**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

 Kopi til: NVF: 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 |

.