



ÖSTSVENSKA SIMFÖRBUNDET och LJUNGBY SIMSÄLLSKAP  
INBJUDER TILL ÖSTSVENSKA MÄSTERSKAPEN(DM/JDM) och  
UNGDOMS GRAND PRIX 3



- Plats:** Kronoskogsbadet, Ljungby 8x50m.
- Tävlingsdatum:** 11-12 juni 2016
- Tävlingstider:** Lördag 11/6 pass 1: Insim kl.09.00 Tävlingsstart kl. 10.00  
Lördag 11/6 pass 2: Insim kl.15.00 Tävlingsstart kl. 16.00  
  
Söndag 12/6 pass 3: Insim kl.08.00 Tävlingsstart kl. 09.00  
Söndag 12/6 pass 4: Insim kl.14.00 Tävlingsstart kl. 15.00
- Anmälan:** **Anmälan skall göras till via OCTO statistik skall vara Ljungby Simsällskap tillhanda senast måndagen 30 maj.**
- Observera: Seedning görs efter anmälningstider enligt simförbundets seedningsregler. Detta innebär att samtliga med anmälningstid i 25 metersbassäng seedas sist i startlistan! Simmare som är kvalad på en distans i ett simsätt äger rätt att ställa upp på övriga distanser i samma simsätt.
- Simmare som anmäler sig till UGP och ej är JDM/DM kvalad äger enbart rätt till att anmäla sig till grenar som tillhör UGP programmet**
- ( Alla distanser förutom 50 meters distanserna och lagkapperna.)**
- Klubbar som ej tillhör Östsvenska Simförbundet äger rätt att delta på alla UGP distanser, men inte på DM/JDM distanserna.
- Anmälningsavgift:** 60:- per individuell startanmälan och 70:- per laganmälan. Fakturering av tävlingen sker i efterhand
- Startlista:** Publiceras på livetiming.se
- Lagsim:** Laguppställningarna skall inlämnas i tävlingsbyrån senast en timme före tävlingspassets början. Angiven startordning får ej ändras. Alla klubbar har rätt att delta med ett lag/gren även om kvalltiden inte är uppnådd. Om klubben anmäler fler än ett lag/gren ska alla lag ha uppnått kvalltiden.

**Poängberäkning:** DM - 42, 33, 30, 27, 24, 21, 18, 15, 12, 9, 6, 3 dubbla poäng i lagkapper.

JDM – 28, 22, 20, 18, 16, 14, 12, 10, 8, 6, 4, 2.

Poängberäkning kommer presenteras efter tävlingens slut.

**Avanmälan:** Vi tar emot avanmälningar t o m fredag 10 juni kl. 12.00 till Bertil Andersson på [ba.lby@telia.com](mailto:ba.lby@telia.com) . Därefter senast en timme före tävlingspassets början. Avanmälan och laguppställningar skall inlämnas senast en timma före tävlingspassets start. Vid försen avanmälan, tom bana eller försent inlämnad lagblankett, har arrangerande klubb rätt att ta ut en avgift på 300kr/start.

**Efteranmälan:** Efteranmälningar är tillåten fram till fredagen 10 juni kl 12.00 mot dubbel startavgift. Simmaren seedas in som ordinarie simmare. Efteranmälan görs genom genom Octos statistik .

**Priser DM/JDM:** RF:s stora DM/JDM-medaljer utdelas till placering 1-3 individuellt. I lagkapper delas en stor DM/JDM medalj ut till segrande klubbar och små medaljer till lagsimmarna.

**Åldersklasser JDM/DM:** Junior DM: 0-20 år                      Senior DM: 0-99 år

**Priser UGP:** Delas ut till placering 1-3

**Åldersklasser UGP:** **A:**16-18år **B:**15år **C:**14år **D:**13år & yngre

**Funktionärer:** Arrangörsförening förbehåller sig rätten att begära hjälp med funktionärsbesättning i enlighet med beslut i Östsvenska Simförbundet.

**Anmälan Mat & logi:** Mat: Lunch 85:- erbjuds och kommer serveras inom 3min gångavstånd från badet.

Logi: Vi kan erbjuda skolsalsboende för 100:- person/natt,dock begränsat antal platser.

Vi vill ha er beställning i samband med er anmälan den 30 maj

**Upplysningar o Telefon :** Ljungby Simsällskap [ljungbyss@live.se](mailto:ljungbyss@live.se) 0722-182007

**Observera att seedning görs efter anmälningstider enligt Svenska Simförbundets seedningsregler, inga omräkningar av tider kommer att ske.**

Alla klubbar har rätt att delta med ett lag/gren även om kvaltiden inte är uppnådd. Om klubben anmäler fler än ett lag/gren ska alla lag ha uppnått kvaltiden.

**50/100/200 m frisim:** Simmare som är DM/J DM kvalad på enbart 50, 100 eller 200 frisim får simma samtliga tre distanser.

