



PÕHJAMAADE MEISTRIVÕISTLUSED 2023

1-3. DETSEMBER, TARTU

KOHT	Aura keskus, Turu 10, Tartu 25 m bassein, 8 rada
VANUSEKLASSID	
JUUNIORID:	Tüdrukud 13–17 (s.a.2010–2006) Poisid 13–17 (s.a.2010–2006)
TÄISKASVANUD:	Naised 18 ja vanemad (2005-...) Mehed 18 ja vanemad (2005-...)
PARAUJUMINE, KLASSID	S1-10 (vanusepiiranguta) S11-S13 (vanusepiiranguta) S14 (vanusepiiranguta)
KUTSUTUD RIIGID	Fääri saared, Island, Leedu, Läti, Norra, Rootsi, Soome, Taani, Eesti
KUUPÄEVAD	2. oktoober – Eelülesandmine 6.november – Majutustabel ja toitlustus 20.november – Nimeline ülesandmine
TREENING	7,50€/ujuja, täpne kellaaeg selgumisel
SOOJENDUS	Hommikune osa – iga päev 08:00 Õhtune osa – iga päev 15.30
VÕISTLUS	Hommikune osa – iga päev 09:30 Õhtune osa – iga päev 17:00
KRITEERIUMID	Normatiivi täitmise periood 01.12.2022 - 05.11.2023. Pealepääsu normiks on: juunioride vanuseklassile (T 2006-2010, P 2006-2010) – min 550 FINA punkti, täiskasvanutele – min 600 FINA punkti. Ühe ala peale max 4 sportlast igas vanusegrupis. Paremus määrab ala FINA punkt. Punkte saab täita vaid alal, mis on vastaval vanuseklassil kavas. Punkt peab olema täidetud 15 kuulisel perioodil enne võistluste algust. Kui juunior soovib ujuda 50 meetri distantse peab tal täis olema 600 punkti. Normipunktid peavad olema ujutud 25 meetrises ujulas. Kui sportlasel on olemas kriteeriumiga nõutud punktid ainult ühel alal, siis võib valida ka lisaalad (ilma punktita), tingimusel, et osaleb ka sellel alal, milles punktid täis.
PARAUJUMINE	<ul style="list-style-type: none">• Kui osalejaid on alal 3 või vähem, siis toimub ainult otsefinaal hommikul.• Kui osalejaid on alal 4-8, siis toimub ainult otsefinaal õhtul.• Kui osalejaid on alal 9 või rohkem, siis toimub eelujumine hommikul ja finaalujuumine õhtul.
ÜLESANDMISED	Ülesandmiste viimane kuupäev on 20. november.



VÖISTLUSPROGRAMM

01.12	02.12	03.12
REEDE, 9:30	LAUPÄEV, 09:30	PÜHAPÄEV, 09:30
1. 400m vabalt N Para S1-S14	20. 400 m kompleksi N	42. 400m kompleks M
2. 400m vabalt N	21. 1500m vabalt M	43. 800m vabalt N
3. 400m vabalt M Para S1-S14	22. 50m selili M Para S1-14	44. 100m liblikat N Para S1-14
4. 400 m vabalt M	23. 50m selili M	45. 100m liblikat N
5. 50m selili N Para S1-S14	24. 200m vabalt N Para S1-14	46. 50m liblikat M Para S1-14
6. 50m selili N	25. 200m vabalt N	47. 50m liblikat M
7. 200 m selili M	26. 150m kompleksi M Para SM1-4	48. 200m selili N
8. 200 m liblikat N	27. 200m kompleksi M Para SM5-14	49. 100m selili M Para S1-14
9. 100m liblikat M Para S1-S14	28. 200m kompleksi M	50. 100m selili M
10. 100m liblikat M	29. 100m selili N Para S1-14	51. 50m rinnuli N Para SB1-14
11. 200m rinnuli N	30. 100m selili N	52. 50m rinnuli N
12. 100m rinnuli M Para SB1-14	31. 50m rinnuli M Para SB1-14	53. 200m rinnuli M
13. 100m rinnuli M	32. 50m rinnuli M	54. 100m vabalt N Para S1-14
14. 50m vabalt N Para S1-14	33. 50m liblikat N Para S1-14	55. 100m vabalt N
15. 50m vabalt N	34. 50m liblikat N	56. 200m vabalt M Para S1-14
16. 50m vabalt M Para S1-14	35. 100m vabalt M Para S1-14	57. 200m vabalt M
17. 50m vabalt M	36. 100m vabalt M	58. 150m kompleksi N Para SM1-4
15-minutit paus	37. 100m rinnul N Para SB1-14	59. 200m kompleksi N Para SM5-14
18. 4x200m vabalt N	38. 100m rinnuli N	60. 200m kompleksi N
19. 4x200m vabalt M	39. 200m liblikat M	15-minutit paus
	15-minutit paus	61. 4x100m vabalt N
	40. 4x100m kombineeritud N	62. 4x100m vabalt M
	41. 4x100m kombineeritud M	63. 8x50m vabalt mix

AUHINNAD

Iga ala kolme paremat autasustatase medaliga, parimat juunioride, täiskasvanute ja paraujumise meeskonda karikaga. Lisaks antakse välja kuus eriauhinda – paraujumise, täiskasvanute ja juunioride arvestuses välja ujutud WA punkti eest parimale naisele ja mehele.

OSALUSTASU

20€/ujuja

MAJUTUS JA TOITLUSTUS

Kõik sportlased elavad Tartus Dorpat hotellis. <https://www.dorpat.ee/>
Võistluspakett (inimene/ full board)
Single tuba 255€
Twin tuba 195€

Paketis sisaldub ööbimine koos hommikusöögiga ning toitlustus alates neljapäeva õhtusöögist kuni pühapäeva lõunasöögini. Võimalus on tellida ka paketiväliselt ainult lõuna/õhtusöök hotellis.

LISAINFO

Võistkonna esindaja - Toni Meijel, toni@swimming.ee
Majutuse ja toitlustusega seotud küsimused - Katriin Kersa, nordic2023@swimming.ee
Ülesandmistega seotud küsimused - Toomas-Tanel Tammer, entries2023@swimming.ee
Võistluse manager - Mihhail Strungar, mihhail.strungar@gmail.com
Paraujumise manager - Marge Kõrkjas, marge.korkjas@gmail.com
Üldised küsimused – Pille Tali, pille@swimming.ee