

# Östsvenska Simförbundets

## Höstmöteshandlingar

2024

för

## Verksamhetsåret 2025

utkom 2024-09-04

reviderad 2024-08-31

fastställd 2024-08-31



ÖSTSVENSKA  
SIMFÖRBUNDET  
2014

## Höstmöte

- § 1.** Höstmötets öppnande.  
Christin hälsade alla välkomna och öppnade mötet.
- § 2.** Upprop och godkännande av fullmakter.  
14 föreningar med sammanlagt 23 röster.
- § 3.** Val av ordförande för mötet.  
Christin Berglund valdes till ordförande.
- § 4.** Val av sekreterare för mötet.  
Katarina Eckerberg Olsson valdes till sekreterare.
- § 5.** Val av två justeringsmän att jämte ordföranden justera mötets protokoll.  
Till justerare valdes Jonas Engström och Emma Kittel.
- § 6.** Val av erforderligt antal rösträknare (andra än justeringsmännen).  
Mötet beslöt att välja dessa om behov uppstod.
- § 7.** Verksamhetsplan för 2025.  
Planen genomgicks i en föredragning innan mötet. Justeringar och kompletteringar gjordes för respektive avsnitt. Se nedan.
- A.** Simidrott
- Sid 4. Nässjö SLS har upphört som förening.
- Sid 5. Sanktion för tävlingar hösten 2025 till våren 2026 skall sökas senast v45 2024.
- Sid 6. Ungdoms-SM ålderklasserna inlagda.
- Sid 7. Vår- och Höstsimiaden är uppdaterat med nya arrangörer.
- Sid 7 Värnamo SS har bytt tävlingsplats på Vår – och Höstsimiaden.
- Sid 7 och sid 16. Swim Power Simidrottsförening är tillagd på tävlingsplats på Vår- o Höstsimiaden och ÖGP.
- Sid 15. USM regionsfinal
- Sid 18. Anmälan öppen fram till 3 timmar innan tävlingsstart, därefter accepteras inga strykningar och banorna går tomma.
- Sid 21. USM uppdaterat. Rotationschemat uppdaterat för Östsvenska Mästerskapen 25m 2025, Ljungby.
- Sid 22. Kategori 1. Läger kan kompletteras upp till totalt 25 simmare enligt Aqua-poäng. Tävlingsresan går till Euro meet.
- Sid. 23. Fortbildning tränare under "Kriterier för att få delta" är Ledare på kategoriläger tillagt.

**B.** Konstsimm, simhopp, vattenpolo

Sid 23. Uppdaterat med Szilard Pilcz, Ljungby SS, kontaktperson vattenpolo

**C.** Öppet vatten/Masters/Hälsa & Motion

Inget nytt

**D.** Utbildningskommittén

Sid 24. Uppdaterat med utbildningar enligt nedan.

Simidrottsledare (SIL)

11 - 12 januari Kalmar

10 - 11 maj Växjö

16 - 17 augusti Linköping

Siminstruktör 7 - 13 år

1 - 2 mars Jönköping, del 1

10 - 11 maj Växjö, del 2

**E.** Funktionärer

Inget nytt

**F.** Ekonomi- redovisningsår helår

Sid 28. Fondera pengar för detta. (50 000kr).

Höstmötet beslutade att avsätta ytterligare totalt 50 000 kr, för att kunna sänka deltagaravgifterna på Höst- och Årsmöteskonferenserna.

Verksamhetsplanen A-F godkändes enligt styrelsens förslag med ovanstående kompletteringar. Justeringarna är införda i handlingarna.

- § 8.** Östsvenska förbundets verksamhetsinriktning 2025-2026.  
Verksamhetsinriktningen presenterades för mötesdeltagarna den 31/8.  
Förslag på kompletteringar eller justering ska skickas till ÖSSFs styrelse.  
Verksamhetsinriktningen kommer att fastställas på årsmötet 2025.

- § 9.** Övriga frågor  
Beslutar att riva upp beslutet från årsmötet om delat räkenskapsår.

