



VILUNDA
KNATTE



PM ARENA Vilunda Knatte

Väsby SS hälsar Er välkomna till Vilundabadet den 26-27 Mars 2022!

TÄVLINGSPLATS	Vilundabadet. 25m-bassäng, 8 banor.
DATUM	Lördagen 26 mars, söndagen den 27 mars 2022.
TIDER	Pass 1 lördag: Insim 08.00 Tävling 09.00 Pass 2 lördag: Insim 14.00 Tävling 15.00 Pass 3 söndag: Insim 08.00 Tävling 09.00 Pass 4 söndag: Insim 14.00 Tävling 15.00

OBS! Insläpp 07.45 Fm-pass (pass 1 och 3)

KLASSER	Klass A. 12 år, född 2010. Klass B. 11 år, född 2011. Klass C. 10 år, född 2012 och senare
OMKLÄDNING	Omklädning sker i Vilundabadets omklädningsrum. Det går inte att låsa skåp med hänglås då skåpen är gjorda för att låsa med ett band. Band kommer finnas att hyra av medley för 50 kr (endast för att låsa skåpet). Föreningar som tränar på andra medley anläggningar med nya skåp kan möjligtvis låsa skåp med sina vanliga band.
STARTLISTA	Startlistan finns publicerad på www.livetiming.se
STRYKNINGAR	Tidiga strykningar kan mejlas in till it@vss.se tom torsdag 24 mars 2022 klockan 12.00 På tävlingsdagen skall strykningen ske senast en (1) timme före respektive tävlingspass början. Strykningar lämnas i tränarappen. Lagkapps uppställningar/ändringar skall lämnas in via tränarappen senast (1) timme innan tävlingspass. Inloggningsuppgifter till tränarappen mejlas till deltagande klubbar inför tävlingen.
UPPLYSNINGAR	Anton Widholm, widholmanton@gmail.com .
ENTRÉ	Entré för simmare och publik sker genom vilundabadets huvudentré.
FÖRSÄLJNING	Försäljning av simartiklar från ARENA finns i shopen som håller till inne i simhallen. Det går endast att betala med Swish. Under helgen kommer Arena vara på plats för att sälja simartiklar.
HEATLISTOR	Varje klubb kan hämta heatlistor vid sekretariatet som finns på övre läktaren. Heatlistor kommer också att anslås i simhallen.
Tränarmöte	30 minuter innan tävlingsstart är det tränarmöte i korridoren intill undervisnings bassängerna



**VILUNDA
KNATTE**



Renovering

En renovering sker i äventyrsbadet och därav kan ingen vistas där.

TIDTAGNING

Helautomatisk tidtagning.

CAFETERIA

Försäljning av förtäring kommer att finnas.

Avsim

Inget avsim kommer finnas tillgänglig under tävling då det pågår simskola och renovering av bassänger.

ÖVRIGT

Under tävlingen skall pooldeck vara fritt från andra än de som skall simma i de kommande två heaten. Hängande start kommer att tillämpas förutom vid 25m grenarna där alla går upp efter att de gått i mål. Ryggsimsstegar kommer ej att tillämpas.



VILUNDA
KNATTE



GRENORDNING

Pass 1 Lördag 26/3

Insim 08.00 Tävlning 09.00

1. 400 Fr fl A
2. 400 Fr po A
3. 50 Ry fl C
4. 50 Ry po C
5. 50 Ry fl A
6. 50 Ry po A
7. 100 Ry fl B
8. 100 Ry po B
- 10 minuter paus*
9. 50 Fr fl C
10. 50 Fr po C
11. 100 Br fl A
12. 100 Br po A
13. 50 Br fl C
14. 50 Br po C
15. 100 Br fl B
16. 100 Br po B

Pass 3 Söndag 27/3

Insim 08.00 Tävlning 09.00

32. 4x50 Fr fl A-B
33. 4x50 Fr po A-B
- 5 minuter paus*
34. 200 Fr fl A
35. 200 Fr po A
36. 50 Fj fl B
37. 50 Fj po B
38. 50 Fj fl A
39. 50 Fj po A
- 10 minuter paus*
40. 50 Br fl B
41. 50 Br po B
42. 100 Me fl A
43. 100 Me po A
44. 100 Fr fl B
45. 100 Fr po B

Pass 2 Lördag 26/3

Insim 14.00 Tävlning 15.00

17. 4x50 Fr mix C
- 5 minuter paus*
18. 100 Fj fl A
19. 100 Fj po A
20. 25 Fj fl C
21. 25 Fj po C
22. 25 Ry fl C
23. 25 Ry po C
- 10 minuter paus*
24. 25 Br fl C
25. 25 Br po C
26. 25 Fr fl C
27. 25 Fr po C
28. 200 Me fl A
29. 200 Me po A
30. 100 Me fl C
31. 100 Me po C

Pass 4 Söndag 27/3

Insim 14.00 Tävlning 15.00

46. 4x50 Me fl A-B
47. 4x50 Me po A-B
- 5 minuter paus*
48. 50 Ry fl B
49. 50 Ry po B
50. 100 Ry fl A
51. 100 Ry po A
52. 100 Me fl B
53. 100 Me po B
- 10 minuter paus*
54. 100 Fr fl A
55. 100 Fr po A
56. 50 Fr fl B
57. 50 Fr po B
58. 50 Br fl A
59. 50 Br po A



**VILUNDA
KNATTE**



Gren 17 4x50 Frisim mix C. Varje lag ska bestå av två flickor och två pojkar i åldrarna 2012 eller yngre.

Gren 32 och 33 4x50 Frisim A-B. Varje lag ska bestå av fyra simmare i åldrarna 2010 eller 2011.

Gren 46 och 47 4x50 Medley A-B. Varje lag ska bestå av fyra simmare i åldrarna 2010 eller 2011.