



GÖTEBORG
Sim

PM

SUM-SIM Region

Grattis till att du har kvalificerat dig till SUM-SIM Region.

Detta är ett stort steg i er simmarkarriär.

- Datum:** 12 – 13 november
- Plats:** Valhallabadet, 25 meter, 8 banor,
- Tider:**
- | | | | |
|---------|-----------------------|-------------------|-------------|
| Lördag: | <u>Pass 1:</u> | Insim 07.30-08.45 | start 09.00 |
| | <u>Pass 2:</u> | Insim 14.30-15.45 | start 16.00 |
| Söndag: | <u>Pass 3:</u> | Läs Pass 1 | |
| | <u>Pass 4:</u> | Läs Pass 2 | |
- Tränare:** Claire Vilshed
Zaklina Musial
Malin Kaldrup
Ann Mårdbrink
- Strykningar:** Skall göras till Pass 1 **senast fredagen den 11 november kl. 17.00.**
Till Pass 2, 3 och 4 görs strykningarna senast 30 minuter efter föregående pass är slut.
Alla strykningar skall göras på Tränar-APP:en.
OBS! Glöm inte att stryka även reserverna.
Vid sen strykning och tom bana utgår en straffavgift på 300 kr/start.
- Tekniskmöte:** Tekniskt möte lördagen den 12 november kl. 08.00 i fontänrummet. Ann går på mötet.
- Tränarmöte:** Söndagen den 13 november i fontänrummet i direkt anslutning till avslutat Pass 3. Claire går på detta mötet.
- Lagkapper:** Ni får information från era tränare om ni skall vara med i något lag.
- Funktionärer:** Har ni ännu inte anmält er som funktionär skall ni maila till kansli@vssf.nu **senast onsdag den 9 november.**
Funktionärssamling är 45 min. innan varje tävlingspass startar.
Ställer man upp två pass under en dag blir man bjuden på lunch och gratis parkering.

- Avsimning:** Sker på anvisade banor i 50:an.
- Reserver:** **Viktigt att ni går in på Livetimingen för att se om ni är reserv på någon gren.**
- Invigning:** Det skall var en deltagare på plats mellan 25/50:an för en inmarsch kl. 08.45.
- Genomförande:** Hängande start förutom i ryggsimmet.
- Åldersklasser:**
- | | |
|------------|---------------|
| 16 år | = 2006 |
| 15 år | = 2007 |
| 13 – 14 år | = 2008 – 2009 |
- Prisutdelning:**
- Prisutdelning efter gren 6 för grenarna 1 – 6
 - Prisutdelning efter gren 14 för grenarna 7 – 14
 - Prisutdelning efter gren 20 för grenarna 15 – 20
 - Prisutdelning efter gren 28 för grenarna 21 – 28
 - Prisutdelning efter gren 34 för grenarna 29 – 34
 - Prisutdelning efter gren 40 för grenarna 35 – 40
 - Prisutdelning efter gren 46 för grenarna 41 – 46
 - Prisutdelning efter gren 52 för grenarna 47 – 52
 - Prisutdelning efter gren 58 för grenarna 53 – 58
 - Prisutdelning efter gren 64 för grenarna 59 – 64
 - Prisutdelning efter gren 70 för grenarna 65 – 70
 - Prisutdelning efter gren 78 för grenarna 71 – 78
- Övrigt:** Vi träffas 15 minuter innan första start för en samling och hejaramsa.

LYCKA TILL!



GÖTEBORG
Sim