- § 10.** Mötets avslutande

Christin Berglund, ordförande

Katarina Eckerberg Olsson, sekreterare

Jonas Engström, justerare

Emma Kittel, justerare

## Förbundets föreningar

Alvesta Simsällskap

### **Anderstorps Simsällskap**

Eksjö Sim- och Livräddningssällskap

Emmaboda Simsällskap

### **Finspångs Simklubb**

Gislaveds Simsällskap

Hultsfreds Simsällskap

### **Hvetlanda Simsällskap**

### **Jönköpings Simsällskap**

### **Kalmar Simsällskap**

### **Linköpings Allmänna Simsällskap**

Linköpings Simidrottsförening

Linköpings Universitets AIF Simsällskap

Ljungby Simsällskap

### **Markaryds Simsällskap**

### **Motala Simsällskap**

### **Norrköpings Kappsimmingsklubb**

Nybro Simklubb

~~Nässjö Sim- och Livräddningssällskap~~

### **Oskarshamns Simsällskap**

### **Smålandsstenars Simsällskap**

Swim Power Simidrottsförening

Tranås Simsällskap

### **Värnamo Simsällskap**

### **Västerviks Simsällskap**

### **Växjö Simsällskap**

Ålmhults Simsällskap

Ölands Simklubb

## Icke tävlingsaktiva föreningar

Bauer Endurance Club

Elmhults Sport Club

Föreningen Höglandets Triathlon

Föreningen Simskolan på Valö

Gnosjö Friluftsklubb

Idrottsklubben Nocout.se

Solvändans Simförening

Stora Rørs Simsällskap

Söderköpings Simsällskap

Röstberättigade föreningar vid Östsvenska simförbundets SDF-möte 2024

**Markerade** klubbar har två röster.

## Östsvenska Simförbundet föreslår föreningarna i distriktet följande:

### A. Simkommittén

- All tävlingsverksamhet inom Östsvenska Simförbundets ansvarsområden sanktioneras av Östsvenska Simförbundet. SDF:s krav ska vara uppfyllda för att få sanktion.
- Arrangörer ska hämta information och databas angående aktuell tävling från hemsidan under respektive tävlingsflik och publicera inbjudan senast två månader innan tävlingsstart på [livetiming.se/swimify.com](http://livetiming.se/swimify.com).
- Anmälan till distriktets förbundstävlingar ska göras via Tempus anmälan. Sista anmälningsdag ska vara senast 12 dagar innan tävlingsstart och startlista samt Tävlings PM ska finnas tillgänglig på [livetiming.se/swimify.com](http://livetiming.se/swimify.com) senast 10 dagar innan tävlingsstart.  
Det ska framgå i såväl Tävlings PM som i heatlistan när prisutdelningar ska hållas samt för vilka grenar dessa prisutdelningar gäller.
- Vid distriktets förbundstävlingar ska [livetiming/swimify](http://livetiming.se/swimify.com) samt tränarappen användas. Inloggningsuppgifter ska skickas ut till klubbarna senast 10 dagar innan tävlingsstart.
- Automatisk tidtagningsutrustning ska användas på distriktets förbundstävlingar. Vid Östsvenska mästerskapen och Sum-Sim region ska det finnas startpallar med trackstartstöd, ryggsimsplattform och banlinor med 15 cm diameter som ligger i jämn nivå med vattenytan.
- Alla arrangerande klubbar ansvarar för att de fullständiga tävlingsresultaten (HTML, RE-fil och Lenex) samt poängsammanställning skickas till Svenska Simförbundet samt blir tillgängliga för deltagande föreningar genom filarkivet på [livetiming.se](http://livetiming.se).
- Arrangörer ska sträva efter att alla tävlingspass ska vara maximalt tre timmar långa. I mån av plats kan simmare från andra distrikt delta på tävlingarna.
- Alla distriktstävlingar förutom Simiaden alternerar enligt fastställt rotationsschema.
- Föreningar som arrangerar förbundstävlingar ska vara öppna för att ta emot föreningar i distriktet som i utbildningssyfte vill lära sig mer om sekretariats sysslor (Grodan, Ares, speaker mm).
- Sanktion för tävlingar hösten 2025 till våren 2026 skall sökas senast v45 2024.

