



KONKURRANSEHÅNDBOK

# UNDERVANNSRUGBY

«Håndboken skal være et hjelpemiddel for utøver, klubb og arrangør i forbindelse med gjennomføring av en undervannsrugbykonkurranse».

Foto: David Gutteridge



# Innholdsfortegnelse

|   |    |
|---|----|
| Innledning                                    | 4  |
| Invitasjon                                    | 5  |
| Arrangørens plikter                           | 5  |
| <i>Svømmehall</i>                             | 5  |
| <i>Invitasjon</i>                             | 5  |
| <i>Premieutdeling</i>                         | 6  |
| <i>Juniorkonkurrans</i>                       | 6  |
| <i>Rent Idrettslag</i>                        | 6  |
| <i>Lydanlegg</i>                              | 6  |
| <i>Klokke</i>                                 | 6  |
| <i>Streaming</i>                              | 7  |
| <i>Luft til dommerne</i>                      | 7  |
| <i>Sjekkliste for arrangørens plikter</i>     | 7  |
| Klubben/lagets plikter                        | 8  |
| <i>Påmelding</i>                              | 8  |
| <i>Laglister</i>                              | 8  |
| <i>Krav til dommere</i>                       | 8  |
| <i>Ren utøver</i>                             | 8  |
| <i>Lisens</i>                                 | 9  |
| <i>Reisestøtte for juniorer</i>               | 9  |
| <i>Overgang og dispensasjon</i>               | 9  |
| <i>Sjekkliste for klubbens/lagets plikter</i> | 9  |
| Konkurransen                                  | 10 |
| <i>Kampoppsett</i>                            | 10 |
| <i>Tidsramme</i>                              | 10 |
| <i>Sekretariat</i>                            | 10 |
| <i>Regelhefte</i>                             | 10 |
| <i>Kampoppsett</i>                            | 10 |
| <i>Kampprotokoll</i>                          | 10 |
| <i>Stoppeklokke</i>                           | 10 |
| <i>O2-anlegg og HMS</i>                       | 10 |
| <i>PR</i>                                     | 11 |
| <i>Fordeling av oppgaver</i>                  | 11 |
| <i>Dommer- og lagledermøte</i>                | 11 |
| <i>Innmarsj</i>                               | 12 |
| <i>Kantine</i>                                | 12 |

|   |    |
|---|----|
| <i>Sjekkliste for sekretariat</i>                   | 12 |
| Etter konkurransen                                  | 13 |
| <i>Resultatservice</i>                              | 13 |
| <i>Reportasje</i>                                   | 13 |
| <i>Sjekkliste etter konkurransen</i>                | 13 |
| Vedlegg 1 – Sammenlagt sjekkliste                   | 14 |
| <i>Sjekkliste for arrangørens plikter</i>           | 14 |
| <i>Sjekkliste for klubbens/lagets plikter</i>       | 14 |
| <i>Sjekkliste for sekretariat</i>                   | 15 |
| <i>Sjekkliste etter konkurransen</i>                | 15 |
| Vedlegg 2 – Reisestøtte for juniorer                | 16 |
| <i>Norgesmesterskap og Norgesserie for juniorer</i> | 16 |
| <i>Støtte til U-23 utøvere</i>                      | 16 |
| <i>Støtte til deltakelse på juniorlandslag</i>      | 16 |
| <i>Støtte til deltakelse på seniorlandslag</i>      | 16 |
| Vedlegg 3 – Laglister mal                           | 17 |
| Vedlegg 4 – Regelverk for Norgesserien og NM        | 17 |
| Vedlegg 5 – Overgang og dispensasjon                | 21 |
| Vedlegg 6 – Kongepokal                              | 23 |
| Vedlegg 7 – HMS-plan                                | 24 |
| Vedlegg 8 – Retningslinjer for juniorcup            | 27 |

## Innledning

Håndboken er et komplett regelverk for gjennomføring og deltagelse i en undervannsrugbykonkurranse. Den skildrer utøver, klubb og arrangør sine plikter og rettigheter, og kan brukes som et hjelpemiddel i forbindelse med gjennomføring av en undervannsrugbykonkurranse. Dette dokumentet erstatter alle tidligere dokumenter knyttet til konkurransegjennomføring av Norgesserien og NM i undervannsrugby, og gjelder både for senior- og juniorkonkurranser.

Håndboken skal bidra til å forenkle organisering av en konkurranse i undervannsrugby.

Målet med håndboken er at den skal...

- ...samle alle gjeldende regler for gjennomføring og deltagelse av/i en undervannsrugbykonkurranse
- ...være til hjelp og støtte for alle aktive undervannsrugbyspillere i Norges Dykkeforbund.
- ...sikre profesjonalisering av konkurransene
- ...virke avklarende og avlastende for forbundsstyret, administrasjonen, utvalget, klubb, arrangør og utøver.

Andre relevante dokumenter finner du på [ndf.no](http://ndf.no).

Finner du ikke det du ser etter, ta kontakt med administrasjonen i Norges Dykkeforbund på mail: [dykking@nif.idrett.no](mailto:dykking@nif.idrett.no)

Ønsker din klubb å arrangere en konkurranse?

Ta kontakt med administrasjonen i Norges Dykkeforbund for en uformell prat.

Det er et ønske å spre serierundene rundt i landet.

## Invitasjon

Invitasjonen utarbeides av administrasjonen i Norges Dykkeforbund i samarbeid med arrangør, og den skal sendes på mail til kontaktpersoner i aktuelle klubber, samt publiseres på ndf.no 6 uker før første dag av den aktuelle konkurransen.

Invitasjon skal inneholde følgende punkter:

- Påmeldingsfrist – dd.mm.åå (4 uker før konkurransen).
- Sted og dato for konkurransen.
- Startkontingent (startkontingent for NS og NM er kr 3.000,-).
- Betaling til NDF.
- Protest skal leveres til sekretariatet senest 30 min etter at den aktuelle kampen er avsluttet. Protestgebyr er kr 500, -. Protestgebyret tilbakebetales dersom protesten tas til følge.
- Tid og sted for dommer- og lagledermøte (skal finne sted 1 time før første kamp).
- CMAS regelverket for undervannsrugby benyttes, men det kan gjøres unntak for spilletid, timeout for eksempel.
- Den påmeldte klubben plikter å påse at egne spillere som skal delta på arrangementet har gyldig medlemskap i den aktuelle klubben de skal spille for, at de har gyldig spillerlisens og har gjennomført Ren Utøver.

Startkontingent skal dekke kostnader til NDF-dommere, medaljer i Norgesserien/NM og bassengkostnader i Norgesserien. Midler som gjenstår fordeles på arrangørklubbene. Dette per kalenderår, altså Norgesserie 3, 4, 1 og 2 samt NM.

