PM Mellansvenska GP (25m) 2026

Mellansvenska Simförbundet och Upsala Simsällskap hälsar aktiva och ledare välkomna till Mellansvenska GP 25 meter 2026. Inför tävlingen ber vi er ta del av följande information.

Plats:

Uppsala Simarena, Edith Södergransgata 12, 754 60 Uppsala

Parkering:

Det finns ett fåtal parkeringsplatser direkt utanför Uppsala Simarena, i övrigt hänvisar vi alla aktiva, ledare och besökare till den stora parkeringsplatsen kring IFU Arena. Därifrån är det ett kort gångavstånd till simarenan.

För föreningar som anländer till tävlingen med hyrd buss finns bussparkeringar i direkt anslutning till IFU Arena, på sidan som vetter mot Råbyvägen.

Tävlingstider:

Pass	Dag	Insim	Tävlingsstart
1	Lördag 19 september	08:30 – 09:45	10:00
2	Lördag 19 september	14:00 – 15:45	16:00
3	Söndag 20 september	07:40 – 08:45	09:00
4	Söndag 20 september	13:00 – 14:45	15:00

Entrédörrarna till Uppsala Simarena låses upp kl.07:30 lördag och söndag.

Avanmälan:

Avanmälan till pass 1 ska göras senast kl. 08:30 och för pass 3 senast kl. 07:40 i **Coach-appen i Swimify**.

Senast 30 minuter efter tävlingspass 1 respektive 3:s slut skall avanmälan inlämnas till tävlingssekretariatet avseende pass 2 respektive 4.

Vid utebliven avanmälan (DNS) debiteras 300 kr per simmare.

Inpassering:

Simmare och ledare går in via entrén till simarenan. Därefter följer man pilarna mot "Simhall" och går upp för trappan. **Använd kod 1796** för att ta er in i omklädningsrummen till 50-metersbassängen, följ skyltarna.

Det kommer vara många simmare och tränare som kommer att gå in samtidigt genom grindarna till omklädningsrummet. Vi rekommenderar dig därför att vara på plats i god tid så att vi slipper köbildning i största möjligaste mån.

Omklädning:

Omklädning sker i omklädningsrummen för 50-metersbassängen direkt till höger när ni kommer upp i receptionshallen, ej i omklädningsrummen för 25-metersbassängen. Vänligen hjälp oss att få plats i omklädningsrummen genom att dela skåp med varandra.

Notera att **skåpen ska tömmas mellan tävlingspassen** och mellan tävlingsdagarna. I slutet av varje tävlingsdag töms alla skåp och innehållet läggs i lådorna för kvarglömt vid receptionen på simarenan.

På alla skåp sitter kodlås där ni själva väljer en fyrsiffrig kod. Följ beskrivningen som sitter på väggen i omklädningsrummet. Några få värdeskåp finns i simhallen. **Tänk på stöldrisken!**

Dörrar märkta med nödutgång:

Vi skulle uppskatta om ni kan kommunicera till era simmare och ledare att de inte får dra i nödhandtagen, använd knapp med nyckelsymbol på väggen vid utpassering.

Ledarmöte:

Inget separat ledarmöte kommer hållas.

Tävlingsledare Ann Florén kommer finnas på plats vid startbryggan kl. 08:30 på lördagen vid eventuella frågor från tränare.

Antal banor:

Tävlingen hålls på 8 x 25-metersbanor

Spurtbana:

Vid insimning är bana 0 del 1 samt bana 9 del 1 spurtbanor de sista 15 minuterna på respektive insim.

Ryggsimsstege:

Kommer att finnas på bana 9 del 1 under insimningen.

Avbad:

Avbad sker i del 2 av 50-metersbassängen under hela tävlingen på tilldelade banor.

Uppvärmning på land under tävlingspassen:

Vi har bokat friskvårdsrummet för landbaserad uppvärmning under tävlingspassen. Simmarna tar sig till rummet genom att använda den stora hissen utanför receptionen med kod 1796.

Heatlistor:

Heatlistor till tränarna kommer att lämnas i klubbfack i caféet som finns bredvid receptionen samt anslås på anslagstavla vid ingången till 50-metersbassängen. I övrigt hänvisar vi till Swimify.

Resultat:

Inga resultat kommer att anslås på simarenan, utan vi hänvisar till Swimify.

Den kompletta resultatlistan kommer att finns på Upsala Simsällskaps hemsida samt i filarkivet på Swimify. OBS! inga resultatlistor kommer att skickas via post, resultatlistan kan laddas ner från hemsidan.

Priser:

Rikspresentkort delas ut till 1:an, 2:an och 3:an i respektive åldersklass för de bästa sammanlagda AQUA-poängen för 5 grenar.

Publik:

Publik hänvisas till läktaren på våning 3, endast aktiva och tränare vid bassängen.

Försäljning:

Olander Swim kommer att ha försäljning av simutrustning med fina erbjudanden på Jaked i receptionsområdet under lördagen.

Försäljning av fika och US profilartiklar sker i caféet vid receptionen.

Frågor inför tävlingen:

Eventuella frågor inför tävlingen kan ställas till:

Kansliet, Upsala Simsällskap
018-22 21 64 / kansli@upsalasim.nu

Jan Olsson, Mellansvenska Simförbundet
070-212 54 92/ kansli.mssf@vstmidrotten.se

Varmt välkomna till Mellanasvenska GP i Uppsala Simarena önskar Uppsala Simsällskap och Mellansvenska Simförbundet.