--

## Åldersindelning

Tävling	Ålder individuellt	Ålder lagkapp
SM/GP	13 år och äldre	13 år och äldre
Östsvenska Mästerskapen	13 år o ä	13 år o ä
Junior	13-19 år	
Ungdom	13-16 år	
Ungdoms SM	Sommar 13-18 år	
	Vinter 13-17 år	
Vårsimiaden/Höstsimiaden	12 år och yngre mix	
	13 år och äldre	
Östsvenska Cupen	12 år och yngre mix	
	13 år och äldre	
ÖGP	A: 18 år oä	
	B: 16-17 år	
	C: 14-15 år	
	D: 13 år	
	(E: 12 år oy)	



## **Vårsimiaden 2025 (25 m) genomförs helgen 3 eller 4 maj**

Östsvenska 1. **Oskarshamn**

Östsvenska 2. **Eksjö?**

Östsvenska 3. **Kalmar**

## **Höstsimiaden 2025 (25 m) genomförs helgen 6 eller 7 december**

Östsvenska 1. **Linköping**

Östsvenska 2. **Värnamo**

Östsvenska 3. **Ljungby**

Samma grenordning på alla platser. Tävligen arrangeras under en dag, vid högt deltagarantal bör tidsschemat ses över.

### **Östsvenska 1:**

Finspångs SK, Linköpings Allmänna SS, Motala SS, Norrköpings KK, Swim Power Simidrottsförening, Oskarshamns SS, Västerviks SS

### **Östsvenska 2:**

Anderstorps SS, Eksjö SLS, Hultsfreds SS, Hvetlanda SS, Jönköpings SS, Nässjö SLS, Tranås SS, Värnamo SS

### **Östsvenska 3:**

Alvesta SS, Emmaboda SS, Kalmar SS, Ljungby SS, Markaryds SS, Nybro SK,, Växjö SS, Älmhults SS, Ölands SK, Gislaveds SS, Gnosjö SS, Smålandsstenars SS

Man rekommenderas att delta på tilldelad plats, men undantag kan göras om det passar bättre geografiskt.

För ålder 12 år och yngre (fortsättning 1)

Deltagarpremie i form av medalj som Östsvenska Simförbundet tar fram. Beställs från simkommittén och betalas av arrangerande förening.

Mixlagkappen består av 4 simmare och simmas föreningslös. Lagen lottas på plats. Man får inte simma både 50 och 100 lag men inte i de lag som ligger direkt efter varandra.

För ålder 13 år och äldre (fortsättning 2)

Placering 1-3 erhåller pris.

Deltagaravgift 400 kronor per simmare oavsett antal grenar.

Arrangören får planera prisutdelningar och paus efter egna önskemål, dock måste det vara en paus på minst 10 minuter efter gren 11 och efter gren 38.

Arrangören får gärna ha någon form av symboliska priser, tex lottade heatpriser, alla som simmar in på tex slutsiffra 0 eller annat. Inget krav men rekommenderas.

## Grenordning Simiaden

### Pass 1

1	4x50m	medley	po 12 år o y
2	4x50m	medley	fl 12 år o y
3	100m	medley	mix 12 år o y
4	100m	medley	fl 13 år o ä
5	100m	medley	po 13 år o ä
6	50m	bröstsims	mix 12 år o y
7	50m	bröstsims	fl 13 år o ä
8	50m	bröstsims	po 13 år o ä
9	200m	frisims	mix 12 år o y
10	200m	frisims	fl 13 år o ä
11	200m	frisims	po 13 år o ä
12	25m	kick UV	mix 12 år o y
13	100m	ryggsims	mix 12 år o y
14	100m	ryggsims	fl 13 år o ä
15	100m	ryggsims	po 13 år o ä
16	25m	bröstsimben	mix 12 år o y
17	4x100m	frisims	mix öppen
18	4x50m	frisims	mix 12 år o y

### Pass 2

19	4x50m	frisims	po 12 år o y
20	4x50m	frisims	fl 12 år o y
21	50m	frisims	mix 12 år o y
22	50m	frisims	po 13 år o ä
23	50m	frisims	fl 13 år o ä
24	25m	fjärilsims	mix 12 år o y
25	100m	bröstsims	mix 12 år o y
26	100m	bröstsims	po 13 år o ä
27	100m	bröstsims	fl 13 år o ä
28	25m	fjärilskick	mix 12 år o y
29	50m	ryggsims	mix 12 år o y
30	50m	ryggsims	po 13 år o ä
31	50m	ryggsims	fl 13 år o ä
32	100m	frisims	mix 12 år o y
33	100m	frisims	po 13 år o ä
34	100m	frisims	fl 13 år o ä
35	50m	fjärilsims	mix 12 år o y
36	50m	fjärilsims	po 13 år o ä
37	50m	fjärilsims	fl 13 år o ä
38	25m	frisimsben	mix 12 år o y
39	4x50m	medley	mix 12 år o y
40	4x100m	medley	Mix öppen



## Östsvenska Cupen 2025 (25 m) genomförs helgen 14 - 15 /6 i Värnamo och Linköping

Tävlingen är en fortsättningstävling och kräver därmed inte full bemanning på funktionärssidan.

