



Sumo NM 2023



**Lørdag 11. februar 2023
Lambertseter flerbrukshall, Oslo**

**Arrangør:
Lambertseter Bryteklubb og Norges Bryteforbund**

Lambertseter Bryteklubb og Norges Bryteforbunds komité for ikke-olympiske idretter inviter til norgesmesterskap i sumobryting, lørdag 11. februar, kl. 12.00.

Sted: Lambertseter flerbrukshall, Feltspatveien 19, Oslo

Innveiing: Fredag 10. februar kl. 19.00-20.00,
Lørdag 11. februar kl. 10.00-10.30
Lambertseter flerbrukshall

Stevnestart: Lørdag 11. februar kl. 12.00

Startavgift: Kr 200,- pr. bryter.

Påmeldingsfrist 9. februar 2023 kl. 23:59.

Det er også anledning til å melde seg på og betale ved innveiing fredag 10. februar.

Lisens: Alle utøvere må være medlem i Norges idrettsforbund. Medlemskap kan ordnes rett før innveiing fredag 10 februar. Utøverne må ha løst lisens i Norges Bryteforbund før stevnestart. Eventuelt kan engangslisens, kr 300, kjøpes før innveiing 10. februar.

Påmelding: Påmelding gjøres på denne [lenken](#) eller ved å gå inn på hjemmesiden til Lambertseter BK: www.lambertseterbryteklubb.no

Premier: I hver vekt-/konkurransklasse kåres gull-, sølv- og bronsemedaljør.

Spørsmål kan rettes til

Lambertseter BK: Eivind Worren, tlf. 906 18 865. Epost: post@lambertseterbryteklubb.no

NBFs komité for ikke-olympiske idretter: Rolf Røtnes, tlf. 970 43 859
E-post: rolf.rotnes@gmail.com

Velkommen!

Om sumobryting:

Sumobryting er en morsom og hurtig kampsport med enkle regler. Den som får motstanderen ut av ringen eller i matta med noe mer enn fotsålen har vunnet kampen. Kort sagt: Last man standing!

Mesterskapet er åpent for alle og det vil bli opplæring i reglene før stevnestart. Sumobryting egner seg godt for utøvere fra alle kontaktsporter som amerikansk fotball, rugby, ishockey, håndball og kampsporter. Uansett bakgrunn, alle er hjertelige velkomne til å delta.

Dersom det er spørsmål om regler eller arrangementet, kan de rettes til NBFs komite for ikke-olympiske idretter (se kontaktinfo over).

Det brytes i fire alderskategorier gutt/jente, ungdom, junior og senior. Det er anledning til å delta i en aldersgruppe over egen aldersgruppe, men av stevnetekniske årsaker er det kun anledning å delta i to aldersgrupper. Aldersklassen må angis ved påmelding.

Vektklasser

Aldersgruppene deles i følgende vektgrensene skal forstås som maksimalvekt og markeres med -. Øverste vektklasse har ingen øvre grense og markeres med +.

Nytt for Sumo NM 2023 er tidenes første Åpen Klasse Student for menn og for kvinner. Studentklassen er uten vektbegrensning (dog krever påmelding og innveiing) og avvikles mellom konkurransene for aldersbestemte og for senior. Alle med gyldig studentbevis ved en norsk høyere utdanningsinstitusjon kan delta i studentklassen, i tillegg til eventuell deltakelse i det ordinære NM for enten senior eller junior.

Menn:

Gutter fødselsår: 2010 -2008	Ungdom, fødselsår: 2007 -2006	Junior, fødselsår: 2005-2003	Senior, fødselsår: 2003 og før	Studentklasse
-45 kg	-55 kg	-65 kg	-70 kg	
-52 kg	-60 kg	-70 kg	-85 kg	
-60 kg	-70 kg	-77 kg	-92 kg	
-67 kg	-80 kg	-85 kg	-100 kg	
-75 kg	-90 kg	-92 kg	-115 kg	
-85 kg	-100 kg	-100 kg	115+ kg	
85+ kg	100+ kg	100+ kg	Åpen	Åpen

Kvinner: -

Jenter fødselsår: 2010 -2008	Ungdom, fødselsår: 2007 -2006	Junior, fødselsår: 2005-2003	Senior, fødselsår: 2003 og før	Studentklasse
-40 kg	-50 kg	-50 kg	-50 kg	
-45 kg	-55 kg	-55 kg	-55 kg	
-50 kg	-60 kg	-60 kg	-60 kg	
-55 kg	-65 kg	-65 kg	-65 kg	
-60 kg	-70 kg	-70 kg	-73 kg	
-65 kg	-75 kg	-75 kg	-80 kg	
65+ kg	75+ kg	75+ kg	80+ kg	
			Åpen	Åpen

Om åpen vektklasse

I senior kvinner og menn inviteres det også til å delta i åpen vektklasse. Her kan alle delta uansett vekt. Åpen vekt arrangeres til slutt i mesterskapet (før lagkamper) og alle som har deltatt i øvrige vektklasser kan delta. Også deltagere i aldersbestemte klasser kan delta, gitt at utøveren er født i 2007 eller tidligere. Ønske om å delta i åpen markeres ved påmelding.

Lag i sumo

Det inviteres også til lagkonkurranse. Hvert lag består av tre brytere og ev. en reserve. Deltagende klubber kan melde på lag til sekretariatet etter innveiing.

Bekledning

Deltagelse forutsetter bruk av mawashi (lendeklede). Det tillates shorts under mawashi for gutter/menn. Jenter/kvinner tillates og ha heldekkende tettsittende drakt (brytedrakt e.l.) under mawashi. NBFs sumokomiteé har mawashi til utlån til utøvere som ikke har egne. Ta i så fall kontakt med komiteen i før mesterskapet.