## Arrangørens plikter

### Svømmehall

Arrangør må reservere svømmehall ved tildeling av en konkurranse.

[Bassengspesifikasjoner kan man lese mer om her:](#)

### Invitasjon

Arrangør skal sende informasjon om sted (svømmehall) og spilleområde, sted for lagledermøte og kontaktperson hos arrangør til administrasjonen i Norges Dykkeforbund 7 uker før første dag av den aktuelle konkurransen. Arrangør har ansvaret for at arrangementet blir avholdt i henhold til CMAS regelverket.

Eventuelle avvik skal informeres om i invitasjonen og eventuelt i kampoppsettet.

## Premieutdeling

Arrangør for NM må legge til rette for premiering av 1. – 3. plass i Norgesserien og 1. – 3. plass i NM og av toppscorer for Norgesserien og toppscorer i NM. Toppscorer skal få utdelt pokal, 1. plass skal ha pokal i tillegg til medaljer, 2. og 3. plass skal ha medaljer og pokaler. Dette gjelder for både vinnere av Norgesserien og NM, både i herre – og dameklassen.

NDF-dommere som har dømt NM skal også tildeles en medalje.

Medaljene for NS skal graveres: NS, åååå/åååå. Medaljene for NM skal graveres: NM åååå, sted. Administrasjonen i NDF står for utlevering av pokal og medaljer.

## Juniorkonkurranse

Arrangør for en juniorkonkurranse må sette seg inn i retningslinjene som gjelder for juniorkonkurranser. Arrangør må legge til rette for premiering av 1. – 3. plass i junior NM.

[Se vedlegg 6 for mer informasjon.](#)

## Rent Idrettslag

Klubber som arrangerer NM og Norgesserien skal være Rent Idrettslag. Alle klubber som deltar i konkurranser i regi av NDF oppfordres til å sertifisere seg som Rent Idrettslag.

Rent Idrettslag er et webbasert verktøy som gjennomføres av klubbens styre på 1-2 timer. En trener og en utøver kan gjerne være med. Disse går gjennom seks diskusjonsoppgaver og velger tiltak fra en liste; for eksempel henge opp Rent Idrettslag-plakat på klubbhuset og få et foredrag av Antidoping Norge. Alle klubber må resertifiseres etter to år som Rent Idrettslag. Mer informasjon finner her: <https://www.rentidrettslag.no/>

## Lydanlegg

Arrangør skal holde godkjent lydanlegg og ha et back-up anlegg i reserve. Godkjent lydanlegg innebærer følgende: brytere for samtlige dommere, minimum 3 brytere skal virke og være funksjonelle. Spillerne skal kunne høre alle signalene godt både under og over vann. Det er vanlig at klubbene har eget lydanlegg. Om man ikke har dette, må man låne fra andre klubber. Ta kontakt med administrasjonen i NDF dersom det er behov for bistand.

## Klokke

Arrangør plikter å vise både kamptid og stilling under konkurransen. Det finnes et program som viser både klokke, lag og score som NDF har. Da må man sørge for å ha dette programmet på en egen PC som kan kobles til en større skjerm som begge lagene kan se fra hele spillområdet.

Det kreves å ha en person som sitter og styrer dette til enhver tid og som bistår landdommer med å holde kontroll på tiden.

Det oppfordres til å montere en vannsikker løsning foran skjermer og PCer da de ofte blir utsatt for sprut fra bassenget. Dette kan for eksempel være pleksiglass, plastboks-er eller lignende.

## Streaming

NDF har streamingutstyr som skal brukes når det arrangeres konkurranser. Det tar litt tid å sette opp kameraene, så det oppfordres til å gjøre dette kvelden før konkurransen.

Det er også påkrevd at arrangørklubben har en streamingansvarlig. Dersom man ikke har kjennskap til utstyrsoppsett, ta kontakt med administrasjonen i NDF for å avtale opplæring. Dette gjelder også for gjennomføring av streamingen under konkurranse.

## Luft til dommerne

Bunndommer trenger luft for å være på bunnen. En dykketank kan ligge på bassengkanten med en lang nok slange til å ha dommeren på bunn av bassenget. Slangen må være lang nok til at dommeren på bunnen når begge ender av bassenget / spillområdet. Dykketanken må ha nok luft til at det kan være en bunndommer på bunn under hele kampen.

Det kan anslås å ha behov for 6 flasker av 12l 200 bar for en dommer.

Ta kontakt med administrasjonen i NDF dersom det er mangel på utstyr.

## Sjekkliste for arrangørens plikter

- Arrangør har reservert godkjent basseng, frist ved tildeling av konkurransen  
**Når?** Ved tildeling av konkurransen
- Arrangør har sendt informasjon (sted, spillområde og kontaktperson) til NDF administrasjon **Når?** 7 uker før konkurransen
- Arrangør har satt seg inn i CMAS regelverket  
**Når?** 1 uke før konkurransen
- Arrangør legger til rette for premieutdeling
- Arrangør har satt seg inn i retningslinjer for juniorkonkurranse  
**Når?** 1 uke før konkurransen
- Arrangørklubben er sertifisert Rent Idrettslag  
**Når?** 3 uker før konkurransen
- Arrangør har to lydanlegg  
**Når?** 1 uke før konkurransen
- Arrangør har sørget for klokke  
**Når?** 1 uke før konkurransen
- Arrangør har en ansvarlig person til å ta hånd om streamingen  
**Når?** 1 uke før konkurransen

- ❑ Arrangør har utstyr og luft til bunndommerene NDF stiller med en egen dommerbag som inneholder tre våtdrakter, tre røde dommerhetter og seks røde dommer t-skjorter **Når?** 1 uke før konkurransen
- ❑ Arrangøren har minst en godkjent undervannsrugbyball for hver klasse som skal delta i konkurransen (i henhold til CMAS regelverk) **Når?** 1 uke før konkurransen

## Klubben/lagets plikter

### Påmelding

Påmeldingsfrist til konkurransen er 4 uker før konkurransens første dag. Betaling av startkontingent gjøres i nettbutikken til Norges Dykkeforbund. Påmeldingen og betaling av startkontingent er bindende, og den refunderes ikke ved avmelding.

### Laglister

Klubben plikter å sende inn laglister senest 10 dager før første dag i konkurransen. Det kan sendes inn 15 navn der 3 kan endres før kl. 12 dagen før konkurransesstart. Dette er endelig frist og endringer etter denne fristen vil ikke bli akseptert.

