

Tävlings-PM för Mix Megapol Simcup 28-29/9

TÄVLINGSTIDER	Pass 1 kl 10.00-12:30 (Insim 09.00-09.45) Pass 2 kl 15.00-17:45 (Insim 14.00-14.45) Pass 3 kl 09.00-11:15 (Insim 08.00-08.45)	
GRENORDNING	Se sida 2	
TEKNISKT MÖTE	Lördag kl 09:10 i trapphuset med en representant från varje förening.	
PRISUTDELNINGAR	Pass 1 - Efter gren 10,16 och 18 Pass 2 - Efter gren 20, 30 och 36 Pass 3 - Efter gren 46, 52 och 53	
INPASSERINGSKORT	När ni anländer kommer ni att få inpasseringskort som fungerar hela helgen.	
OMKLÄDNING	Sker i omklädningsrum på entréplan. Det finns skåp i och utanför omklädningsrummet som fungerar med <u>hänglås</u> . ESK eller Vattenpalatset ansvarar inte för stulna kläder eller värdesaker.	
OBS!	Vistelse i simhallen med ytterskor och ytterkläder är strängt förbjudet enligt Vattenpalatsets regler, vänligen respektera det. På läktaren går det bra att bära ytterkläder.	
EFTERANMÄLNINGAR	Via OCTO fram till fredag 27/9 kl 12:00 mot dubbel avgift.	
STRYKNINGAR	Strykningar till Pass 1 via mail esk.tavling@sormland.rf.se senast fredag 27/9 kl 12:00. Strykningar till övriga pass ska vara inlämnade på blankett i samband med föregående pass slut.	
LAGUPPSTÄLLNINGAR	Ska vara inlämnade till sekretariatet senast 1 timme innan resp passet startar.	
FÖRSÄLJNING	Swimnet och Olander finns på plats med ett stort sortiment.	
MAT	Maten serveras i Sporthallen som ligger precis bredvid simhallen. Matbiljetter ligger i klubbbacken som finns i trapphuset på läktarplan. Fredag Middag kl 18:00 Lördag Frukost kl 08:00 / Lunch kl 12:00 / Middag kl 17:30 Söndag Frukost kl 07:00 / Lunch kl 11:15 /	
Megapoolparty:	Insläpp sker kl 18:30 och det slutar kl 20:00. Strandcaféet håller öppet under tiden.	
UPPLYSNINGAR	<u>Anmälningar/OCTO</u> Sven-Åke Gustafsson, tävlingssekreterare 0705-11 67 92 esk.tavling@sormland.rf.se www.livetiming.se	<u>Övrigt</u> Christoffer Andersson, kansli 016-51 81 67 / 0704 78 09 06 christoffer@sormland.rf.se www.eskilstunasimklubb.se



TÄVLINGSKLASSER & GRENORDNING

Pass 1 kl 10:00 Insim kl 09:00-09:45

01.	50 m	Frisim	P-A-13
02.	50 m	Frisim	F-A-13
03.	50 m	Frisim	P-B-12
04.	50 m	Frisim	F-B-12
05.	50 m	Frisim	P-C-11
06.	50 m	Frisim	F-C-11
07.	50 m	Frisim	P-D-10
08.	50 m	Frisim	F-D-10
09.	50 m	Frisim	P-E-9 oy
10.	50 m	Frisim	F-E-9 oy
11.	100 m	Medley	P-A-13
12.	100 m	Medley	F-A-13
13.	50 m	Bröstsims	P-B-12
14.	50 m	Bröstsims	F-B-12
15.	50 m	Fjärilsim	P-C-11 oy
16.	50 m	Fjärilsim	F-C-11 oy
17.	4x50 m	Medley	"Mix-Race", 12-13
18.	4x50 m	Medley	"Mix-Race", 11 oy

Pass 2, kl 15:00 Insim kl 14:00-14:45

19.	4x 50 m	Frisim	"Mix-Race", 11 oy
20.	4x50 m	Frisim	"Mix-Race", 12-13 oy
21.	50 m	Bröstsims	P-E-9 oy
22.	50 m	Bröstsims	F-E-9 oy
23.	50 m	Ryggsim	P-D-10
24.	50 m	Ryggsim	F-D-10
25.	50 m	Bröstsims	P-C-11
26.	50 m	Bröstsims	F-C-11
27.	100 m	Medley	P-B-12
28.	100 m	Medley	F-B-12
29.	100 m	Bröstsims	P-A-13
30.	100 m	Bröstsims	F-A-13
31.	100 m	Medley	P-C-11 oy
32.	100 m	Medley	F-C-11 oy
33.	50 m	Ryggsim	P-B-12
34.	50 m	Ryggsim	F-B-12
35.	50 m	Fjärilsim	P-A-13
36.	50 m	Fjärilsim	F-A-13

Pass 3 kl 09:00 Insim kl 08:00-08:45

37.	50 m	Ryggsim	P-E-9 oy
38.	50 m	Ryggsim	F-E-9 oy
39.	50 m	Bröstsims	P-D-10
40.	50 m	Bröstsims	F-D-10
41.	50 m	Ryggsim	P-C-11
42.	50 m	Ryggsim	F-C-11
43.	100 m	Bröstsims	P-B-12
44.	100 m	Bröstsims	F-B-12
45.	50 m	Ryggsim	P-A-13
46.	50 m	Ryggsim	F-A-13
47.	100 m	Bröstsims	P-C-11 oy
48.	100 m	Bröstsims	F-C-11 oy
49.	50 m	Fjärilsim	P-B-12
50.	50 m	Fjärilsim	F-B-12
51.	50 m	Bröstsims	P-A-13
52.	50 m	Bröstsims	F-A-13
53.	10x50 m	Frisim	"Mix-Race", 1 pojke och en flicka från varje åldersklass, yngre får ersätta äldre.

Tävlingsklasser

A – 13 år	(-00)
B – 12 år	(-01)
C – 11 år	(-02)
D – 10 år	(-03)
E – 9 år oy	(-04 oy)

Prisutdelningar

Se understryknignar

Mix-lagkapperna

4x50 mixas med pojke/flicka i valfri ordning.
10x50 mixas med 1 flicka och 1 pojke från varje åldersklass där yngsta flicka börjar och som följs av yngsta kille osv.

Yngre får ersätta äldre men dubbling är inte tillåten i 4x50.

