



NM lag 2025 - opprykk og nedrykk

Herrer:

Eliteserien: Nr. 7 og 8 rykker ned til 1.divisjon.

1.divisjon: Nr. 1 og 2 rykker opp til eliteserien. Nr. 7 og 8 rykker ned til 2.divisjon.

2.divisjon: Nr. 1 og 2 rykker opp til 1.divisjon. Nr. 7 og 8 rykker ned til 3.divisjon.

3.divisjon: Nr. 1 i hver avdeling rykker opp til 2.divisjon. Nr. 6, 7 og 8 i hver avdeling rykker ned.

4.divisjon: Opprykk: Totalt 6 lag rykker opp til 3.divisjon.

- Vinnerne av avdeling A-D rykker opp.
- De to avdelingsvinnerne med best poengsnitt i avdeling E/F/G/H rykker opp. For å finne de to beste lagene deles poeng og score på antall kamper.

Nedrykk:

- Nr. 8 i avdeling A-D rykker ned. Lag som blir nr. 7 kan også rykke ned avhengig av hvor mange lag fra Øst som rykker ned fra 3.divisjon. For å skille lagene som blir nr. 7 deles poeng og score på antall kamper. Laget med svakest snitt ender som svakeste nr. 7.
- Nr. 7 i avdeling E rykker ned.
- Nr. 7 i avdeling F rykker ned. Nr. 6 kan også rykke ned avhengig av hvor mange lag fra Sør-Vest som rykker ned fra 3.divisjon.
- Nedrykk fra avdeling G og H avhenger av antall lag påmeldte fra disse regionene i 2026.

5.divisjon:

- Vinnerne av avdeling A-D rykker opp. Lag som blir nr. 2 kan også rykke opp avhengig av hvor mange lag fra Øst som rykker ned fra 3.divisjon. For å skille lagene som blir nr. 2 deles poeng og score på antall kamper. Laget med beste snitt blir beste toer.
- Vinner av avdeling E rykker opp. Nr. 2 kan også rykke opp avhengig av hvor mange lag fra Sør og Sør-Vest som rykker ned fra 3.divisjon.

NM lag 2025 - opprykk og nedrykk

Damer:

Eliteserien: Nr. 7 og 8 rykker ned til 1.divisjon.

1.divisjon: Nr. 1 og 2 rykker opp til eliteserien. Nr. 7 og 8 rykker ned til 2.divisjon.

2.divisjon: Nr. 1 og 2 rykker opp til 1.divisjon. Nr. 6,7 og 8 rykker ned til 3.divisjon.

3.divisjon: Opprykk: Totalt 3 lag rykker opp til 2.divisjon.

- Vinnerne av avdeling A og B rykker opp.
- Avdelingsvinner med best poengsnitt i avdeling C og D rykker opp. For å finne beste lag deles poeng og score på antall kamper.

Nedrykk: Avhenger av antall lag påmeldt fra disse regionene i 2026.

4.divisjon:

- Vinner av avdeling A rykker opp til 3.divisjon.

Vi presiserer at forutsetningene for opprykk og nedrykk kan endres dersom lag trekker seg.