som er synlig på Medley.

Premiering

Alle deltakere får deltakermedalje.

I klassene CB, CC og CD deles det ut medaljer til de tre beste i hver klasse og øvelse. På stafettene stiller alle lag i samme klasse (CA) uansett klasse for svømmerne på laget. Det er premiering til de tre beste lagene i hver stafett-øvelse.

Deltakermedaljen deles ut søndag morgen. Medaljeutdelingen for klassene CB-CC-CD skjer fortløpende under stevnet.

Sekretariat

Sekretariatet vil være i svømmehallen så lenge Landsstevnet pågår.

Etteranmeldinger/strykning:

Etteranmeldinger kan godkjennes inntil lagledermøtet lørdag, dersom ledig plass i oppsatte heat. Strykning foretas under lagledermøte lørdag, eller senest 1 time før den start/de starter strykningen gjelder, og da skriftlig til tidtakersjef.

Program for Landsstevnehelgen 2026

SK Speed gleder seg til å ønske velkommen til Landsstevnet i Svømming 2026 i Oslo og Nordtvet bad. Vi håper på en flott helg med mange deltagere! For å få litt bedre tid lørdag har vi lagt opp til et tredagers program sammen med Norges Svømmeforbund.

Fredag 6. mars

- Kl. 14:30 Trening på Nordtvet bad
- Kl. 17:00 Foredrag på Thon Hotel Storo
- Kl. 18:30 Middag på Thon Hotel Storo, for de som har bestilt dette

Lørdag 7. mars

- Kl. 10.00 Innsvømming
- Kl. 10.00 Lagledermøte
- Kl. 11.00 Åpning
- Kl. 11.30 Stevnestart alle klasser
- Kl. 18.00 Bankett på Thon Hotel Storo for de som har bestilt dette

Søndag 8. mars

- Kl. 09.00 Innsvømming
- Kl. 09.00 Lagledermøte
- Kl. 09.40 Utdeling av deltakerpremie til alle deltagere, samt fotografering
- Kl. 10.00 Stevnestart alle klasser
- Kl. 15.00 Ca. stevneslutt

Med forbehold om endringer i programmet

PÅMELDING TIL LANDSSTEVNET - innen 21. februar 2026

Påmelding skjer elektronisk via e-post til stevne@sk-speed.no

Påmelding gjøres via påmeldingsløsningen i www.medley.no

Ta kontakt med klubbens oppmann eller lagleder om dere trenger hjelp til påmeldingen.

For klassene CB, CC og CD må påmeldingstid oppgis. Treningstider kan benyttes som påmeldingstid på Landsstevnet, hvis øvelsen ikke er svømt på approbert stevne de siste 12 måneder.

Gi beskjed i påmeldingen om utøvere som ønsker å starte i vannet.

Kontaktpersoner i SK Speed:

Stevneleder	Ronnie Anstensen	Ronnie@sk-speed.no - 481 87 630
Presseansvarlig	Kim Jonas Meyer	Kim.jonas@sk-speed.no
Påmelding/stevnekontor	Line Helland/ Lasse Johansen	stevne@sk-speed.no

Startkontingent

Klassene CB, CC, CD: Kr 100,- pr. individuell start.

Rekruttklasse CA: Kr 100,- pr. utøver.

ØVELSESOPPSETT 2026

Øvelser lørdag		
1	25m rygg	D
2	25m rygg	H
3	50m fri	D
4	50m fri	H
5	50m butterfly	D
6	50m butterfly	H
7	100m bryst	D
8	100m bryst	H
9	50m rygg	D
10	50m rygg	H
11	4x50m fri*	D
12	4x50m fri*	H

Øvelser søndag		
13	4x50m fri*	Mix
14	25m fri	D
15	25m fri	H
16	25m bryst	D
17	25m bryst	H
18	100m rygg	D
19	100m rygg	H
20	100m fri	D
21	100m fri	H
22	50m bryst	D
23	50m bryst	H
24	4x50m medley*	D
25	4x50m medley*	H

KRAV OG KLASSEINNDELING

Kvalifiseringstider herrer

	Klasse CB		Klasse CC		Klasse CD
	Bestetid		Bestetid		Bestetid
	Fra	Til	Fra	Til	Fra – og bedre
50m Fri	1:18,43	1:02,26	1:02,25	0:45,87	0:45,86
100m Fri	2:53,14	2:17,43	2:17,42	1:41,26	1:41,25
50m Rygg	1:27,12	1:09,16	1:09,15	0:50,96	0:50,95
100m Rygg	3:09,13	2:30,12	2:30,11	1:50,61	1:50,60
50m Bryst	1:37,62	1:17,49	1:17,48	0:57,10	0:57,09
100m Bryst	3:35,36	2:50,94	2:50,93	2:05,95	2:05,94
50m Butterfly	1:24,21	1:06,85	1:06,84	0:49,26	0:49,25

Kvalifiseringstider damer

	Klasse CB		Klasse CC		Klasse CD
	Bestetid		Bestetid		Bestetid
	Fra	Til	Fra	Til	Fra – og bedre
50 m Fri	1:29,52	1:11,06	1:11,05	0:52,36	0:52,35
100 m Fri	3:14,84	2:34,66	2:34,65	1:53,95	1:53,94
50 m Rygg	1:40,16	1:19,51	1:19,50	0:58,58	0:58,57
100 m Rygg	3:35,00	2:50,65	2:50,64	2:05,74	2:05,73
50 m Bryst	1:51,66	1:28,63	1:28,62	1:05,31	1:05,30
100 m Bryst	4:02,81	3:12,73	3:12,72	2:22,00	2:21,99
50 m Butterfly	1:34,38	1:14,92	1:14,91	0:55,20	0:55,19

Eks. på plassering i riktig klasse

Kari svømmer	100 m fri på	2.21,50	dvs klasse CC
Kari svømmer	50 m rygg på	0.58,23	dvs klasse CD
Kari svømmer	50 m bfl på	1.45,36	dvs klasse CA
Kari svømmer	100 m bryst på	3.19,23	dvs klasse CB

- ➔ Om en utøver ikke behersker rett teknikk i f.eks. bryst eller butterfly, anbefales det å melde på utøver i rekruttklasse CA på disse øvelsene, for å unngå å bli disket. En kan likevel svømme i approbert klasse i de øvrige svømmearter.

