# Lagledermøte NSSM 2022

➔ Velkommen til 49. Nordsjøstevne!
Hallen er åpen fra kl 7.00- til 45 min etter finaleøktene. Kannik er åpen fra 7:30-12.00. Sekretariatet er åpent hele dagen, de hjelper med det meste.
Hent akkreditering i sekretariatet, trener/lagleder henter for hele laget og husk på adgangsbånd til trener og lagleder. Utøver må passe på kortet sitt hele helgen!
Ved sekretariatet finnes lettere førstehjelpen utstyr for de som trenger, hjertestarter er inne i hallen.

➔ Branninstruks
Ved brannalarm skal alle ut av bygningen, vi samles utforbi på parkeringen ved posten. Ansatt fra hallen/kommunen vil vise til OK23 bygget, hvor alle får komme seg innforbi. Husk at utøvere ikke får blokkere branndører, spesielt de oppe ved toalettene. Lagleder må påse at egne svømmer er komt seg utforbi.

➔ Bassenget
Alle MÅ dusje før de går i bassenget. Viktig pga klorverdier, hvis nivåene blir for høye må bassenget stenges og det vil påvirke avvikling av stvne. Derfor kan det heller ikke være for mange i bassenget, innsvømming er blitt fordelt på stvg svømmehall og Kannik. Se liste. (Maren forklarer).
Hengende start. Klær legges i kurven ved siden av startpall, hentes så på bord ved utsvømmingsbasseng.

➔ Strykninger
Se ark fra posen med passord. Strykninger til formiddagsøkten og lagoppsett leveres elektronisk på livetiming.no eller ltmobil.medley.no for norske klubber. Utenlandske klubber kan levere strykninger og lagoppsett direkte til tidtakersjef/ stevneleder(siden nettsiden er på norsk).
Strykningsfrist til formiddagen, senest en time før stevnestart, dvs kl 08.00 hver dag. Helst så tidlig som mulig, spesielt til øvelser med reserver slik at vi får tid til å få tak i reservene. Strykninger til finaler leveres direkte til tidtakersjef (ikke elektronisk). Strykningsfrist til finalene, så fort som mulig. Vanlig regel er 30 minutter etter forsøksøkt, men eventuelle strykninger fra avdeling for de to yngste klassene må komme tidligere pga kort tid mellom forsøk og finale (spesielt på søndag).
Innlevering av lagoppsett, senest en time før stafetten skal svømmes, gjerne så tidlig som mulig.

➔ Heatbegrensninger.
Merket som «reserve» på startliste, ses kun på søkliste på startlister i pdf. Alle 50m- og 100m øvelser er uten reserver. Det er mulighet for etterpåmeldinger, så fremt de ikke genererer heat.

➔ Callrom
Oppe ved trappen. Må møte opp 10 min før, sluses ned trappen. Husk akkrediteringskort. Drakter vil bli sjekket i callrom.

➔ Garderober.
Ikke lås til skapene, utøverne må holde det ryddig, DUSJE!