|  |  |
| --- | --- |
| Til alle lag tilsluttet NVF |  |
| Vigrestad IK og NVF har gleden av å invitere til NM senior 2020  **Tid:** Lørdag **29 februar** og Søndag **1 mars** **2020**  **Sted: Vigrestadhallen,** Vigrestad. Fra hotellet til hallen tar det ca 30 minutter med bil. Det er mulig med tog også, tar omtrent samme tid med en liten spasertur fra stoppested.  **Stevneavvikling:** Innveiing og tider kan endres frem til 2 dager etter at påmeldingen er klar.  **Lørdag:** Tentativinnveiing kl. 07;30-08,30i Vigrestadhallen.Tentativ stevnestart kl. 09,30.Lørdagens puljer vil tentativt bestå av:   * Kvinner: Klasse 45kg, 49kg, 55kg, 59kg, 64kg, * Menn: Klasse 55kg, 61kg, 67kg, 73kg, 81kg, 89kg.   **Søndag:** Tentativ innveiing kl. 07,30-08,30i Vigrestadhallen.Tentativ stevnestart kl. 09,30.  Søndagens puljer vil tentativt bestå av:   * Kvinner: Klasse 71kg, 76kg, 81kg, 87kg, +87kg * Menn: Klasse 96kg, 102kg, 109kg, +109kg.   **Streaming:** Mesterskapet vil bli «streamet» begge dager.  **Påmelding:** Påmelding på vedlagt skjema innen tirsdag **28 januar.**  **Startkontingent:** Kr 500 pr deltaker, betales innen en uke etter påmelding.  **NM lisens:** Kr 300,- pr deltaker må være betalt til NVF innen en uke etter påmeldingsfristen. Fyll ut lisensskjema som fortløpende brukes ift klubbens lisensierte løftere som skal delta i alle NM i 2020  **Ren utøver:** Må være gjennomført av alle, med unntak for de som er født etter 31.12.2005. Alle utøvere som har gjennomført Ren utøver i 2016 eller tidligere må gjennomføre kurset på nytt for å få delta på NM 2020. Dettet anmerkes i påmeldingsskjemaet. AntiDoping norges repetisjonsmodul kan benyttes for de som har gjennomført kurset tidligere.  Det er utøvers ansvar å påse at kurset er gjennomført. Dette skal påføres påmeldingsskjema. NVF vil kontrollere at dette er i orden.  Link til Ren Utøver: <https://www.antidoping.no/forebygging/ren-ut%C3%B8ver>  **Overnatting: Bryne Kro & Hotell**  Tlf: 51 77 75 00  E-mail: [solvi@brynekro.no](mailto:solvi@brynekro.no) Hjemmeside: [www.bryne-kro.no](http://www.bryne-kro.no)  Enk. Kr 745,- per rom inkludert frokost fra kl 06:00  Dbl. / Twin or king size seng Kr 900,- per rom inkludert frokost fra kl 06:00  Henvis til avtale med Vigrestad IK som har forhåndsreservert rom.  Betaling avtales med hotellet.  **Bankett:** Kl 20.00 lørdag på **Bryne Kro & Hotell** Bestilling og betaling avtales med hotellet. Pris 2 retter middag kr 375,-  **HMK Pokal:** Det skal deles ut H.M. Kongens Pokal både til den kvinnelige og mannlige norgesmesteren med høyest sinclair poengsum.  **Regler og kvalifisering:** Det er satt kvalifiseringskrav for deltakelse i NM senior og bare de som er kvalifiserte kan delta. Link til kravene. <https://vektlofting.klubb.nif.no/dokumentarkiv/Documents/NM%20krav%202020.pdf>  Kvalifiseringsperioden går fra 1. juli til året før og tom landelsmesterskapene 26 januar 2020.  Skifte av vektklasser gjøres innen **fredag 28.02 kl. 07,30.**  Det blir konkurrert og premiert etter NVFs lover  Vigrestad IK ønsker NVF, løftere, ledere, funksjonærer og entusiaster velkommen til gode  vektløfterdager på Vigrestad.  --------------------  Med vennlig hilsen  Vigrestad IK v/Hans Bjørnar Hagenes  **Påmelding til NM senior 2020**  Norges Vektløfterforbund  e-post: [vektlofterforbundet@idrettsmail.no](mailto:vektlofterforbundet@idrettsmail.no)  Kopi til Vigrestad IK  e-post: [hans.hagenes@gagdata.no](mailto:hans.hagenes@gagdata.no); cecilie@vigrestad-ik.no  Klubb:  Adresse:  Kontaktperson: Tlf:  E-post:  Melder på følgende løftere:   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | |  |  |  | Deltakernes oppfylte krav til deltakelse.  Vektklasse (VK) oppnådd krav (SML KG) Gjennomført Ren Utøver (RU), Lisens (LI) | | | | |  | Navn | Fødselsdato | VK | SML | RU | LISENS | | KG | DATO | DATO | | 1 |  |  |  |  |  |  | | 2 |  |  |  |  |  |  | | 3 |  |  |  |  |  |  | | 4 |  |  |  |  |  |  | | 5 |  |  |  |  |  |  | | 6 |  |  |  |  |  |  | | 7 |  |  |  |  |  |  | | 8 |  |  |  |  |  |  | | 9 |  |  |  |  |  |  | | 10 |  |  |  |  |  |  | | 11 |  |  |  |  |  |  | | 12 |  |  |  |  |  |  | | 13 |  |  |  |  |  |  | | 14 |  |  |  |  |  |  | | 15 |  |  |  |  |  |  | | 16 |  |  |  |  |  |  | | 17 |  |  |  |  |  |  | | 18 |  |  |  |  |  |  |   Samlet startkontingentkr \_\_\_\_\_\_\_\_\_ er satt inn på VIGRESTAD IK’s konto nummer **3335.31.80547** innen **fredag 06.02.2020**, merk innbetalingen med startkontingent NM Senior 2020 og hvilken klubb det er fra.  Sted:……………………………..Sign:…………………………………. | |
|  | |