Simmas två pass, lördag eftermiddag, med start 13.00 och söndag förmiddag, med start 10.00. Passen får vara max 3 timmar.

Kvällsaktivitet i form av social aktivitet och lek/tävling och övernattnig (hårdförläggning) erbjuds. Konsulenten stöttar vid behov. Ekonomisk stöttning finns, se kategori 5 läger.

Deltagandet får inte begränsas. ÖM-kvalade simmare får inte delta.

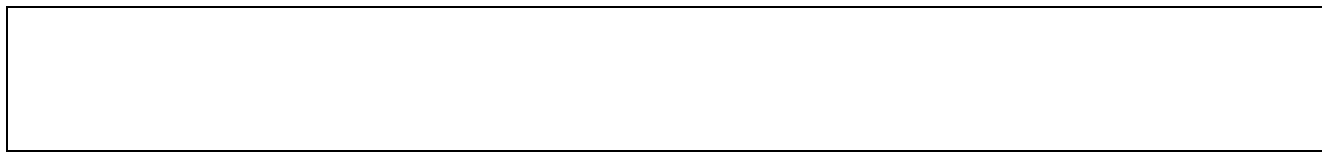
Anmälningavgift är 65 kronor för individuell start och 75 kronor för lagstart. Simmarna tävlar enbart mot sina egna tider och kan simma till sig brons-, silver- eller guldmedaljer. Medaljer beställs från simkommittén och betalas av arrangerande förening.

Har man anmälningstid som är bättre än guldtiden på någon distans så får man bara anmälas till nästa distans, är anmälningstiden bättre än guldtiden på en 100 m distans så får man inte anmälas till det simsättet. När man klarat guldtiden på någon distans så går man vidare till nästa.

150 och 200 m är valfritt simsätt

75 medley simmas med 3 olika simsätt.

Kan arrangeras i 25 m eller 50 m bassäng



## Grenordning Östsvenska Cupen

			Brons	Silver	Guld
1	4x50 fr mixed	öppen			
2	25 ry mixed	öppen	33,0	29,0	24,0
3	50 ry mixed	öppen	46,0	41,5	37,0
4	100 ry mixed	öppen	1,28	1,24	1,20
5	75 valfri medley	öppen			
	Prisutdelning / paus				
6	25 br mixed	öppen	36,0	31,0	26,0
7	50 br mixed	öppen	50,0	46,0	42,0
8	100 br mixed	öppen	1.39,0	1.34,0	1.30,0
9	200 valfritt				
	Prisutdelning (paus)				
10	4x50 ben mixed	öppen			
	<b>Pass 2</b>				
11	25 fr mixed	öppen	30,0	26,0	22,0
12	50 fr mixed	öppen	41,0	37,0	33,0
13	100 fr mixed	öppen	1.19,0	1.15,0	1.11,0
	Prisutdelning / paus				
14	25 fj mixed	öppen	31,0	27,0	23,0
15	50 fj mixed	öppen	43,0	39	35,0
16	100 fj mixed	öppen	1.27,0	1.23,0	1.19,0
	Prisutdelning (paus)				
17	150 valfritt				
18	100 me mixed	öppna	1.29,0	1.25,0	1.21,0
	Prisutdelning (paus)				
19	4x 50 me mixed	öppen			

## **ÖSTSVENSKA MÄSTERSKAPEN för Senior, Junior, Ungdom, Para och Masters 2025 (50 m) genomförs 7-8 juni Ljungby**

## **ÖSTSVENSKA MÄSTERSKAPEN Senior, Junior, Ungdom, Para och Masters (25 m) genomförs i 29-30 november Växjö**

Seedning görs efter anmälningstider enligt simförbundets seedningsregler. Regeln gäller även masters och parasimmare.

Östsvenska simförbundet står för databas till tävlingen.