[Se vedlegg 3 for laglistermal.](#)

### Krav til dommere

Det er krav til alle lag om å stille med to dommere i de konkurransene laget deltar i. Om noen lag har problemer med å stille med egne dommere, oppfordres de til å ta kontakt med administrasjon i NDF, som i samråd med utvalget i Undervannsrugby vil være behjelpelig med å finne en løsning.

En dommer som uteblir eller kommer forsinket til den oppsatte kampen ifølge kampoppsettet, får en bot på kr 500, - per dømming/kamp. Denne summen blir fakturert den klubben dommeren skulle representere.

Klubb i samarbeid med administrasjonen kan avholde dommerkurs i klubbens regioner før hver sesong.

Dommerkurs er åpent for alle og består av e-læring, en dag med klasseromundervisning. I tillegg skal det dømmes 6 kamper med en veileder til stede.

### Ren utøver

Alle som skal delta i en konkurranse i regi av Norges Dykkeforbund må ha gjennomført Ren Utøver. Ren Utøver er et e-læringsprogram som gir grunnleggende antidopingopplæring på en måte som skal være morsom og tilgjengelig.

Ren Utøver har egne læringsstier for utøvere og trenere/ledere på ulike nivå. Kurset består av 5-8 moduler som tar totalt 25-30 minutter å gjennomføre. [E-læringen gjennomføres her.](#)



Lagleder skal kontrollere at alle utøvere har gjennomført kurset. Dette kan gjøres ved at utøver fremviser diplom for lagleder. Diplomet kan fremvises digitalt feks. bilde eller e-post.

### Lisens

For å kunne delta i en konkurranse i regi av Norges Dykkeforbund, må utøvere og dommere ha startlisens. Beløpet dekker administrasjon og premie for ulykkesforsikring. Lisensen følger kalenderåret, og klubben administrerer denne gjennom sportsadmin.no.

Lagleder skal kontrollere at alle utøvere har betalt lisens.

### Reisestøtte for juniorer

Klubber som deltar på juniorserie eller NM for juniorer, kan søke om støtte til sine utøvere.

Se [vedlegg 2](#) for mer informasjon. Ved spørsmål, ta kontakt med administrasjonen i NDF.

### Overgang og dispensasjon

Konkurranseutøvere kan ikke representere mer enn en klubb tilsluttet NDF, i en og samme gren i samme konkurransesesong. Overgang kan som hovedregel ikke meldes i løpet av sesongen.

Konkurransesesongen for undervannsrugby, er fra og med 1.september til og med 31.mai. Utøvere kan derfor melde overgang fra og med 1.juni til og med 31.august.

Klubbene overgangen skjer imellom, må være enige i overgangen. Alle økonomiske forpliktelser må være oppfylt ovenfor klubben utøveren forlater. Videre må startlisensen være betalt. Overgangen må være godkjent innen 14 dager før konkurransen starter.

Overgang kan som hovedregel ikke meldes mellom siste norgesserierunde og NM-sluttspill.

[Se vedlegg 5 for mer informasjon om dispensasjon og overgang.](#)

### Sjekkliste for klubbens/lagets plikter

- Klubben har meldt seg på konkurransen **Når?** 4 uker før konkurransen
- Klubben har sendt inn lagliste **Når?** 10 dager før konkurransen
- Laget stiller med 2 dommere **Når?** 10 dager før konkurransen
- Alle utøvere har gjennomført Ren Utøver **Når?** 10 dager før konkurransen
- Alle utøvere har betalt lisens **Når?** 10 dager før konkurransen

## Konkurransen

### Kampoppsett

Kampoppsett blir tilgjengeliggjort minimum 14 dager før konkurransens første dag.

Dommeransvarlig i utvalget har ansvar for å skaffe minst 2 NDF-dommere til alle Norgesserierunder og NM. Dette arbeidet gjøres i samarbeid med administrasjonen i NDF.

### Tidsramme

Konkurransens første dag skal avholdes innenfor tidsrammen kl 08:00 til 20:00, der første kamp starter kl 09:00. Konkurransens andre dag skal avholdes mellom kl. 08:00 til 16:00. Arrangementet avsluttes kl 16:00.

Tidspunkt kan endres dersom dette informeres om i invitasjonen som sendes ut 6 uker før konkurransen.

### Sekretariat

#### *Regelhefte*

Arrangør skal ha oppdatert CMAS regelverk tilgjengelig i sekretariatet.

#### *Kampoppsett*

Kampoppsett skal være skrevet ut i flere eksemplarer tilgjengelig for alle deltakere og dommere. Det skal være et eksemplar i sekretariatet, og det oppfordres til å henge opp eksemplarer rundt i svømmehallen (kantine, tribune, garderobe m.m.).

#### *Kampprotokoll*

Det skal føres kampprotokoll for alle kampene.

Administrasjonen i NDF sender ut malen for konkurransens protokoll 3 dager før første kampdag. Det oppfordres til at en i klubben setter seg inn i dokumentet og kan føre opplæring videre. Det må til enhver tid sitte en protokollansvarlig som fører protokoll under kampene. Landdommer skal informere om hendelser i kampen, og dette skal føres inn i protokollskjema.

Protokollansvarlig skal fortløpende oppdatere resultatoversikt på [ndf.no](http://ndf.no) (google skjema).

Arrangør må sørge for riktig rapportering av toppscorere etter hver konkurranse. Se mer informasjon om frister under punktet resultatservice i kapitel om etter konkurransen.

#### *Stoppeklokke*

Det skal være minst 5 stoppeklokker tilgjengelig. Landdommer skal være utstyrt med en, de andre brukes til å ha kontroll på pauser, time-out, utvisninger og straffer.

#### *O2-anlegg og HMS*

Arrangør skal ha O2-anlegg tilgjengelig, og det skal kunne brukes i nødssituasjoner. Arrangør er pliktig til å sette seg inn i HMS-regler.

[Se vedlegg 7 for mer informasjon.](#)

## PR

Arrangørklubben oppfordres til å ta kontakt med lokalavis for å få til pressedekning av arrangementet. Dette gjøres enklest ved å ringe sportsredaksjonen en uke før serierunden for å informere om den forestående konkurransen, for deretter å følge @ opp med e-post med informasjon.

Denne e-posten bør inneholde kort informasjon om hva undervannsrugby er (historikk, norgesserien generelt, landslag osv), og deretter mer spesifikk info om selve arrangementet. Erfaring tilsier at det ikke er vanskelig å få spalteplass dersom klubben sørger for å øve et visst informasjonspress på avisene.

Bruk gjerne en lokal vri med tanke på å informere avisen om at det er mange lokale spillere på laget. Dersom avisen selv ikke har anledning til å sende journalist, kan klubben eventuelt tilby å sende referat med bilder fra arrangementet. Ovenstående gjelder spesielt i forhold til arrangør av NM – hvor det også er større muligheter for å få TV inn på banen.