Klasse CA – CB – CC - CD

Alle kan svømme 25 m i rekruttklasse CA-klassen. Utøvere i CA-klassen kan også svømme 50m-øvelser i egne heat.

Se for øvrig nærmere beskrivelse innledningsvis (Om Landsstevnet) om klassene på Landsstevnet.

Stafetter

Alle stafetter svømmes i rekruttklasse CA, her kan altså alle være med. Det er medaljer til de tre beste lag på hver øvelse. Klubber som ikke har nok utøvere til å melde på egne lag, melder fra om dette i påmeldingen, slik at arrangøren er med og setter opp lag. Lag med utøvere fra flere klubber, skal IKKE toppes. På Mix-stafetten må begge kjønn være representert, men det er ingen krav til antall damer/herrer pr lag. På fri-stafettene er det ingen krav til svømmearter.

Stafettlag kan etteranmeldes på lagledermøte lørdag morgen og vi oppfordrer alle til å bli med på stafettene.

INNKVARTERING – bestilles innen 20.01.2026

Det er reservert rom på **Thon Hotel Storo**
Vitaminveien 23, 0485 Oslo

Deltakere/deltakende klubber bestiller og betaler overnatting via denne lenken:
<https://www.thonhotels.no/event/norges-svømmeforbund-storo/>

Priser for overnatting standard rom pr natt inkl. frokostbuffet

Romtype:	
Enkeltrom	Kr 1 095
Dobbeltrom	Kr 1 395
Trippelrom	Kr 1 895

Foresatte som ønsker å være til stede på stevnet kan gjerne legges inn i samme bestilling slik at dere sikrer dere å overnatte på samme sted.

Matbestillinger: Middag, lunsj og bankett

Lunspakke lørdag og søndag, middag fredag, bankett lørdag kveld bestilles via SK Speed. Bestillingsskjema mat sendes til **Stevneleder** Ronnie@sk-speed.no

- Lunspakker blir levert ut under stevnet
- Middag fredag på Thon Hotel Storo serveres 18.30 (for de som har bestilt)
- Bankett lørdag på Thon Hotel Storo serveres 18.00 (for de som har bestilt)

Vi gjør oppmerksom på at arrangement i regi av Norges Svømmeforbund der det er med personer under 18 år skal være alkoholfrie. Det blir derfor ikke mulig å bestille alkohol til måltidene.

MATBESTILLING – bestilles innen 20.01.2026

Sendes til: Ronnie@sk-speed.no

Klubb: _____

Full adresse: _____

Kontaktperson: _____ Mobil: _____

E-post: _____

E-post for faktura: Må fylles ut

Antall svømmere: _____ Antall trenere/ledere/øvrige: _____

Antall svømmehall trening fredag	Antall
Antall utøvere	
Antall trenere	
Antall ledsagere	

Middag fredag kl. 18.30 kr 350 pr pers	Antall	Sum
Antall utøvere		
Antall trenere		
Antall ledsagere		

Lunsj lørdag kr 150,- per person (baguette, drikke, frukt, YT, smoothie)	Antall	Sum
Antall baguett med ost og skinke		
Antall baguett vegetar		
Totalt		

Lunsj søndag kr 150,- pr pers (baguette, drikke, frukt)	Antall	Sum
Antall baguett med ost og skinke		
Antall baguett vegetar		
Totalt		

Bankett lørdag kl. 18.00 Kr 695,- per person	Antall	Sum
Antall utøvere		
Antall trenere og ledsagere		
Totalt		

Eventuelle matallergier

Navn	Allergisk mot

Påmeldingsavgift og bestillinger på mat faktureres i etterkant av SK Speed til de enkelte klubbene/gruppene.

VEL MØTT 😊

SAMTYKKEERKLÆRING

Skjema sendes sammen med påmeldingen.

Er det greit at det tas bilder og film av deg/ditt barn på Landsstevnet i svømming i Oslo (SK Speed)?	JA	NEI
Er det greit at bildene og ev. filmene av deg/ditt barn blir brukt på NSF sin hjemmeside og i sosiale medier?		
Er det greit at bildene av deg/ditt barn brukes i forbindelse med promotering av Landsstevnet i svømming og parasvømming mer generelt?		
Jeg har lest « Retningslinjer for publisering av bilder og film »		

Vi samtykker herved at idrettslaget tar bilder av meg/vårt barn til ovennevnte bruk.

Loven stiller i utgangspunktet ikke krav til at samtykket skal være skriftlig, men ved bruk av samtykkeerklæringen vil det ikke være rom for tvil om at samtykket er gitt.

Samtykket gjelder for (navn og fødselsår)

Idrettslag/gruppe i idrettslag

Signatur (sett kryss dersom barnet ikke kan skrive selv)

Sted/dato

Navn på én foresatt (dersom barnet er under 18 år)

Signatur foresatt