

Regler for uttak/kvalifisering og gruppeinndeling/parsammensetning for NM enkeltdistanser kvinner og menn 2010

Hamar 23.-25. oktober 2009.



1. Program

NM enkeltdistanser 2010 avvikles etter følgende program:

23. oktober 2009:

3000 m kvinner

5000 m menn

24. oktober 2009:

500 m kvinner (kun ett løp)

500 m menn (kun ett løp)

1500 m kvinner

1500 m menn

25. oktober 2009:

1000 m kvinner

1000 m menn

5000 m kvinner

10000 m menn

2. Kvalifisering

- a. Normalt skal 24 menn og 16 kvinner starte på hver distanse (med unntak av 10000 m menn og 5000 m kvinner, se nedenfor). Resultatene ved NC 1 (2009/2010) danner grunnlaget for uttak av disse løperne, med suppleringsuttak etter NC 2. Dette kan fravikes av uttaksansvarlig dersom særskilte grunner skulle tale for det:
 - Hvis en løper deltok i World Cup-løp i sesongen 2008/2009 på distansen og ikke er kvalifisert på distansen i henhold til reglene nevnt foran, har vedkommende rett til å starte som "wild card", og representerer da løper med svakeste tidsranking.
 - Åpenbart kvalifiserte løpere som grunnet sykdom/skade eller uhell ikke har notert kvalifiseringstid på den aktuelle distansen, kan uttas på skjønn. Disse løperne plasseres på rankinglisten basert på bestetider etter 1. juli 2008.
- b. Juniorløpere som er kvalifisert i henhold til ovennevnte regler, vil bli uttatt på lik linje med seniorløpere.
- c. Løperne rangeres i henhold til sesongbeste-resultater på angjeldende distanse. (Unntak: Se pkt. a. ovenfor.) Tider oppnådd i Calgary eller Salt Lake City gis et tillegg på 0,8 tidspoeng. NSF plikter fortløpende å offentliggjøre rangeringsliste over kvalifiserte deltakere med reserver på forbundets hjemmesider. Endelig deltakerliste offentliggjøres mandag 19. oktober 2009.
- d. På de to lengste distansene (5000 m kvinner og 10000 m menn) er de 8 beste på 3000 m kvinner og de 12 beste på 5000 m menn ved mesterskapet kvalifisert. Hvis noen av disse kvalifiserte løperne trekker seg, vil løperne rangert fra nr. 9 og nedover på 3000 m kvinner og nr. 13 og nedover på 5000 m menn få anledning til å starte på de to lengste distansene.

3. Parsammensetning

For hver distanse i mesterskapet skal trekningen av parsammensetningen baseres på rankinglisten over alle deltakerne. Når en slik komplett rankingliste er klar, skal løperne plasseres i grupper på fire løpere i hver gruppe. Innenfor hver gruppe foretas trekning, og de fire best rangerte starter i de siste to parene osv. Hvis det er ulikt antall løpere på distansen, skal første par bestå av en løper.