Det skal tas bilder fortløpende under konkurransen. Arrangør får tilgang til facebooksidene Norsk Undervannsrugby hvor det skal legges ut en kort stemningsrapport med bilder fra den aktuelle dagen og resultatene for den dagen.

## Fordeling av oppgaver

Det oppfordres til å sette opp en arbeidsfordeling med hvem som gjør hva og når i løpet av konkurransen. Det kreves minimum 3 personer til enhver tid for å gjennomføre arrangementet, 1 til streaming, 1 til kontroll av klokke og score og 1 til å føre kampprotokoll.

## Dommer- og lagledermøte

Arrangøren skal holde egnet lokale for dommer- og lagledermøte med sitteplass til ca. 20 personer. Et eksemplar av kampoppsettet bør også leveres ut til hvert av lagene.

Dommer- og lagledermøte finner sted 1 time før første kamp. Sted og tid for møtet oppgis i invitasjonen.

Følgende punkter skal gjennomgås på møte:

- Registrering av tilstedeværende lag og dommere.
- Gjennomgang av kamp og dommeroppsett.
- Informasjon fra NDF-dommere.
- Informasjon fra arrangør.
- Etablere en jury – Det skal velges ut spillere som kan sitte i en jury i tilfelle det blir sendt inn protester. Det skal være en fra hvert kjønn/divisjon samt en dommer.
- Informer om at protest skal leveres inn til sekretariatet senest 30 min etter den aktuelle kampen er avsluttet. Protestgebyr er kr 500,-. Protestgebyret tilbakebetales dersom protesten tas til følge.

- Helsepersonell – Det oppfordres til å notere navn og eventuelt telefonnummer på helsepersonell som deltar på mesterskapet, slik at man har noen man kan kontakte dersom det skulle skje noe.
- HMS-ansvarlig, eventuell gjennomgang av HMS-plan (se vedlegg 6).
- Eventuell informasjon fra utvalget / administrasjonen i NDF.

### **Innmarsj**

Det skal organiseres innmarsj og presentasjon av spillere og dommere før gullfinalen(e) på NS og NM.

### **Kantine**

Det er flott om klubber som har mulighet for det, drifter en kantine under turneringen. Dette er en god mulighet til å få ekstra inntekter til klubben. Det varierer hva som blir solgt i disse kantinene.

Dommerne får gratis mat og drikke i arrangørens kantine. Maksbeløpet hver dommer kan "krite" for er satt til kr. 150,-. Beløp utover dette må dommeren selv legge ut for. Arrangør fakturerer NDF for dette i etterkant. Dersom arrangørklubben ikke driver kantine under mesterskapet, vil dette punktet utgå.

### **Sjekkliste for sekretariat**

- Svømmehallen er reservert etter tidsrammen
- Arrangør har skrevet ut CMAS regelverk
- Kampoppsettet er tilgjengelig for alle
- Arrangør har satt seg inn i kampprotokollen
- Arrangør har utnevnt en protokollansvarlig
- Arrangør har 5 stoppeklokker tilgjengelig
- Det er utnevnt en HMS-ansvarlig
- Det er utnevnt en PR-ansvarlig
- Ansvarsoppgaver er fordelt i arrangørklubben
- Tilgjengelig lokale til dommer/lagledermøte
- Innmarsj organiseres
- Kantine er planlagt

## Etter konkurransen

### Resultatservice

Arrangør skal umiddelbart etter konkurransen (senest i løpet av et døgn) sende protokollen til administrasjonen i NDF. Denne skal inneholde resultatliste med plassering, scoringsliste (alle scoringer med fullt navn og lag), utvisningsliste (alle utvisninger med fullt navn og lag) og toppscorerliste.

### Reportasje

Arrangør skal sende bilder og en reportasje til administrasjonen i NDF. Administrasjonen utarbeider en sak som legges ut på forbundets nettside og deles i relevante kanaler. Teksten skal inneholde hva som skjedde sportslig i løpet av mesterskapet.

### Sjekkliste etter konkurransen

- Protokollen er sendt inn med all informasjon
- Toppscorerliste er sendt inn
- Betalingsdokumentasjon for bassengleie er sendt inn
- Reportasje/bilder er sendt inn

Alle punktene over må være oppfylt for å få utbetalt arrangørstøtte.

## Vedlegg 1 – Sammenlagt sjekklister

### Sjekklister for arrangørens plikter

- Arrangør har reservert godkjent basseng  
**Når?** Ved tildeling av konkurransen
- Arrangør har sendt informasjon (sted, spillområde og kontaktperson) til NDF administrasjon **Når?** 7 uker før konkurransen
- Arrangør har satt seg inn i CMAS-regelverket  
**Når?** 1 uke før konkurransen
- Arrangør legger til rette for premieutdeling
- Arrangør har satt seg inn i retningslinjer for juniorkonkurranse  
**Når?** 1 uke før konkurransen
- Arrangørklubben er sertifisert Rent Idrettslag  
**Når?** 3 uker før konkurransen
- Arrangør har to lydanlegg  
**Når?** 1 uke før konkurransen
- Arrangør har sørget for klokke  
**Når?** 1 uke før konkurransen
- Arrangør har en ansvarlig person til å ta hånd om streamingen  
**Når?** 1 uke før konkurransen
- Arrangør har utstyr og luft til bunndommerene NDF stiller med en egen dommerbag som inneholder tre våtdrakter, tre røde dommerhetter og seks røde dommer t-skjorter **Når?** 1 uke før konkurransen
- Arrangøren har minst en godkjent undervannsrugbyball for hver klasse som skal delta i konkurransen (i henhold til CMAS regelverk)  
**Når?** 1 uke før konkurransen

### Sjekklister for klubbens/lagets plikter

- Klubben har meldt seg på konkurransen **Når?** 4 uker før konkurransen
- Klubben har sendt inn lagliste **Når?** 10 dager før konkurransen

- Laget stiller med 2 dommere **Når?** 10 dager før konkurransen
- Alle utøvere har gjennomført Ren Utøver **Når?** 10 dager før konkurransen
- Alle utøvere har betalt lisens **Når?** 10 dager før konkurransen

### Sjekkliste for sekretariat

- Svømmehallen reservert etter tidsrammen
- Arrangør har CMAS regelverk
- Kampoppsett er tilgjengelig for alle
- Arrangør har satt seg inn i kampprotokollen
- Arrangør har utnevnt en protokollansvarlig
- Arrangør har 5 stoppeklokker tilgjengelig
- Det er utnevnt en HMS ansvarlig
- Det er utnevnt en PR ansvarlig
- Ansvarsoppgaver er fordelt i arrangørklubben
- Tilgjengelig lokaler til dommer/lagledermøte
- Innmarsj organiseres
- Kantine er planlagt

