**Til alle lag tilsluttet NVF**

**Innbydelse til Norgesmesterskap for senior i vektløfting senior 2023.**

Nidelv IL avdeling vektløfting har gleden av å invitere NM senior i Trondheim 4 – 5 mars 2023.

Meststerskapsarrangement:

Sted: Husebyhallen. [Blisterhaugvegen](https://se.search.yahoo.com/search;_ylt=Awr.QDhAqYVjNAk0DkHUEYpQ;_ylu=Y29sbwNpcjIEcG9zAzEEdnRpZAMEc2VjA3Ny?type=E214SE714G0&fr=mcafee&ei=UTF-8&p=Blisterhaugvegen+wikipedia&fr2=12328) 14, [Saupstad](https://se.search.yahoo.com/search;_ylt=Awr.QDhAqYVjNAk0DEHUEYpQ;_ylu=Y29sbwNpcjIEcG9zAzEEdnRpZAMEc2VjA3Ny?type=E214SE714G0&fr=mcafee&ei=UTF-8&p=Saupstad+wikipedia&fr2=12328), [Trondheim](https://se.search.yahoo.com/search;_ylt=Awr.QDhAqYVjNAk0DUHUEYpQ;_ylu=Y29sbwNpcjIEcG9zAzEEdnRpZAMEc2VjA3Ny?type=E214SE714G0&fr=mcafee&ei=UTF-8&p=Trondheim+wikipedia&fr2=12328)

Tidspunkt: Lørdag og søndag kl 09:00.   
OPPDATERT !!

Puljeinndeling: Lørdag:

Pulje 1: Kvinner: 55 – 59 kg  
Pulje 2: Menn: 67 – 73 – 81 kg

Pulje 3: Kvinner: 64 kg

Pulje 4: Menn 89 kg  
Pulje 5: Menn: 96 – 102 kg

Puljeinndeling: Søndag:

Pulje 6: Kvinner: 71 kg  
Pulje 7: Kvinner 76 – 81 - +87 kg

Pulje 8: Menn 109 - +109 kg

Innveiing: **INNVEIING**

All innveiing foregår på hotellet:

**Lørdag 4. mars:**  
Kl 07:00 - 08:00 : Pulje 1 og 2.  
Kl 08:00 - 09:00 : Pulje 3, 4 og 5.  
For de som løfter i pulje 1 er det satt opp transport fra hotellet til hallen kl 07:45.

**Søndag 5. mars:**  
Kl 07:00 - 08:00 : Pulje 6, 7 og 8.  
For de som løfter i pulje 6 er det satt opp transport fra hotell til hallen kl 07:45

Innveiing og tider kan endres frem til 2 dager etter at påmeldingen er klar.

Kvalifiserings periode: Fra 1 juli 2022 til 22 januar 2023. (LM)

Påmelding: I vedlagte skjema innen 24 januar 2023

Sendes til: Nidelv IL v/[jonny.bk@gmail.com](mailto:jonny.bk@gmail.com)

Kopi til: NVF: [vektlofterforbundet@idrettsmail.no](mailto:vektlofterforbundet@idrettsmail.no)

Økonomi: Til arrangør: Påmeldingsavgift:

Kr 500,- pr deltaker, innen èn uke etter påmelding.  
Bankkonto Nidelv IL: **4200 22 38505**

Til NVF: Lisens:

Kr 1000 seniorer eller veteraner, andre kr 300.  
 Bankkonto: **9051 10 836** (NVF)  
  
Lisensskjema: Vedlegges innbydelsen.

Antidoping: Ren utøver: må være gjennomført i **2020** eller senere.  
Diplom på gjennomført RU sendes vektlofterforbundet@idrettsmail.no

Overnatting: Sted: SCANDIC Lerkendal  
 Klæbuveien 127, 7031 Trondheim

Det er holdt av 50 enkeltrom (kr 1090 pr natt) og 30 dobbeltrom (kr 1290 pr natt).

Booking : Nettside: <https://www.scandichotels.no/>

Bookingkode : **BNID030323**

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 Husebyhallen. Mer informasjon kommer nærmere mesterskapet.

Bankett: Det blir bankett lørdag kveld på hotellet.

Pris ca 730 pr person (eks drikke).

Påmelding bankett blir utsendt til klubber etter påmelding.

Streaming: Mesterskapet vil bli streamet av NVF:

[www.livestream.com/nvf](http://www.livestream.com/nvf)

**Regler og kvalifisering.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **NM KRAV KVINNER** | | |  | **NM KRAV MENN** | | |
| **Klasse** | **Junior** | **Senior** | **Klasse** | **Junior** | **Senior** |
| 45 | 57 | 102 | 55 | 116 | 163 |
| 49 | 66 | 109 | 61 | 129 | 180 |
| 55 | 72 | 129 | 67 | 139 | 195 |
| 59 | 76 | 134 | 73 | 150 | 210 |
| 64 | 81 | 141 | 81 | 160 | 230 |
| 71 | 86 | 149 | 89 | 168 | 235 |
| 76 | 90 | 154 | 96 | 173 | 240 |
| 81 | 92 | 157 | 102 | 177 | 245 |
| 87 | 94 | 160 | 109 | 181 | 250 |
| +87 | 98 | 164 | +109 | 187 | 260 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Klubb: melder på følgende løftere til NM senior 2023:** Informasjon som er kvalifiseringsgrunnlaget for deltakelse til NM senior 2023. | | | | | |
| NVF ID | Navn | Født | VKL | Klart krav | RU | LI 2023 |
|  | Dato | Dato | Dato | Dato |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

Startkontingent kr er satt inn påkonto nr . **4200 22 38505** innen **03.02.2023**.   
Merk innbetalingen med «startkontingent NM Senior 2023» og fra hvilken klubb dette gjelder.  
Trondheim 29 november 2022  
  
Nidelv IL Jonny Block (leder arr kom) NVF Arne Grostad Generalsekretær

|  |  |
| --- | --- |
| img20221128_21295023.jpg | Et bilde som inneholder tekst, utklipp  Automatisk generert beskrivelse |

.