

# NORGES VEKTLØFTERFORBUND



NM 5-KAMP 16-17. SEPTEMBER 2023.



**Til alle lag tilsluttet NVF**

## Innbydelse til NM 5-kamp og lag 2023

Nidelv IL avdeling vektløfting og Norges Vektløfterforbund (NVF) har gleden av å invitere NM 5-kamp i Trondheim 16. – 17. september 2023.

### Arrangementsinformasjon:

Sted: Ranheimshallen.  
Tidspunkt: Lørdag og søndag kl 09:00.  
Aldersklasser: 13-14 år, 15-16 år, 17-18 år, 19-23, + 23 år og +35 år.  
Sluttsummen i kategorien +35 skal Meltzer Malone brukes.

### Innveiling:

Sted: Hotell Scandic Lerkendal  
Tidspunkt: Lørdag: kl 07:00 – 08:00  
Søndag: kl 07:00 – 08:00  
Dagens første pulje veies først begge dager.  
Innveiling og tider kan endres frem til 2 dager etter at påmeldingen er klar.

### Påmelding:

Via denne linken innen 25 august 2023:

[https://isonen.no/event/cli9xb1dd54214001bhrlls5132/?fbclid=IwAR3D2uzVL6aXygDR2fS-CbM4EfPyBNV6yPHUotcb-PguT\\_bM8k\\_bzpyjOXY](https://isonen.no/event/cli9xb1dd54214001bhrlls5132/?fbclid=IwAR3D2uzVL6aXygDR2fS-CbM4EfPyBNV6yPHUotcb-PguT_bM8k_bzpyjOXY)

### Økonomi:

Til arrangør: Påmeldingsavgift:  
Kr 400,- pr deltaker, innen én uke etter påmelding.  
**Betales via linken over.**

Til NVF: Lisens:  
Kr 1000 seniorer eller veteraner, andre kr 300.  
Bankkonto: 9051 10 836 (NVF)

### Lisensskjema:

<https://vektlofting.no/for-deg/utover/lisens/>

### Antidoping:

Ren utøver: Ren Utøver må være gjennomført i 2020 eller senere.

# NORGES VEKTLØFTERFORBUND



**NM 5-KAMP 16-17. SEPTEMBER 2023.**



## Overnatting:

Sted: SCANDIC Lerkendal  
Kløbuveien 127, 7031 Trondheim  
Det er holdt av 50 rom, enkeltrom (kr 1090 pr natt) og dobbeltrom (kr 1290 pr natt). Må bestilles innen 15.august.

Booking: Booking på nettside: <https://www.scandichotels.no/>  
Bookingkode: BNID150923

## Transport:

Det vil bli satt opp busstransport fra hotellet til hallen for de som skal delta i første pulje lørdag og søndag. Transporten går så snart alle deltakere i første pulje har veid inn. For øvrig er det god bussforbindelse som går direkte mellom Lerkendal og Ranheimshallen. Mer informasjon kommer nærmere mesterskapet.

## Bankett:

Bankett arrangeres på Jossa Mat og drikke, se egen informasjon på neste side. Det kan velges mellom to menyer til hhv 550 kr og 250 kr. Påmelding bankett skjer i samme lenke som påmelding til mesterskapet.

## Streaming:

Hele mesterskapet vil bli streamet av NVF:  
[www.livestream.com/nvf](http://www.livestream.com/nvf)



## INVITASJON TIL BANKETT NM 5-KAMP 2023

Nidelv IL har gleden av å invitere til bankett hos Jossa Mat og drikke, der de serverer god mat laget av skikkelige råvarer fra Trøndelag. Kokken, Heidi Bjerkan, har satt sammen to menyer for å tilpasse litt forskjellig behov:

### **Meny 1 - Kr 550**

4 spennende retter med mye god smak og ypperlige råvarer.

### **Meny 2 - Kr 250**

Fish & chips  
Dessert

### **Adkomst**

Buss fra hotellet:

Linje nr. 2 (Strindheim via sentrum/Lade) Fra holdeplass **Lerkendal 1** til holdeplass **Ladeveien** (Reisetid 16 minutter). Deretter er det 2 minutter å gå til Jossa (**Ladeveien 9**)

Vi ønsker velkommen til en hyggelig bankett med god, lokal mat på Jossa og håper så mange som mulig vil bli med!

Bankett bestilles samtidig med påmeldingen i denne linken:

[https://isonen.no/event/cli9xb1dd54214001bhrlls5132/?fbclid=IwAR3D2uzVL6aXygDR2fS-CbM4EfPyBNV6yPHUotcb-PguT\\_bM8k\\_bzpyjOXY](https://isonen.no/event/cli9xb1dd54214001bhrlls5132/?fbclid=IwAR3D2uzVL6aXygDR2fS-CbM4EfPyBNV6yPHUotcb-PguT_bM8k_bzpyjOXY)



PS! Kokken, Heidi Bjerkan, driver Michelin restauranten Credo i Trondheim.