



**ÖSTSVENSKA SIMFÖRBUNDET**

TILLSAMMANS MED



## **BJUDER IN TILL UGP 1**

**Datum:** 27-28 januari 2024

**Plats:** Actic Växjö Simhall, 25m x 7 banor

**Åldersklasser:** A: 18 år oä, B: 17 år, C: 16 år, D: 15 år, E: 14 år, F: 13 år, G: 12oy.

**Tävlingstider:**

	<b>INSIM</b>	<b>TÄVLINGSSTART</b>
<b>PASS 1</b>	09.00	10.00
<b>PASS 2</b>	15.00	16.00
<b>PASS 3</b>	09.00	10.00
<b>PASS 4</b>	15.00	16.00

**Priser:** UGP-medaljer till de tre främsta i åldersklasserna A-F. Deltagarmedalj till klass G. 50-sträckorna och 100m medley är en del av UGP-Extra och körs i öppen klass.

**Anmälan:** Anmälan görs via tempus anmälan [www.tempusanmalan.se](http://www.tempusanmalan.se).

Sista anmälningdag är söndagen 14 januari 2024. Det finns två tävlingar på Tempus, en öppen och en stängd. Ni skall anmäla till den som är öppen.

OBS: \*En simmare får inte delta i både 800 och 1500 frisim.

**Anmälningavgift:** 65 kronor per start

**Efteranmälan:** Görs i mån av plats mot dubbel avgift senast fredagen den 20 januari.

**Startlista/Resultat:** Kommer att finnas tillgänglig via [www.livetiming.se](http://www.livetiming.se)

Startlistan kommer att vara tillgänglig senast tisdagen den 16 januari.

**Mat & Logi:**

**Bokas senast söndagen den 14 januari.** För tillgängliga alternativ och priser, se sista sidan.

**Transport:**

Från många städer är det enkelt att nå Växjö via tåg. Centralstationen ligger enbart 10 minuters promenad från badet.

**Frågor:**

Hänvisas till [tavling@vaxjosimsallskap.com](mailto:tavling@vaxjosimsallskap.com).

## GRENORDNING

PASS 1 LÖRDAG FM		
101	50m fjärilsim	damer
102	50m ryggsim	herrar
1	200m frisim	damer
2	100m fjärilsim	herrar
3	100m bröstsim	damer
PAUS		
4	200m bröstsim	herrar
5	400m medley	damer
6	1500m frisim*	herrar
7	800m frisim*	damer

PASS 3 SÖNDAG FM		
106	50m fjärilsim	herrar
107	50m ryggsim	damer
14	200m frisim	herrar
15	100m fjärilsim	damer
16	100m bröstsim	herrar
PAUS		
17	200m bröstsim	damer
18	400m medley	herrar
19	1500m frisim*	damer
20	800m frisim*	herrar

PASS 2 LÖRDAG EM		
103	50m bröstsim	damer
104	50m frisim	herrar
8	200m fjärilsim	damer
9	200m medley	herrar
10	400m frisim	damer
PAUS		
11	100m ryggsim	herrar
12	200m ryggsim	damer
13	100m frisim	herrar
105	100m medley	damer

PASS 4 SÖNDAG EM		
108	50m bröstsim	herrar
109	50m frisim	damer
21	200m fjärilsim	herrar
22	200m medley	damer
23	400m frisim	herrar
PAUS		
24	100m ryggsim	damer
25	200m ryggsim	herrar
26	100m frisim	damer
110	100m medley	herrar

\*På distanserna 400, 800 och 1500 frisim rekommenderas två simmare per bana för att hålla ner längden på passen.

# MAT OCH LOGI

**BOKNING** av mat och logi görs i samband med tävlingsanmälan, senast söndagen den 14 januari. Det finns ingen möjlighet att lägga till vare sig mat- eller logibokningar efter detta datum. Från och med den 14 januari är bokningen bindande.

Bokningen för både mat och logi mejlas till [tavling@vaxjosimsallskap.com](mailto:tavling@vaxjosimsallskap.com). Vid bokning av mat ber vi er uppge eventuella allergier eller specialkost.

## **MAT**

Vi erbjuder lunchservering av husmanskost på Avokado salladsbar, foajén i badet på lördagen och söndagen.

Kostnaden per lunch är 115 kronor.

Vi erbjuder även middagsservering på Avokado salladsbar i Växjö Simhall under lördagen.

Kostnaden per middag är 115 kronor.

Vid bokning av mat behöver ni ange önskat antal luncher och middagar på lördagen.

OBS: Glöm inte att specificera eventuella specialkost.

## **LOGI**

Vi erbjuder boende med hårdförläggning på Teknikum i Växjö, antingen från lördag-söndag. Kostnaden per natt är 250 kronor/person inklusive frukost som sker som vanligt i simhallsfoajén.

**FRÅGOR:** Hänvisas till [tavling@vaxjosimsallskap.com](mailto:tavling@vaxjosimsallskap.com)