### Sjekkliste etter konkurransen

- Protokollen er sendt inn med all informasjon
- Toppscorerliste er sendt inn
- Betalingsdokumentasjon for bassengleie er sendt inn
- Rapportasje/bilder er sendt inn

## Vedlegg 2 – Reisetøtte for juniorer

Hvert år settes det av midler for å støttest opp under aktivitet for barn og ungdom. NDF ønsker at flest mulig skal ha anledning til å bli gode i sin idrett, og benytter deler av de øremerkede midler til å støttest reise til og fra konkurranser og samlinger for utøvere under 23 år. Felles for støttesten er at:

- Billigste reisevei benyttes, tog kan være billigere enn fly
- Bompenger og passasjertillegg er en del av kjøregodtgjørelsen
- Passasjerer noteres i kommentarfeltet i visma
- Reiseregningen sendes inn seinest 14 dager etter avsluttet konkurranse
- Støttest forutsetter at det er midler igjen
- Utøvere har lisens og gjennomført «Ren utøver»

Spørsmål sendes til [dykking@nif.idrett.no](mailto:dykking@nif.idrett.no)

### Norgesmesterskap og Norgesserie for juniorer

Klubber som deltar i norgesserien eller norgesmesterskapet for junior, kan søke om støttest til sine utøvere, ved at klubben samler inn reiseregninger og søker om felles støttest for sine utøvere. Klubben sender inn felles reiseregningsoversikt med tilhørende vedlegg kvitteringer. Klubber med lang reisevei, blir prioritert ved fordeling.

Samlet reiseregningsoversikt for norgesserien / norgesmesterskapet for junior sendes til [dykking@nif.idrett.no](mailto:dykking@nif.idrett.no).

### Støttest til U-23 utøvere

Utøvere som er under 23 år, og som deltar i Norgesserie eller Norgesmesterskap for senior kan søke om reisetøttest. Reiseregning med kvitteringer sendes inn via visma. Utøvere kan få opptil 50 % støttest på reiseutgifter. Overnatting og mat dekkes normalt ikke.

### Støttest til deltakelse på juniorlandslag

Utøvere under 23 år som deltar på samling eller mesterskap med juniorlandslaget betaler normalt en egenandel som dekker reise og overnatting. I forkant av samling / turnering orienteres det om hvis andre utgifter dekkes som en del av egenandelen. Forutsetning for støttest er at egenandelen er betalt.

### Støttest til deltakelse på seniorlandslag

Utøvere under 23 år som har deltatt på samling eller mesterskap med seniorlandslag kan søke om å få støttest til inntil 50% av egenandelen.

For å få opprettet reiseregningsskonto i visma må følgende informasjon sendes til [dykking@nif.idrett.no](mailto:dykking@nif.idrett.no):



- Navn
- Adresse og postnummer/sted
- E-post
- Fødselsnummer
- Kontonummer

## Vedlegg 3 – Laglister mal

[Mal til lagliste finner du her.](#)

## Vedlegg 4 – Regelverk for Norgesserien og NM

### Regler for rangering og plassering i NS

- Det er plassering i sist avholdte Norgesserie som er bestemmende for et lags rangering i et aktuelt NS arrangement.
- I sesongens første serierunde er det plassering i foregående NM som bestemmer rangeringen. For lag som ikke deltok på NM, gjelder forrige sesongs resultat i NS. Dersom to lag ikke kan rangeres vil NDF administrasjon trekke hvem som stiller øverst.

Lag som ikke deltok i sist avholdte NS blir rangert etter de øvrige lag på følgende måte:

- Akkumulerte NS-poeng i inneværende sesong ved eventuell poenglikhet skal antallet beste plasseringer telle.
- Dersom det fortsatt står likt teller innbyrdes oppgjør til slutt gjelder beste plassering i siste NS.
- Dersom laget ikke har NS-poeng er det plassering i siste NM eller evt. forrige sesongs NS som bestemmer rangering.
- Den endelige plasseringen i Norgesserien bestemmes av akkumulert poengsum gjennom alle NS-arrangement i sesongen.

Vinneren av Norgesserien (NS) kan kun kåres dersom det minst er gjennomført en (1) serierunde i en sesong.

Utvalget i undervannsrugby, sammen med administrasjonen i Norges Dykkeforbund, skal legge til rette for fire (4) serierunder i løpet av sesongen, som strekker seg fra 1. september til 31. mai. Vinneren av NS, kvalifiserer seg til Champions Cup (CC) samme år.

## Kriterier for å delta på NM

Hvis det i løpet av sesongen har blitt avholdt minimum 3 NS runder, er det de 6 beste lagene i hver klasse som er kvalifisert. Rangeringen til NM bestemmes av den endelige plasseringen i NS.

Hvis det er avholdt mindre en 3 NS runder, blir det invitert til et åpent NM.

## Regler for poenggivning i NS

| Klasse     |       |
|------------|-------|
| Plassering | Poeng |
| 1.pl       | 17    |
| 2.pl       | 15    |
| 3.pl       | 14    |
| 4.pl       | 13    |
| 5.pl       | 12    |
| 6.pl       | 11    |
| 7.pl       | 10    |
| 8.pl       | 9     |
| 9.pl       | 8     |
| 10.pl      | 7     |
| 11.pl.     | 6     |
| 12.pl      | 5     |
| 13.pl      | 4     |
| 14.pl      | 3     |
| 15.pl      | 2     |
| 16.pl      | 1     |
| 17.pl      | 0     |

## Regelverk for oppsett av pulje/divisjon, samt mal for kampoppsett innledende spill

### Regler for oppsett av pulje/divisjon

Når påmeldingsfristen har gått ut, lager administrasjonen i NDF kampoppsettet etter følgende retningslinjer:

- Antallet påmeldte lag i dame- og herreklassen bestemmer hvordan det skal spilles.
- Oppsettet for sluttspillet kan varieres noe med tanke på tidsramme for arrangementet eller andre sentrale forhold.

Nedenfor er skissert hovedreglene for oppsettet, hvor det er ekstra viktig å legge merke til skillene i antall lag for å avgjøre spørsmålet om puljer og divisjoner, og i hvilke tilfeller det skal spilles dobbel eller enkel serie.

2 lag eller færre betyr avlysning for klassen.