Simmare som är kvalad på en distans i ett simsätt äger rätt att ställa upp på övriga distanser i samma simsätt. Kvalad på 50, 100, 200 m frisim äger rätt att delta också på 50-100-200 m. 400-800-1500 m kan kräva begränsningar för icke kvalade.

Efteranmälningar är tillåtna fram till kl 12.00 dagen före tävlingsstart mot dubbel anmälningsavgift. Simmaren seedas in som ordinarie simmare.

Avanmälan och laguppställningar skall inlämnas senast en timme före första tävlingspassets start. Därefter senast trettio minuter efter avslutat pass.

Alla klubbar har rätt att delta med ett lag/gren även om kvaltiden ej är uppnådd. Om klubben anmäler fler än ett lag /gren ska alla lag ha uppnått kvaltiden.

RF:s stora DM/JDM tecken ska delas ut i samtliga grenar till placeringarna 1-3. I lagkapper delas ett stort DM/JDM tecken ut till klubben och små tecken till lagdeltagarna. Beställs och betalas av arrangerande förening.

I Ungdom-, Masters- och Paragrenar delas Östsvenska Simförbundets medalj ut till placering 1-3. Beställs från simkommittén och betalas av arrangerande förening.

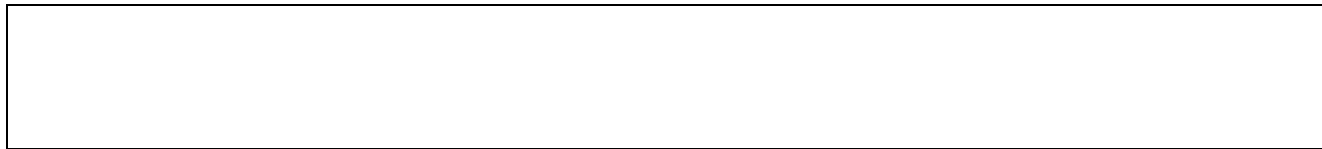
Anmälningsavgift är 65 kronor för individuell start och 75 kronor för lagstart.

Östsvenska Simförbundets förbundsfunctionär Pia Yman finns tillgänglig som tävlingsledare under en dag vid våra distriktsmästerskap i 25 och 50 m bassäng. Respektive arrangör kontaktar Pia och resekostnaderna bekostas av förbundet.

Lagsamverkan utom tävlan är tillåtet.

Samtliga nedanstående individuella grenar finns i Mastersgrenar enligt grennummer 101, 102, 103 osv. Exempelvis gren 106 motsvarar 100 ryggsim Damer Masters (simmas efter gren 6)

Samtliga nedanstående individuella grenar finns i Para-grenar enligt grennummer 201, 202, 203 osv. Exempelvis gren 206 motsvarar 100 ryggsim Damer Para (simmas efter gren 6/106)



## Grenordning Östsvenska Mästerskapen S/J/U/Para/Masters(50 m)

### Pass 1

1	200 frisim	damer	S/J/U
2	400 medley	herrar	S/J/U
3	100 ryggsim	damer	S/J/U
4	100 frisim	herrar	S/J/U
5	50 bröstsim	damer	S/J/U
6	100 bröstsim	herrar	S/J/U
7	200 fjärilsim	damer	S/J/U
8	50 ryggsim	herrar	S/J/U
9	4x100 medley	damer	S
10	4x200 frisim	herrar	S
11	1500 frisim	damer	S/J/U

### Pass 2

12	200 frisim	herrar	S/J/U
13	400 medley	damer	S/J/U
14	100 ryggsim	herrar	S/J/U
15	100 frisim	damer	S/J/U
16	50 bröstsim	herrar	S/J/U
17	100 bröstsim	damer	S/J/U
18	200 fjärilsim	herrar	S/J/U
19	50 ryggsim	damer	S/J/U
20	4x100 medley	herrar	S
21	4x200 frisim	damer	S
22	1500 frisim	herrar	S/J/U

### Pass 3

23	4x100 frisim	herrar	S
24	400 frisim	damer	S/J/U
25	200 ryggsim	herrar	S/J/U
26	200 bröstsim	damer	S/J/U
27	50 fjärilsim	herrar	S/J/U
28	50 frisim	damer	S/J/U
29	200 medley	herrar	S/J/U
30	100 fjärilsim	damer	S/J/U
31	800 frisim	herrar	S/J/U
32	4x100 medley	mix	S

