

## Ett stort grattis till NM-uttagningen!

Här kommer lite information om vad som gäller för tävlingarna.

### Tävlingarna:

1-3 december i Laugardalslaug, Reykjavik, Island. (1 timme före Sverige) 25x50m-inomhusbassäng, 10 banor. Tävlingarna simmas på 25m bana på 8 banor.

Träning 30/11 17.00-19.30

Fredag 1/12 försök insim 07.30-08.50, start 09.00. Final insim 16.00-17.20, start 17.30

Lördag 1/12 försök insim 07.30-08.50, start 09.00. Final insim 16.00-17.20, start 17.30

Söndag 2/12 försök insim 07.30-08.50, start 09.00. Final insim 16.00-17.20, start 17.30

### Truppen samt vilka grenar respektive simmare är anmäld till (se grenordning):

#### Ansvarig ledare

Mikael Eriksson, Svenska Simförbundet, 0706120326

#### Avreseort

Stockholm

#### Tränare

Jenny Gustavsson, Spårvägen SF, 0739687780

Christian Johansson, Södertälje SS, 0760171814

David Söderstjerna, Landskrona S, 0733501988

Adam Schön, Sundsvalls S, 0768262622

#### Avreseort

Stockholm

Stockholm

Köpenhamn

Stockholm

#### Fysio

Linnéa Olsson, Malmö, 0766327129

Köpenhamn

#### Simmare

Juniorklassen – pojkar (14 år – 17 år, 00 – 03)

Oskar Iwarsson	Turebergs SK
Stefan Varga	Helsingborgs S
Gustav Persson	Helsingborgs S
Johan Rydahl	Karlstad SS
Marcus Holmquist	Jönköpings SS
Robin Hanson	Järfälla S
Melker Olsson	SK Elfsborg
Emil Hassling	Landskrona S
Linus Kahl	Landskrona S

#### Grenar

100, 200 fjäril
100, 200 rygg
100, 200 bröst
100, 200 frisim
100, 200 frisim
400, 1500 frisim
400, 1500 frisim
200, 400 medley
200, 400 medley

#### Avreseort

Stockholm
Köpenhamn
Köpenhamn
Köpenhamn
Köpenhamn
Stockholm
Köpenhamn
Köpenhamn
Köpenhamn

Juniorklassen – flickor (13 år – 16 år, 01 – 04)

Edith Jernstedt	Västerås SS	100, 200 fjäril	Stockholm
Trine Forss	Skövde SS	100, 200 rygg	Köpenhamn
Julia Månsson	Örebro SA	100, 200 bröst	Stockholm
Hanna Bergman	SK Poseidon	100, 200 frisim	Köpenhamn
Gloria Muzito	Sundsvalls SS	100, 200 frisim	Stockholm
Malin Eklund	Västerås SS	400, 800 frisim	Stockholm
Wilma Johansson	Jönköpings SS	200, 400 medley	Köpenhamn

Pre seniorklassen – pojkar (18 år och äldre, 99oä)

Albin Lövgren	Jönköpings SS	50, 100, 200 fjäril	Köpenhamn
Oskar Hoff	Landskrona S	50, 100 fjäril	Köpenhamn
Olle Sköld	Tyresö Simsällskap	50, 100, 200 ryggsim	Stockholm
Patric Ridell	SK Neptun	50, 100, 200 bröst	Stockholm
Daniel Kertes	Ängelholms SS	50, 100 bröst	Köpenhamn
Erik Brandt	Södertälje SS	50, 100, 200 frisim	Stockholm
Mattias Glenesk	SK Neptun	400, 1500 frisim	Stockholm
Anton Andersson	Linköpings ASS	100, 200 medley	Stockholm

Pre seniorklassen – flickor (17 år och äldre, 00oä)

Emilia Christiansen	Södertälje SS	50, 100, 200 fjäril	Stockholm
Miranda Arvidsson	Kalmar SS	50, 100, 200 rygg	Köpenhamn
Sara Wallberg	Norrköpings KK	50, 100, 200 bröst	Stockholm
Sofia Henell	Linköpings ASS	50, 100, 200 frisim	Stockholm
Emma Rotstam	Järfälla S	400, 800 frisim	Stockholm
Anna Miram	Väsby SS	200, 400 medley	Stockholm

Samtliga simmare är aktuella för lagkapper. Vem som simmar i respektive lagkapp bestäms på plats. Sverige kan delta med obegränsat antal i de individuella grenarna, vill någon simmare lägga till grenar, kontaktar simmarens tränare [mikael.eriksson@svensksimidrott.se](mailto:mikael.eriksson@svensksimidrott.se) snarast, anmälningarna skall vara arrangören tillhanda senast 18 november. Undertecknad ser positivt på om simmare vill lägga till grenar, dock måste de tillagda grenarna passa in i grenordningen för simmaren.

I lagkapperna gäller 1 lag per ålderskategori.

Max 2 simmare per ålderskategori i finalerna.