#### 3 lag: Dobbelt serie med avsluttende finale

2 kamper pr lag (seriespill)  
2 kamper per lag (seriespill)  
1 kamp (finale)

#### 4 lag: enkel serie med avsluttende plasseringsspill

3 kamper per lag (seriespill)  
2 kamper per lag (semifinaler og finaler)

#### 5 lag: enkel serie med avsluttende plasseringsspill

4 kamper per lag (seriespill)  
1 kamp (4. – 5. plass)  
2 kamper per lag (semifinaler og finaler, 1. – 4. plass)

#### 6 lag: to puljer med enkel serie i hver, avsluttende plasseringsspill

Pulje 1 – 1, 4, 5,  
Pulje 2 – 2, 3, 6  
3 kamper per lag (seriespill, pulje 1 og pulje 2)  
1 kamp (5. – 6. plass)  
2 kamper per lag (semifinaler og finaler, 1. – 4. plass)

#### 7 lag: to puljer (4 lag/3lag) med enkel serie i hver, avsluttende plasseringsspill

Pulje 1 – 1, 4, 5, 7  
Pulje 2 – 2, 3, 6  
3/2 kamper per lag (seriespill, pulje 1 og pulje 2)  
2 kamper per lag (5. – 7. plass)  
2 kamper per lag (semifinaler og finaler, 1. – 4. plass)

### 8 lag: to puljer med enkel serie i hver, avsluttende plasseringsspill

Pulje 1 – 1, 4, 5, 8

Pulje 2 – 2, 3, 6, 7

3 kamper per lag (seriespill, pulje 1 og pulje 2)

2 kamper per lag («semifinaler» og «finaler», 5. – 8. plass)

2 kamper per lag (semifinaler og finaler, 1. – 4. plass)

### 9 lag: to puljer (5 lag/ 4 lag) med enkel serie i hver, avsluttende plasseringsspill

Pulje 1 – 1, 4, 5, 8, 9

Pulje 2 – 2, 3, 6, 7

4/3 kamper per lag (seriespill, pulje 1 og pulje 2)

1 kamp (4. plass pulje 2 mot 5. plass pulje 1)

2 kamper per lag («semifinaler» og «finaler», 5. – 8. plass)

2 kamper per lag (semifinaler og finaler, 1. – 4. plass)

### 10 lag: 2 puljer med enkel serie, avsluttende plasseringsspill

pulje 1 – 1, 4, 5, 8, 9

pulje 2 – 2, 3, 6, 7, 10

4 kamper per lag (seriespill, pulje 1 og pulje 2)

1 kamp (9.-10.plass)

2 kamper per lag («semifinaler» og «finaler», 5. – 8. plass)

2 kamper per lag (semifinaler og finaler, 1. – 4. plass)

### 11 lag: 2 divisjoner

1 div. 1, 2, 3, 4, 5, 6

2 div. 7, 8, 9, 10, 11

5/4 kamper per lag (seriespill, div. 1 og div. 2)

2 kamper per lag (opp- og nedrykk mellom 5. og 6. plass div. 1 og 1. plass div. 2)

2 kamper per lag (semifinaler og finaler, div. 1 og div. 2)

### 12 lag: 2 divisjoner med 2 puljer i hver

1 div. pulje 1 – 1, 4, 5

1 div. pulje 2 – 2, 3, 6

2 div. pulje 3 – 7, 10, 11

2 div. pulje 4 – 8, 9, 12

3 kamper per lag (seriespill, i alle puljer)

2 kamper per lag (semifinaler og finaler, div. 1 og div. 2)

2 kamper per lag (Opp- og nedrykk, med semifinaler og finaler. Semifinaler: 3.plass i pulje 1 mot 1.plass pulje 4 og 3.plass pulje 2 mot 1.plass pulje 1)

2 kamper per lag (semifinaler og finaler, div. 1, 1-4.plass)

### 13 lag: 2 divisjoner med 2 puljer i hver

1. div. pulje 1 – 1, 4, 5, 7

1. div. pulje 2 – 2, 3, 6

2 div. pulje 3 – 9, 11, 12

2 div. pulje 4 – 9, 10, 13

3/2 kamper per lag (seriespill, i alle puljer)

1 kamp (Kamp om opprull til å spille om 5.-8. plass i 1. div. mellom vinner i pulje 3 og vinner i pulje 4).

1 kamp (Kamp om å spille om 2.-5. plass i pulje 2, mellom 3.plass i pulje 3 og 3.plass i pulje 4)

2 kamper per lag (semifinale og finaler 2.-5.plass i 2.div)

2 kamper per lag (semifinale og finaler 5. – 8. plass)

2 kamper per lag (semifinaler og finaler, 1. – 4. plass)

## Mal for kampoppsett innledende spill

Kampoppsettet settes opp etter følgende mal for første dag i en NS-runde.

Listene nedenfor angir i hvilken rekkefølge kampene skal spilles i forhold til rangering.

| 3 lag<br>enkel serie | 3 lag<br>dobbel serie | 4 lag<br>enkel serie | 5 lag<br>enkel serie |
|----------------------|-----------------------|----------------------|----------------------|
| 1A-2A                | 1B-2B                 | 1C-3C                | 1D-4D                |
| 1A-3A                | 1B-3B                 | 2C-4C                | 2D-5D                |
| 2A-3A                | 2B-3B                 | 1C-4C                | 1D-3D                |
|                      | 1B-2B                 | 2C-3C                | 2D-4D                |
|                      | 1B-3B                 | 1C-2C                | 4D-5D                |
|                      | 2B-3B                 | 3C-4C                | 2D-3D                |
|                      |                       |                      | 1D-5D                |
|                      |                       |                      | 3D-4D                |
|                      |                       |                      | 1D-2D                |
|                      |                       |                      | 3D-5D                |
|                      |                       |                      | 2 D 3 D              |
|                      |                       |                      | 5 D 6 D              |
|                      |                       |                      | 1 D 2 D              |
|                      |                       |                      | 3 D 6 D              |
|                      |                       |                      | 4 D 5 D              |

## Vedlegg 5 – Overgang og dispensasjon

Som hovedregel kan en konkurranseutøver ikke representere mer enn én klubb tilsluttet NDF, i én og samme gren i samme konkurransesesong. Overgang kan som hovedregel ikke meldes i løpet av sesongen.

Konkurransesesongen for undervannsrugby, er fra og med 1.september til og med 31.mai. Utøvere kan derfor ta overgang fra og med 1.juni til og med 31.august. Klubbene overgangen skjer imellom, må være enige i overgangen. Alle økonomiske forpliktelser må være oppfylt ovenfor klubben utøveren forlater.

Videre må startlisensen være betalt.

Overgang kan ikke meldes mellom siste norgesserierunde og NM-sluttspill.

Søknad om overgang skal sendes til administrasjonen i NDF. Utøveren som søker overgang skal selv sende søknad, og påse at lederne i de involverte klubbene får en kopi av overgangssøknaden.

