



NM lag 2026 - opprykk og nedrykk

Herrer:

Eliteserien: Nr. 4 i begge puljer rykker direkte 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.

- De tre avdelingsvinnerne med best poengsnitt i avdeling A-D (Øst) rykker opp. For å finne de tre beste lagene deles poeng og score på antall kamper. Lag rangeres etter beste snitt.
- Dårligste avdelingsvinner i avdeling A-D (Øst) og vinner av avdeling I (Midd/Nord) spiller kvalifiseringskamp om opprykk.
- Vinner av avdeling E (Sør) og vinner av avdeling G (Vest) spiller kvalifiseringskamp om opprykk.
- Vinner av avdeling F (Sør-Vest) og vinner av avdeling H (Møre og Romsdal) spiller kvalifiseringskamp om opprykk.

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. Lag rangeres etter beste snitt.
- Nr. 7 i avdeling E rykker ned.
- Nr. 7 i avdeling F rykker ned.
- Nedrykk fra avdeling G, H og I avhenger av antall lag påmeldte fra disse regionene i 2027.

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. Lag rangeres etter beste snitt.
- Nr. 1 og nr. 2 i av avdeling E rykker opp.

NM lag 2026 - opprykk og nedrykk

Damer:

Eliteserien: Nr. 4 i begge puljer rykker direkte 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.

- De to avdelingsvinnerne med best poengsnitt i avdeling A-C rykker opp. For å finne de to beste lagene deles poeng og score på antall kamper. Lag rangeres etter beste snitt.
- Dårligste avdelingsvinner i avdeling A-C og vinner av avdeling D spiller kvalifiseringskamp om opprykk.

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.