



**Mellansvenska Simförbundet
och
Simklubben ENA
inbjuder till**

**Ungdoms GP 1 & ENA-sprinten 2016
Lördag 30/1 och Söndag 31/1 2016**

Tävlingen:

UGP: vänder sig till alla simmare i ungdomsåldersklasserna.

Tävlingen **UGP** kan i sin helhet ses som en del av träningsupplägget för aktuella åldrar, med många tävlingslopp och olika tävlingsdistanser.

ENA-sprinten: vänder sig till simmare i ungdomsåldersklasserna.

I tävlingen simmas 50 meter av alla fyra simsätt. Det står simmarna fritt att delta i de grenar/simsätt som han eller hon önskar. De tre bästa resultaten (FINA poängberäknade) för respektive simmare räknas.

Se bifogad grenordning.

Tävlingen kommer att kunna följas via Live Timing

Plats: Idrottshuset, Torggatan 2 Enköping.

Tider:	Insim	Start
Pass 1 Lördag 30/1	08.50 -09.50	10.00
Pass 2 Lördag 30/1	14.50 -15.50	16.00
Pass 3 Söndag 31/1	07.50 -08.50	09.00
Pass 4 Söndag 31/1	13.50 -14.50	15.00

Startavgift:

Startavgiften är 55: -/start. Efteranmälningsavgiften är 100:-/start.

Anmälan:

Anmälan skall vara Mellansvenska Simförbundet tillhanda senast **Fredag 15/1**. Anmälan görs via [OCTO Anmälan](#). Anmälningsavgiften faktureras i efterhand.

Grenfil finns på vår hemsida www.simklubbenena.se. Start- och resultatlista kommer att finnas på vår hemsida, samt på livetiming.

Efteranmälan:

Efteranmälan kan göras på [OCTO Anmälan](#), eller via e-post senast **Torsdag 28/1 klockan 12.00**, och mot dubbel anmälningsavgift. Efteranmälda simmare seedas in sist i startlistan.



Priser:

UGP: Medaljer delas ut till de tre främsta flickorna och pojkarna i respektive ålder och gren.

ENA-sprinten: Priser delas ut till de pojkar och flickor i varje åldersklass som har simmat ihop de tre högsta FINA-poängen. Samt till bästa klubb!

Mat och Logi:

För de föreningar som önskar mat och logi i samband med tävlingarna, se bilaga.

Information:

Simklubben ENA

Hemsida: www.simklubbenena.se

E-post: info@simklubbenena.se

Mellansvenska Simförbundet

E-post: tavling.mssf@vstm.rf.se

Sven-Åke Gustafsson: 070-511 67 92



GRENORDNING UGP 1 2016

Klasser: **A:** 16-18 år
 B: 15 år
 C: 14 år
 D: 13 år och yngre

Grenar: **Frisim** 100, 200, 400, 800, 1500
 Ryggsim 100, 200
 Bröstsimsim 100, 200
 Fjärilsim 100, 200
 Medley 200, 400

Pass 1(UGP):

1 100 frisim Damer
2 800 frisim Herrar
3 200 fjärilsim Damer
4 100 fjärilsim Herrar

Pass 2(UGP):

5 200 ryggsim Herrar
6 100 ryggsim Damer
7 200 frisim Herrar
8 200 medley Damer
9 400 medley Herrar

Pass 3(UGP):

10 100 bröstsim Herrar
11 200 bröstsim Damer
12 400 frisim Herrar
13 1500 frisim Damer



GRENORDNING ENA-sprinten 2016

<u>Klasser:</u>	A:	16-18 år
	B:	15 år
	C:	14 år
	D:	13 år
	E:	12 år
	F:	11 år och yngre

<u>Grenar:</u>	Fjärilsim	50
	Ryggsim	50
	Bröstsिम	50
	Frisim	50

Pass 4(ENA-sprinten):

14 50 fjärilsim Herrar
15 50 fjärilsim Damer
16 50 ryggsim Herrar
17 50 ryggsim Damer
18 50 bröstsim Herrar
19 50 bröstsim Damer
20 50 frisim Herrar
21 50 frisim Damer



Genom Simklubben ENA kan ni boka övernattnig i skolsal och måltider. Hotell eller vandrarhem bokar ni direkt hos respektive hotell eller vandrarhem.

Skolsal: Hårt underlag - klassrum. Per natt 100 kr/person.

Måltider Lördag/Söndag: Serveras i skolans matsal.

Frukost 30 kr/person, lunch/middag 70 kr/person, Mellanmål 25 kr

Bokningar görs via e-post info@simklubbenena.se **senast 22/1**.

Ange tydligt antal personer, klubb och eventuella allergier samt kontaktperson med mobiltelefon.

Middag kan erbjudas även på Fredagen, då i Bowlinghallen vid simhallen.

Hotell:

FIRST HOTEL PARK ASTORIA, Telefon 0171 478080 www.firsthotels.se

Erbjuder sportpris på 700 kr i enkelrum & 800 kr i tvåbäddsrum.

Priserna är inkl. frukost.

Hotell Kompassen, Telefon 0171-15 33 90 www.kompassenkonferens.se/hotell

Vandranhem:

Pensionat Närheten, Telefon 072 231 22 20 www.pensionatnarheten.se

100 kr per rum i rabatt vid bokning mot lösenordet enasim . Om en förening bokar alla rum (15 bäddar) blir priset 350kr/pers.

Rickeby Rum & Frukost, Telefon [070-6688814](tel:070-6688814) www.allarum.se/visit/rickeby-rum-och-halsa

Varmt välkomna till Sveriges Närmaste Stad!