**400/800/1500m frisim:** Simmare som är DM/J DM kvalad på enbart 400, 800 eller 1500 frisim får simma samtliga tre distanser. Heatbegränsning till 3 heat/gren gäller med undantag om flera simmare klarat kvaltiden i respektive gren än vad som ryms inom 3 heat.

**50/100/200 m rygg-, fjäril- & bröst- sim:** Simmare som är DM/J DM kvalad på enbart 50, 100 eller 200 fjäril-, rygg- eller bröstsim får simma samtliga tre distanser i respektive simsätt.

**200/400 m medley:** Simmare som är DM/J DM kvalad på enbart 200 eller 400 medley får simma båda två distanserna.

# Lördag 11 juni

## Pass 1 Lördag 10.00

200 frisim	damer	DM/JDM/UGP
400 medley	herrar	DM/JDM/UGP
100 ryggsim	damer	DM/JDM/UGP
100 frisim	herrar	DM/JDM/UGP
50 bröstsim	damer	DM/JDM
100 bröstsim	herrar	DM/JDM/UGP
200 fjärilsim	damer	DM/JDM/UGP
50 ryggsim	herrar	DM/JDM
4x100 medley	damer	DM
4x200 frisim	herrar	DM
1500 frisim	damer	DM/JDM/UGP

## Pass 2 Lördag 16.00

200 frisim	herrar	DM/JDM/UGP
400 medley	damer	DM/JDM/UGP
100 ryggsim	herrar	DM/JDM/UGP
100 frisim	damer	DM/JDM/UGP
50 bröstsim	herrar	DM/JDM
100 bröstsim	damer	DM/JDM/UGP
200 fjärilsim	herrar	DM/JDM/UGP
50 ryggsim	damer	DM/JDM
4x100 medley	herrar	DM
4x200 frisim	damer	DM
1500 frisim	herrar	DM/JDM/UGP

# Söndag 12 juni

## Pass 3 Söndag 09.00

4x100 frisim	herrar	DM
400 frisim	damer	DM/JDM/UGP
200 ryggsim	herrar	DM/JDM/UGP
200 bröstsim	damer	DM/JDM/UGP
50 fjärilsim	herrar	DM/JDM
50 frisim	damer	DM/JDM
200 medley	herrar	DM/JDM/UGP
100 fjärilsim	damer	DM/JDM/UGP
800 frisim	herrar	DM/JDM/UGP

## Pass 4 Söndag 15.00

4x100 frisim	damer	DM
400 frisim	herrar	DM/JDM/UGP
200 ryggsim	damer	DM/JDM/UGP
200 bröstsim	herrar	DM/JDM/UGP
50 fjärilsim	damer	DM/JDM
50 frisim	herrar	DM/JDM
200 medley	damer	DM/JDM/UGP
100 fjärilsim	herrar	DM/JDM/UGP
800 frisim	damer	DM/JDM/UGP

<b>JDM/DM</b>	<b>Damer</b>			<b>Herrar</b>	
	<b>25m</b>	<b>50m</b>		<b>25m</b>	<b>50m</b>
<b>50m fr</b>	00:29,99	00:30,96		00:26,84	00:27,96
<b>100m fr</b>	01:05,01	01:06,81		00:58,33	01:00,73
<b>200m fr</b>	02:20,98	02:25,50		02:08,44	02:13,92
<b>400m fr</b>	05:01,60	05:09,99		04:37,53	04:48,36
<b>800m fr</b>	10:26,04	10:49,96		09:58,83	10:23,33
<b>1500m fr</b>	20:11,28	20:53,46		18:44,21	19:37,67
<b>50m br</b>	00:37,96	00:39,17		00:34,05	00:35,18
<b>100m br</b>	01:22,02	01:25,60		01:13,99	01:17,06
<b>200m br</b>	02:57,94	03:06,93		02:41,85	02:49,81
<b>50m ry</b>	00:34,03	00:35,61		00:30,79	00:32,62
<b>100m ry</b>	01:12,80	01:16,20		01:05,80	01:10,05
<b>200m ry</b>	02:38,93	02:45,82		02:24,98	02:34,50
<b>50m fj</b>	00:32,37	00:32,94		00:29,29	00:29,89
<b>100m fj</b>	01:11,97	01:13,95		01:04,38	01:06,63
<b>200m fj</b>	02:41,62	02:47,75		02:26,94	02:33,38
<b>100m me</b>	01:14,51	-		01:07,13	-
<b>200m me</b>	02:40,27	02:45,96		02:25,41	02:32,22
<b>400 m me</b>	05:42,91	05:57,54		05:16,09	05:33,38
<b>4x50m fr</b>	02:04,19	02:08,06		01:50,86	01:55,08
<b>4x100m fr</b>	04:32,36	04:39,57		04:02,38	04:11,99
<b>4x200m fr</b>	10:00,40	10:18,45		09:07,73	09:23,73
<b>4x50m me</b>	02:17,70	02:22,03		02:03,53	02:08,19
<b>4x100m me</b>	05:03,57	05:14,31		04:32,06	04:42,25