### Lag innenfor samme klubb

Utøvere som tilhører en klubb med flere lag, kan skifte lag innen samme klubb i løpet av konkurransesesongen. Menn kan imidlertid ikke delta på damelag, seniorer kan ikke delta på juniorlag og en utøver kan ikke delta på flere lag i samme klasse i samme konkurranse. Med klasse menes junior, dame og herre. En klubb kan bare kvalifisere ett lag i hver klasse til NM.

### Unntak fra hovedregelen om overgang

Utøveren kan søke dispensasjon fra hovedregelen om overgang. Søknaden skal være begrunnet, og den skal sendes fra utøver. Leder i klubben utøveren melder overgang fra, og lederen klubben melder overgang til, skal ha kopi av overgangssøknaden.

Det kan gis dispensasjon fra hovedregelen om overgang i følgende tilfeller:

- a) Utøveren flytter midt i sesongen på grunn av jobb eller skole, og han/hun har ikke hatt muligheten til å ta overgang i overgangsvinduet for undervannsrugby.
- b) Utøveren har betalt startlisens for en klubb, men klubben har ikke eget dame- eller herrelag som stiller i konkurranser. For at utøveren skal få konkurrere, er eneste mulighet å skifte klubb.
- c) Utøveren har av andre spesielle grunner ikke hatt muligheten til å ta overgang i overgangsvinduet.
- d) Dersom en overgang kan begrunnes i hensyn til nyrekruttering til idretten, og utøveren ikke har hatt mulighet til å ta overgang i overgangsvinduet.

### Unntak fra hovedregel om representasjon

Dameutøvere og juniorutøvere i undervannsrugby kan søke om dispensasjon fra hovedregelen om representasjon.

- Dameutøveren kan få dispensasjon til å representere en klubb i dameklassen, og en annen klubb i herre- eller juniorklassen.
- Juniorutøvere kan få dispensasjon til å representere en klubb i juniorklassen, og en annen i herre- eller dameklassen (om utøverens hjemklubb ikke har lag i juniorklassen).

I vurderingen om dispensasjon skal innvilges, vil hensyn til hva som er det beste for idrettsmiljøet som helhet, rekruttering til idretten, og hva som er rimelig og rettferdig, bli vektlagt.

## Overganger

Ved overgang søkes det per e-post til [dykking@nif.idrett.no](mailto:dykking@nif.idrett.no).

## Sanksjoner

Et undervannsrugbylag som har benyttet en utøver som ikke oppfyller kravene til startlisens og/eller overgang, og som ikke har fått dispensasjon fra reglene, dømmes til tap 0-3 i de kamper i mesterskapet, serien eller cupen der utøveren er benyttet. Ved en eventuell poengdeling med et annet lag dømmes laget som har overtrådt reglene, til tap.

Et straffegebyr på kr 500 ilegges den klubben som lar en utøver delta på et NDF-arrangement uten at utøveren har startlisens.

Utøveren eller klubben kan klage over ilagt straffegebyr. Klagen sendes til administrasjonen i NDF, og klagen må være begrunnet. Klagen behandles ved utvalget.

## Vedlegg 6 – Kongepokal

NDF har regler om hvem som kan få kongepokal, og når den kan deles ut. Utvalget i undervannsrugby kan søke om at H.M. Kongepokal skal deles ut i forbindelse med en konkurranse.

Se Norges Idrettsforbund sine nettsider ([www.nif.no](http://www.nif.no)) for mer informasjon og retningslinjer for utdeling av kongepokal.

## Vedlegg 7 – HMS-plan

Under konkurranser hvor det deltar utøvere på tvers av klubbgrenser, med ulike sikkerhetsregler og forskjellig sikkerhetsforståelse, er det viktig å ha et felles dokument slik at alle føler at sikkerheten er ivaretatt.

|                        |   |
|------------------------|---|
| Ansvarlig arrangør:    | Norges Dykkeforbund   |
| Arrangement ansvarlig: | Klubbnavn og ansvarlig for arrangementet<br>Telefonnummer under arrangement |
| Forsikring:            | Ansvarsforsikring<br>Avtalenr   |
| Arrangementets formål: | Norgesserie eller NM<br>Deltakere skal ha godkjent lisens                   |
| Arrangementssted:      |   |

### Krav til deltakere

- Lisens: Utøver skal ha gyldig lisens
- Utøver skal være i helsemessig stand til å kunne delta i konkurransen. Ta kontakt med ansvarlig i egen klubb dersom du er usikker.

### Krav til sikring

Følgende funksjoner har ansvar for koordinering av uønskede hendelser:

- Dommere
- HMS-ansvarlig (arrangør)

### Utstyr i sekretariatet:

- Førstehjelpsutstyr
- O2-apparat (arrangør skal kunne bruke dette ved nødsituasjoner)
- Alarm- og handlingsplan
- Telefon

### Alarmplan- og Handlingsplan

- Se etterfølgende planer



## Generelle sikkerhetsregler

- Utøvere må forholde seg til gjeldende regelverk og sikkerhetsreglene som er gitt av utleier.
- Anvisninger som blir gitt av ledende personell skal følges.
- Journalføring: Det skal føres journal for alle uønskede hendelser.

## Alarmplan

Nødnumre i Norge:



Gi følgende opplysninger klart og tydelig

- Ditt navn
- Hvor du ringer fra
- Hva har skjedd
- Pasientens tilstand: våken/klar, bevisstløs, puster/puster ikke
- Tiltak som er gjort, hva har virket, hva har ikke virket

**Rapporter kort, i stikkordsform. VIKTIG å gjøre seg forstått.**

## Handlingsplan

Arrangementansvarlig og HMS-ansvarlig skal være oppnevnt før konkurransen startes.

HMS-ansvarlig plikter å gjøre seg kjent med svømmehallen sin alarmplan.

Ved ulykke skal HMS-ansvarlig og arrangementansvarlig informeres, og de vurderer om annen virksomhet skal opphøre. Kun de som har oppgaver/tildeles oppgaver, skal oppholde seg på selve ulykkesplassen.

## Varsling av AMK-sentralen

Dette gjøres på ordre fra den som styrer ulykkesstedet.

Livreddende og skadebegrensende tiltak iverksettes. Transport iverksettes.

Dersom det er ulykke med personskade, skal ingen uttale seg i media før politiet har foretatt nødvendige avhør. Media skal bes om å henvende seg til politiet eller arrangementsansvarlig.

