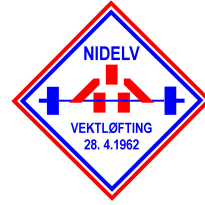




# INFO NM 2023



Nidelv IL ønsker utøvere, lagledere og øvrig støtteapparat velkommen til NM i Trondheim 2023. Her har vi samlet litt informasjon om arrangementet.

## HOTELL

Utøverhotellet er Scandic Lerkendal, Klæbuveien 127, 7031 Trondheim.

Frokost serveres fra 07:30 - 10:30.

Det er ikke badstu tilgjengelig på hotellet.

## 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

Vekt er tilgjengelig fredag kveld og lørdag kveld for prøveveiing.

Etter innveiing skal alle tas bilde av for bruk i stevnesystem, dette gjøres rett etter den enkelte har vært igjennom innveiing.

Det er mulig å bestille matpakke i stedet for frokost for de som løfter i tidligste pulje lørdag og søndag. Dette bestilles i resepsjon på hotellet kvelden før.

## HALLEN

NM avholdes i Husebyhallen, adresse: Saupstadringsen 13, 7078 Saupstad.

## TRANSPORT

Kollektivtransport:

Det er godt kollektivtilbud direkte mellom hotellet og hallen. Buss (Linje nr 2) går hvert 10. minutt lørdag og hver halvtime søndag. Reisetid med buss er ca 12 minutter, ca 5 minutter å gå fra holdeplass til hhv hall og hotell. Billetter kjøpes enkelt med app: AtB.

Bil:

Parkering i P-hus ved hallen.

## BANKETT

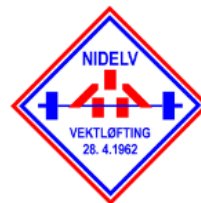
Det er bankett på hotellet lørdag kl 2030 for alle som har bestilt dette.



# PROGRAM

## NM I VEKTLØFTING

### HUSEBYHALLEN



#### LØRDAG 4. MARS 2023

- 08:50      Åpning ved President NVF Stian Grimseth  
09:00      Pulje 1 : Kvinner 55kg og 59kg  
Ca 10:30    Pulje 2 : Menn 67kg og 73kg  
Ca 12:25    Velkomstale ved Kommunalråd Roar Aas  
Ca 12:30    Pulje 3 : Kvinner 64kg  
Ca 14:30    Pulje 4 : Menn 81kg, 96kg og 102kg  
Ca 16:50    Pulje 5 : Menn 89kg  
Ca 18:35    Slutt  
20:30      Bankett Scandic Lerkendal

#### SØNDAG 5. MARS 2023

- 09:00      Pulje 6 : Kvinner 71kg  
Ca 10:30    Pulje 7 : Kvinner 76kg, 81kg, 87kg og +87kg  
Ca 14:00    Pulje 8 : Menn 109kg og +109kg  
Ca 15:30    Utdeling av kongepokal og bestemannspriser  
Ca 15:40    Slutt

*NB! Alle ca-tider er estimert, start puljer kan bli senere eller tidligere!*



# NM - 23

## TRONDHEIM

# KOLLEKTIVTRANSPORT

Informasjon om rutetider og kjøp av billetter kan gjøres på telefon med app AtB. Planlegging av reise kan også gjøres på [atb.no](http://atb.no).

For reise fra hotell til hallen, gå på busslinje nr 2 på holdeplass **Lerkendal 1** til **Saupstadsenteret**.

2 Strindheim > Lade > Sentrum > Kolstad > Heimdal > Lund		Gjelder fom 05. desember 2022 / v.6 Effective from December 5th 2022 / v.6																							
lørdag / Saturday		Min fom 06:03 tom 08:03								Min fom 09:46 tom 16:46								Min fom 16:58 tom 19:58							
Lerkendal 2	24 44 04	08:39	08:49	08:59	09:09	09:19	09:29	09:39	09:49	09:59	08:18	28	38	48	58	19	29	39	49						
Valøyvegen	25 45 05	08:40	08:50	09:00	09:10	09:20	09:30	09:40	09:50	10:00	09:19	29	39	49	59	20	30	40	50						
Bratsbergvegen	26 46 06	08:41	08:51	09:01	09:11	09:21	09:31	09:41	09:51	10:01	11	21	31	41	51	01	21	31	41	51					
Sluppen - ikke i bruk / not in use	27 47 07	08:42	08:52	09:02	09:12	09:22	09:32	09:42	09:52	10:02	12	22	32	42	52	02	22	32	42	52					
Tonstadkrysset 4	31 51 11	08:46	08:56	09:06	09:16	09:26	09:36	09:46	09:56	10:06	16	26	36	46	56	06	26	36	46	56					
Bjørndalsbrua	32 52 12	08:47	08:57	09:07	09:17	09:27	09:37	09:47	09:57	10:07	17	27	37	47	57	07	27	37	47	57					
Bjørndalstoppen	33 53 13	08:48	08:58	09:08	09:18	09:28	09:38	09:48	09:58	10:08	18	28	38	48	58	08	28	38	48	58					
Husebytunet 2	35 55 15	08:50	09:00	09:10	09:20	09:30	09:40	09:50	10:00	10:10	20	30	40	50	00	10	30	40	50	00					
Saupstadsenteret	36 56 16	08:51	09:01	09:11	09:21	09:31	09:41	09:51	10:01	10:11	21	31	41	51	01	11	31	41	51	01					