### Pass 4

33	4x100 frisim	damer	S
34	400 frisim	herrar	S/J/U
35	200 ryggsim	damer	S/J/U
36	200 bröstsim	herrar	S/J/U
37	50 fjärilsim	damer	S/J/U
38	50 frisim	herrar	S/J/U
39	200 medley	damer	S/J/U
40	100 fjärilsim	herrar	S/J/U
41	800 frisim	damer	S/J/U
42	4x100 frisim	mix	S

**Grenordning Östsvenska Mästerskapen S/J/U Para/Masters (25 m),  
Öppna Masters (25 m) samt Para (25 m)**

**Pass 1**

1.	4x50 medley	herrar	S
2.	200 frisim	damer	S/J/U
3.	400 medley	herrar	S/J/U
4.	100 medley	damer	S/J/U
5.	100 frisim	herrar	S/J/U
6.	100 ryggsim	damer	S/J/U
7.	100 bröstsim	herrar	S/J/U
8.	50 bröstsim	damer	S/J/U
9.	50 ryggsim	herrar	S/J/U
10.	200 fjärilsim	damer	S/J/U
11.	4x50 frisim	herrar	S
12.	4x200 frisim	damer	S
13.	1500 frisim	herrar	S/J/U

**Pass 3**

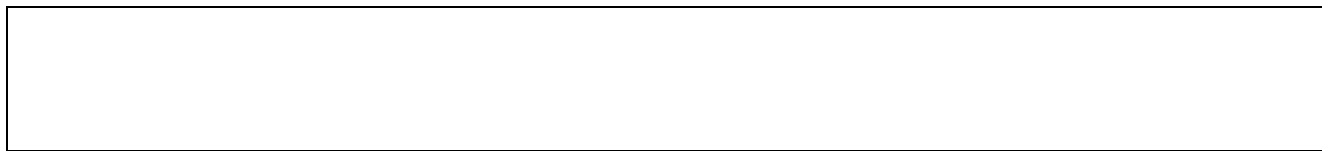
27.	800 frisim	damer	S/J/U
28.	400 frisim	herrar	S/J/U
29.	200 ryggsim	damer	S/J/U
30.	200 bröstsim	herrar	S/J/U
31.	50 fjärilsim	damer	S/J/U
32.	100 fjärilsim	herrar	S/J/U
33.	200 medley	damer	S/J/U
34.	50 frisim	herrar	S/J/U
35.	4x50 frisim	damer	S
36.	4x200 frisim	herrar	S

**Pass 2**

14.	4x50 medley	damer	S
15.	200 frisim	herrar	S/J/U
16.	400 medley	damer	S/J/U
17.	100 medley	herrar	S/J/U
18.	100 frisim	damer	S/J/U
19.	100 ryggsim	herrar	S/J/U
20.	100 bröstsim	damer	S/J/U
21.	50 bröstsim	herrar	S/J/U
22.	50 ryggsim	damer	S/J/U
23.	200 fjärilsim	herrar	S/J/U
24.	4x100 frisim	damer	S
25.	4x100 frisim	herrar	S
26.	1500 frisim	damer	S/J/U

**Pass 4**

37.	800 frisim	herrar	S/J/U
38.	400 frisim	damer	S/J/U
39.	200 ryggsim	herrar	S/J/U
40.	200 bröstsim	damer	S/J/U
41.	50 fjärilsim	herrar	S/J/U
42.	100 fjärilsim	damer	S/J/U
43.	200 medley	herrar	S/J/U
44.	50 frisim	damer	S/J/U
45.	4x100 medley	herrar	S
46.	4x100 medley	damer	S



