



PM

Vårsimiaden 2023

Datum	6-7 maj 2023
Platser	Vilundabadet, Upplands Väsby, 25m, 8 banor.
Tävlingstider	Lördag pass 1, insim kl. 08.00 – 08.45, start kl. 09.00 pass 2, insim kl. 13:00 – 13:45, start kl. 14:00 Söndag pass 3, insim kl. 08.00 – 08.45, start kl. 09.00 pass 4, insim kl. 13:00 – 13:45, start kl. 14:00 Insläpp sker 07:45 i Vilundasbadets entré.
Deltagande klubbar	Danderyd, Järfälla, Norrtälje, SS04, Spårvägen, SKK, Tureberg, Täby, Väsby, Wisby, Åkersberga.
Strykningar	Lämnas till och med den 4 maj till post@stockholmsim.se därefter lämnas dem senast 1h innan respektive tävlingspass i tränarappen eller sekretariatet. Strykningsapp kommer användas. För strykning därefter eller DNS uttas en avgift av 300 kr per start.
Lagkapper	Laguppställningar lämnas in i appen eller på lagblankett senast 1 timme före start av respektive tävlingspass.
Heatlistor	Anslås i korridoren till simhallen och varje deltagande klubb kan hämta heatlistor i sekretariatet.
Resultat	Resultat anslås löpande i korridoren till simhallen samt på www.livetiming.se
Livetiming	Tävlingarna kan följas via www.livetiming.se
Priser	Alla simmare kommer att få ett deltagarpris.
Funktionärer	Samling 45 min innan tävlingsstart för varje pass vid Väsby's kansli i gamla hallen.
Ledarmöte	Hålls på lördag 6 maj kl. 08:30 i äventyrsbadet.
Ryggsimsplattform	Kommer inte att användas på tävlingen.
Ombyte	Vad gäller ombyte för simmarna kan de hyra ett band för 50:- från medleys reception till ett skåp att låsa in sina saker i under tävlingen. Annars ber vi alla deltagande klubbar att förvara sina väskor under tävlingsläktaren.
Fika	Fika kommer finnas för funktionärer och tränare mellan läktarna.



Övrigt

Vi råder alla deltagande klubbar att inte röra sig i undervisningsbassängerna, detta då det sker annan aktivitet där.

Upplysningar

Väsby Simsällskap, Anton Widholm, 070-8123873

aw@vss.se

Stockholms Simförbund, 010-476 53 29

post@stockholmsim.se

Grenordning

Pass 1

1	4x50m frisim	mix	10 år oy
2	4x50m medley	mix	11-12 år
	<i>10 min paus</i>		
3	50m ryggsim	mix	10 år oy
4	50m ryggsim	mix	11 år
	<i>10 min paus</i>		
5	100m bröstsim	mix	12 år
6	50m bröstsim	mix	10 år oy

Pass 2

7	4x50m medley	mix	10 år oy
8	100m medley	mix	12 år
9	100m medley	mix	11 år
10	100m medley	mix	10 år oy
11	100m frisim	mix	12 år
	<i>10 min paus</i>		
12	4x50m frisim	mix	11-12 år

Pass 3

13	100m fjärilsim	mix	12 år
14	50m frisim	mix	10 år oy
15	50m bröstsim	mix	11 år
16	25m fjärilsim	mix	10 år oy
	<i>10 min paus</i>		
17	200m frisim	mix	11 år
	<i>10 min paus</i>		
18	4x100m medley	mix	11-12år

Pass 4

19	50m fjärilsim	mix	11 år
20	200m frisim	mix	12 år
21	50m frisim	mix	11 år
22	100m ryggsim	mix	12 år
	<i>10 min paus</i>		
23	4x100m frisim	mix	11-12år

Välkomna!