2 Strindheim > Lade > Sentrum > Kolstad > Heimdal > Lund		Gjelder fom 05. desember 2022 / v.6 Effective from December 5th 2022 / v.6																							
lørdag / Saturday		Min fom 16:58 tom 19:58		Min fom 20:13 tom 24:13		søndag / Sunday		Min fom 06:21 tom 08:21		Min fom 08:51 tom 23:51															
Lerkendal 2	59 09	34 54 14	42	12 42																					
Valøyvegen	00 10	35 55 15	43	13 43																					
Bratsbergvegen	01 11	36 56 16	44	14 44																					
Sluppen - ikke i bruk / not in use	02 12	37 57 17	45	15 45																					
Tonstadkrysset 4	06 16	41 01 21	49	19 49																					
Bjørndalsbrua	07 17	42 02 22	50	20 50																					
Bjørndalstoppen	08 18	43 03 23	51	21 51																					
Husebytunet 2	10 20	45 05 25	53	23 53																					
Saupstadsenteret	11 21	46 06 26	54	24 54																					

For reise fra hallen til hotellet, gå på busslinje nr 2 på holdeplass **Saupstadsenteret** til **Lerkendal 2**

2 Lund > Heimdal > Kolstad > Sentrum > Lade > Strindheim		Gjelder fom 05. desember 2022 / v.6 Effective from December 5th 2022 / v.6																							
lørdag / Saturday		Min fom 06:04 tom 07:44				Min fom 07:59 tom 09:29				Min fom 09:39 tom 16:39				Min fom 16:49 tom 20:09				20:24 tom 23:44							
Saupstadsenteret	13 33 53	08 18 28 38 48 58	48 58 08 18 28 38	58 08 18 28 38 48	33																				
Husebytunet 1	15 35 55	10 20 30 40 50 00	50 00 10 20 30 40	00 10 20 30 40 50	35																				
Bjørndalstoppen	16 36 56	11 21 31 41 51 01	51 01 11 21 31 41	01 11 21 31 41 51	36																				
Bjørndalsbrua	17 37 57	12 22 32 42 52 02	52 02 12 22 32 42	02 12 22 32 42 52	37																				
Tonstadkrysset 1	19 39 59	14 24 34 44 54 04	54 04 14 24 34 44	04 14 24 34 44 54	39																				
Sluppen - ikke i bruk / not in use	23 43 03	18 28 38 48 58 08	58 08 18 28 38 48	08 18 28 38 48 58	43																				
Bratsbergvegen	24 44 04	19 29 39 49 59 09	59 09 19 29 39 49	09 19 29 39 49 59	44																				
Valøyvegen	25 45 05	20 30 40 50 00 10	00 10 20 30 40 50	10 20 30 40 50 00	45																				
Lerkendal 1	26 46 06	21 31 41 51 01 11	01 11 21 31 41 51	11 21 31 41 51 01	46																				

2 Lund > Heimdal > Kolstad > Sentrum > Lade > Strindheim		Gjelder fom 05. desember 2022 / v.6 Effective from December 5th 2022 / v.6																							
lørdag / Saturday		Min fom 20:24 tom 23:44		Min fom 07:29 tom 08:29		Min fom 08:59 tom 23:29																			
Saupstadsenteret	53 13	06:24 06:54	38	08 38																					
Husebytunet 1	55 15	06:26 06:56	40	10 40																					
Bjørndalstoppen	56 16	06:27 06:57	41	11 41																					
Bjørndalsbrua	57 17	06:28 06:58	42	12 42																					
Tonstadkrysset 1	59 19	06:30 07:00	44	14 44																					