Sjekkliste av utstyr:

| Utstyr                                    | Krav  | Antall  | Kontrollert av                              |
|---|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Førstehjelpskrin | Anbefalt min. innhold:<br>Håndbok om førstehjelp,<br>1 forbindings- og klessaks,<br>3 store og 3 små enkeltmannspakker, 1 rull plaster,<br>1 rull heft-plaster, 2 ruller elastisk bind, 3 ruller gasbind, 1 pakke sikkerhetsnåler | Min. 1stk                                     | Ved arrangement-start:<br>.....<br>Arrangør |
| <input type="checkbox"/> O2-apparat       | Flaske(r) trykkprøvet siste 5 år.<br>Alle komponenter godkjent og rengjort for 100% O2.<br>Godt vedlikeholdt.   | For gjenopplivning:<br>1 stk per arrangement. | Ved arrangement-start:<br>.....<br>Arrangør |
| <input type="checkbox"/> Telefon          | Telefon skal til en hver tid ligge tilgjengelig i sekretariatet   | Min. 1 stk                                    | Ved arrangement-start:<br>.....<br>Arrangør |

Eventuell avviksrapportering.

## Vedlegg 8 – Retningslinjer for juniorcup

1. Aldersgrense for å delta på et juniorlag er f.o.m. det året utøveren fyller 13 år t.o.m. det året utøveren fyller 17 år.

Den nedre grensen på 13 år er bestemt av regler for barneidrett (vedtatt av NIF) og er absolutt.

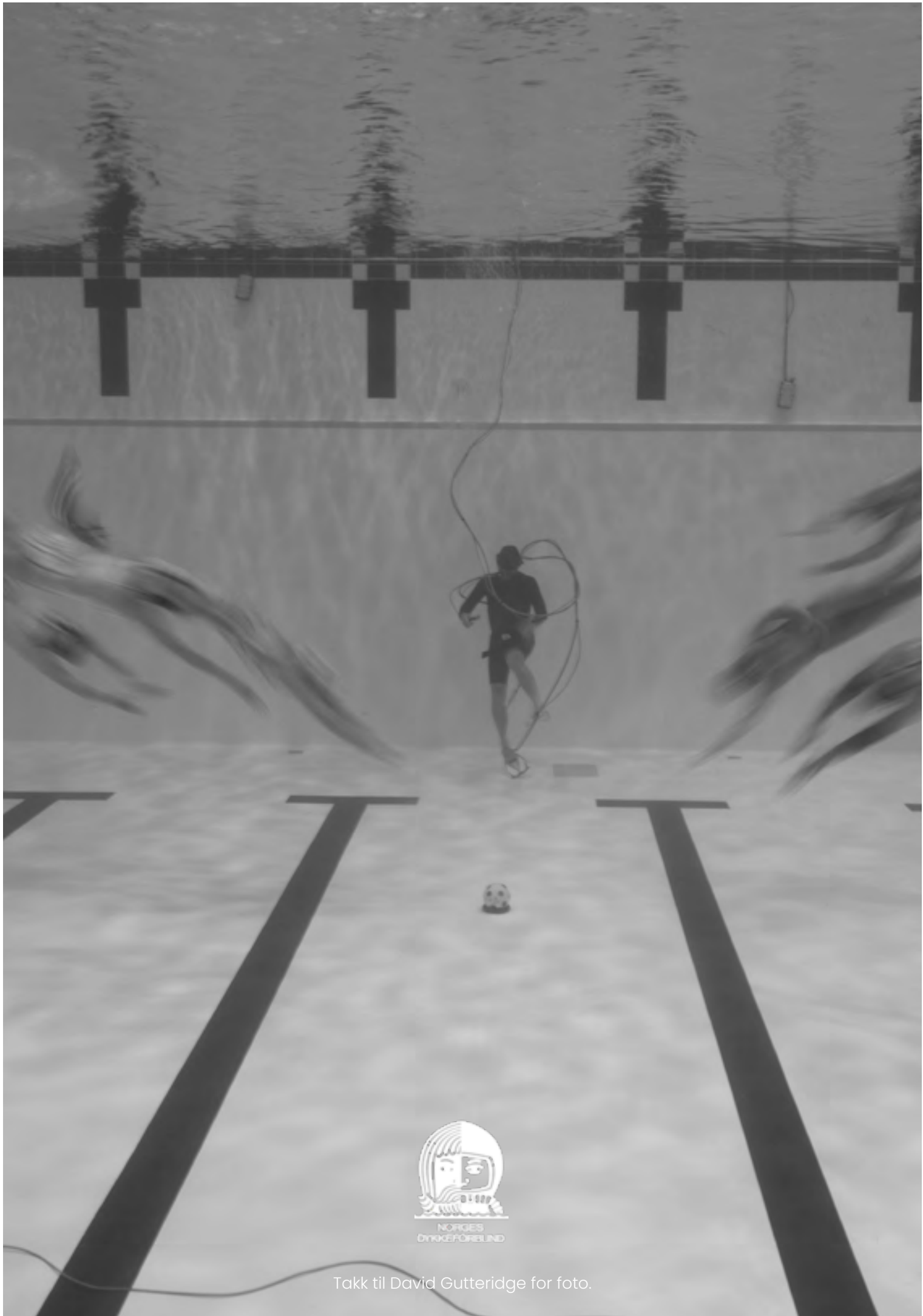
2. Dersom noen juniorspillere også skal spille på seniorlaget, sier reglene for barneidrett at dette kun er tillatt f.o.m. det året utøveren fyller 13 år.
3. En juniorspiller kan spille på et hvilket som helst juniorlag (uavhengig av klubbtilhørighet). Dette gjør det mulig for juniorspillere fra klubber uten juniorlag til å få delta på juniorturnering.

I utgangspunktet kan man kun spille på ett lag i en turnering, men hvis alle laglederne finner det mer hensiktsmessig å bytte om på spillerne, så er dette også tillatt.

4. Det skal tilstrebes at alle juniorer som deltar på en turnering skal få en deltakerpremie. I tillegg kan det premieres for 1. – 3. plass som i seniorklassene. Det er derfor viktig at alle lag på forhånd sender inn tall på hvor mange juniorer de har med, slik at arrangør får bestilt inn passende antall deltakerpremier.
5. Regler som kan benyttes om alle juniorlagledere er enig. Intensjonen er å legge forholdene best mulig tilrette for positive opplevelser for alle juniorspillere.

- Flere enn 6 spillere i vannet
- Dispensasjon for eldre spillere godkjent av utvalget
- Færre enn 3 dommere
- Redusert tid på straffe (30 sek)
- Lengre opphold etter målscoreing før spillet settes i gang (slik at lagene får «summet seg»)
- Friball ved for mange spillere i vannet (ikke utvisning)
- Ingen unødig pirkning for små forseelser. Tid til at dommer forklarer hvorfor
- Ingen krav til hvit badebukse/badedrakt, kun hette i riktig farge

Se Norges Idrettsforbund sine nettsider for mer informasjon om bestemmelser om barneidrett.



Takk til David Gutteridge for foto.