## Kvaltider och kvalperioder ÖM (OBS inga kvaltider till Masters/Para)

Senior/Junior	Damer			Mixed		Herrar		
	25 m	50 m	25 y	25 m	50 m	25 m	50 m	25 y
50m fr	00:29.62	00:30.57	00:26.68			00:27.06	00:28.15	00:24.38
100m fr	01:04.08	01:05.84	00:57.72			00:58.73	01:01.05	00:52.91
200m fr	02:19.18	02:23.01	02:05.39			02:09.05	02:14.11	01:56.25
400m fr	04:56.29	05:04.84	05:38.60			04:38.67	04:48.34	05:18.48
800m fr	10:17.30	10:34.62	11:45.46			09:47.99	10:10.47	11:11.99
1500m fr	19:49.64	20:36.32	19:42.53			18:55.13	19:31.82	18:48.35
50m br	00:36.88	00:37.85	00:33.22			00:33.80	00:35.07	00:30.43
100m br	01:19.64	01:22.58	01:11.74			01:13.76	01:17.40	01:06.44
200m br	02:54.05	03:01.15	02:36.79			02:42.32	02:50.47	02:26.23
50m ry	00:33.40	00:34.83	00:30.09			00:31.06	00:32.76	00:27.98
100m ry	01:11.53	01:14.98	01:01.14			01:06.38	01:10.23	00:59.79
200m ry	02:36.39	02:43.37	02:20.89			02:26.66	02:34.56	02:12.11
50m fj	00:31.71	00:32.24	00:28.57			00:29.09	00:29.62	00:26.21
100m fj	01:10.64	01:12.38	01:03.65			01:04.53	01:05.94	00:58.13
200m fj	02:39.91	02:45.73	02:24.06			02:27.62	02:32.88	02:12.99
100m me	01:13.19	-	01:05.93			01:07.12	-	01:00.46
200m me	02:37.51	02:42.87	02:24.06			02:26.45	02:32.07	02:11.93
400 m me	05:36.95	05:50.08	05:03.56			05:17.57	05:32.42	04:46.09
4x50m fr	02:01.30	02:05.08	-			01:52.08	01:56.44	-
4x100m fr	04:41.60	04:35.08	-	04:11.89	04:21.87	04:02.79	04:14.30	-
4x200m fr	09:45.73	10:07.68	-			08:58.99	09:25.99	-
4x50m me	02:12.58	02:16.44	-			02:01.93	02:06.51	-
4x100m me	04:52.41	05:04.19	-	04:37.95	04:50.85	04:29.46	04:43.82	-

Ungdom	Damer			Mixed		Herrar		
	25 m	50 m	25 y	25 m	50 m	25 m	50 m	25 y
50m fr	00:31.10	00:32.10	00:28.01			00:28.41	00:29.56	00:25.60
100m fr	01:07.28	01:09.13	01:00.60			01:01.66	01:04.11	00:55.55
200m fr	02:26.14	02:30.16	02:11.66			02:15.50	02:20.82	02:02.06
400m fr	05:11.10	05:20.09	05:55.53			04:52.61	05:02.75	05:34.40
800m fr	10:48.16	11:06.35	12:20.74			10:17.39	10:40.99	11:45.58
1500m fr	20:49.12	21:38.14	20:41.66			19:51.88	20:30.41	19:44.77
50m br	00:38.73	00:39.74	00:34.88			00:35.49	00:36.82	00:31.95
100m br	01:23.62	01:26.71	01:15.33			01:17.44	01:21.27	01:09.77
200m br	03:02.76	03:10.21	02:44.63			02:50.43	02:59.00	02:33.54
50m ry	00:35.07	00:36.57	00:31.59			00:32.61	00:34.40	00:29.38
100m ry	01:15.11	01:18.73	01:04.20			01:09.69	01:13.75	01:02.78
200m ry	02:44.21	02:51.54	02:27.93			02:33.99	02:42.29	02:18.71
50m fj	00:33.30	00:33.85	00:30.00			00:30.55	00:31.10	00:27.52
100m fj	01:14.17	01:16.00	01:06.83			01:07.76	01:09.23	01:01.04
200m fj	02:47.90	02:54.01	02:31.26			02:35.00	02:40.52	02:19.64
100m me	01:16.85	-	01:09.23			01:10.47	-	01:03.48
200m me	02:45.38	02:51.01	02:31.26			02:33.78	02:39.67	02:18.53
400 m me	05:53.80	06:07.58	05:18.73			05:33.44	05:49.04	05:00.39

Kvalperiod	50 m	2024-01-01 – 2025-05-26
	25 m	2024-01-01 – 2025-10-13



## **USM Regionsfinal (25 m) genomförs 13-14 dec i Linköping enligt SSF:s bestämmelser**

För åldrarna 13-14 år, 15 år, 16-17 år.

Arrangören tillsammans med Östsvenska Simförbundets Simkommitté kan få lägga till heat om tidsplanen tillåter.

Anmäld simmare ska ha en tid på distansen.