**Grenordning:**

Friday	Saturday	Sunday
1. 200m freestyle girls/women	15. 50m breaststroke women (Open)	27. 50m freestyle women (Open)
2. 200m freestyle boys/men	16. 50m breaststroke men (Open)	28. 50m freestyle men (Open)
3. 100m breaststroke girls/women	17. 100m freestyle girls/women	29. 200m backstroke girls/women
4. 100m breaststroke boys/men	18. 100m freestyle boys/men	30. 200m backstroke boys/men
5. 100m backstroke girls/women	19. 100m butterfly girls/women	31. 200m breaststroke girls/women
6. 100m backstroke boys/men	20. 100m butterfly boys/men	32. 200m breaststroke boys/men
7. 50m butterfly women (Open)	21. 400m medley girls/women	33. 400m freestyle girls/women
8. 50m butterfly men (Open)	22. 400m medley boys/men	34. 400m freestyle boys/men
9. 200m medley girls/women	23. 50m backstroke women (Open)	35. 200m butterfly girls/women
10. 200m medley boys/men	24. 50m backstroke men (Open)	36. 200m butterfly boys/men
11. 800m freestyle girls/women		
12. 1500m freestyle boys/men	15 minute break	15 minute break
15 minute break		
13. 4x100m freestyle girls/women	25. 4x200m freestyle girls/women	37. 4x100m medley girls/women
14. 4x100m freestyle boys/men	26. 4x200m freestyle boys/men	38. 4x100m medley boys/men
		39. 8x50m freestyle mixed

### Utrustning:

Ni som inte representerat Sverige under 2017 (VM, JVM, Universiaden) fyller i formulär på följande länk: <https://response.questback.com/idrott/nm2017> För er som representerat Sverige under 2017 (VM, JVM, Universiaden) och av någon anledning behöver kompletteringar, kontakta [mikael.eriksson@svensksimidrott.se](mailto:mikael.eriksson@svensksimidrott.se) innan ni beställer. Formuläret ska vara **ifyllt senast fredag 17 november**.

### Resa:

#### Flyg Köpenhamn – Keflavik - Köpenhamn

FI 205 30NOV CPHKEF Avresa 1255, landar 1510  
FI 204 04DEC KEFCPH Avresa 0745, landar 1145

#### Flyg Stockholm – Keflavik - Stockholm

FI 307 30NOV ARNKEF Avresa 1320, landar 1530  
FI 306 04DEC KEFARN Avresa 0735, landar 1130

#### Skövde tåg till/från Köpenhamn

05:49	Skövde Centralstation	10:13	Copenhagen Airport
12:42	Copenhagen Airport	17:36	Skövde Centralstation

#### Norrköping tåg till/från Arlanda

08:41	Norrköping Centralstation	11:10	Arlanda Norra station
12:50	Arlanda Norra station	15:25	Norrköping Centralstation

#### Kalmar tåg till/från Köpenhamn

06:00	Kalmar Centralstation	09:33	Copenhagen Airport
13:22	Copenhagen Airport	17:01	Kalmar Centralstation

#### Linköping tåg till/från Arlanda

08:00	Linköping Centralstation	10:25	Arlanda Norra station
12:50	Arlanda Norra station	15:52	Linköping Centralstation

#### Borås flyg till/från Köpenhamn (från Göteborg)

SK 443 GOT CPH 0940 1025  
SK 438 CPH GOT 1405 1500

#### Jönköping Flyg till/från Arlanda (från Jönköping)

2N1003 [30NOV](#) JKGARN [0730 0830](#)  
2N1006 [04DEC](#) ARNJKG 1430 1530

Resorna ovan mailas ut till berörda simmare. Samling 90 minuter före avgång på respektive flygplats. För er som åker tåg, var i tid!

**Kost och Logi:**

Grand Hotel Reykjavik, Sigtún 38, 105 Reykjavik inkl frukost. Middag från torsdag kväll till middag söndag kväll på Café Easy. Både hotellet och Café Easy ligger inom gångavstånd från simhallen. (ca 950 meter). Ni ansvarar själva för mellanmål under tävlingarna. Middagen på torsdag blir lite senare, så ta med något att äta under eftermiddagen. Eventuella matallergier, meddela [mikael.eriksson@svensksimidrott.se](mailto:mikael.eriksson@svensksimidrott.se) senast fredag 17 november.

**Målsättning:**

Målet är att ni kan upprepa eller simma fortare än ni tidigare gjort under hösten. Håll er friska och gör rätt val de kommande veckorna. Lycka till med träningen och förberedelserna mot NM.

**Spelregler:**

Du har genom din prestation kvalificerat dig för att representera Svensk Simidrott och Sverige. När du representerar landslaget ansvarar Svenska Simförbundet för verksamheten. Det är därför viktigt att du känner till, levererar och agerar utifrån våra gemensamma regler och den värdegrund som Svensk Simidrott står för. Du hittar dokumentet Välkommen till landslaget här:

<http://www.svensksimidrott.se/globalassets/svenska-simforbundet/dokument/valkommen-till-landslaget-2017.pdf>

Du som inte tidigare under 2017 representerat Svensk Simidrott behöver bekräfta att du har tagit del av dessa regler, riktlinjer och villkor samt att du kommer att följa dem. Det gör du på bifogat formulär.

Alla som tidigare inte heller gjort E-utbildningen Ren Vinnare behöver göra detta, den görs på följande länk: <http://www.renvinnare.se/>

**Kontaktpersoner:**

I fall att något händer dig och vi måste kontakta någon anhörig så måste du ange 2 kontaktpersoner. Det gör du på följande länk, gäller både simmare och ledare:

<https://response.questback.com/idrott/kontaktm17>

**Kostnad:**

Som tidigare meddelats på Svenska Simförbundets hemsida kommer en föreningskostnad på 2000: -/simmare att tas ut.

**Återigen grattis till NM-uttagningen!**

Frågor kontakta [mikael.eriksson@svensksimidrott.se](mailto:mikael.eriksson@svensksimidrott.se)