Grenordning och distanser enligt SSF.

## Östsvenska Grand Prix 2025 (25 m/50 m) genomförs enligt följande

**ÖGP 1 (25 m) 25-26 januari i Västervik (arrangör 1) och Växjö (arrangör 2)**

**ÖGP 2 (50 m) 15-16 mars i Jönköping**

**ÖGP 3 (25 m) 8-9 nov i Linköping (arrangör 3) Kalmar (arrangör 4)**

Tävling med 6 pass.

Pass 1 + 3 "distans pass". Dessa simmas tidigt, när de är klara erbjuds ett andra insim, ca 30-40 min för övriga deltagare.

Vid mer än 2 heat på långdistanserna simmas det med 2 på varje bana

Grenordningen är samma på alla tävlingar, **men passen roteras framåt ett steg**. Gäller ej pass 1 och 3 som alltid ligger först.

**Östsvenska 1:** Eksjö SLS, Finspångs SK, Jönköpings SS, Linköpings ASS, Motala SS, Norrköpings KK, Swim Power Simidrottsförening, ~~Nässjö SLS~~, Tranås SS, Oskarshamns SS, Västerviks SS

**Östsvenska 2:** Alvesta SS, Anderstorps SS, Emmaboda SS, Gislaveds SS, Gnosjö SS, Hultsfreds SS, Hvetlanda SS, Kalmar SS, Ljungby SS, Markaryds SS, Nybro SK, Smålandsstenars SS, Växjö SS, Älmhults SS, Ölands SK, Värnamo SS

**Östsvenska 3:** Eksjö SLS, Finspångs SK, Linköpings ASS, Motala SS, Norrköpings KK, Swim Power Simidrottsförening, ~~Nässjö SLS~~, Tranås SS, Oskarshamns SS, Västerviks SS

**Östsvenska 4:** Alvesta SS, Anderstorps SS, Emmaboda SS, Gislaveds SS, Gnosjö SS, Hultsfreds SS, Hvetlanda SS, Jönköpings SS, Kalmar SS, Ljungby SS, Markaryds SS, Nybro SK, Smålandsstenars SS, Växjö SS, Älmhults SS, Ölands SK, Värnamo SS

Distriktets föreningar uppmanas att delta på ÖGP tävlingarna

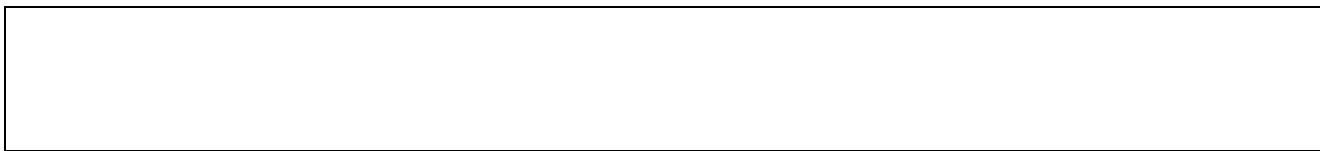
Åldersindelning A: 18 år oä B: 16-17 år C: 14-15 år D: 13 år E: 12 år oy? (fortsättningstävling, vilket är upp till arrangören att bestämma om man kan erbjuda)

Anmälningsavgift är 65 kronor för individuell start. Deltagandet i ÖGP-grenarna får inte begränsas. I mån av plats kan simmare från andra distrikt delta på tävlingarna till en kostnad av 100 kr/deltagare. (tillfaller arrangören)

Placering 1-3 i varje åldersklass A-D skall erhålla medalj. I åldersklass E deltagarmedalj.

<b>Pass 1:</b>			<b>Pass 2:</b>			<b>Pass 3:</b>		
<b>Gren</b>	<b>Sträcka</b>		<b>Gren</b>	<b>Sträcka</b>		<b>Gren</b>	<b>Sträcka</b>	
	1	1500 frisim herrar	3	100 frisim herrar		11	200 fjärilsim herrar	
	2	800 frisim damer	4	100 frisim damer		12	200 fjärilsim damer	
			5	200 medley herrar		13	50 frisim herrar	
			6	200 medley damer		14	50 frisim damer	
			7	100 bröstsim herrar		15	100 ryggsim herrar	
			8	100 bröstsim damer		16	100 ryggsim damer	
			9	50 ryggsim herrar		17	200 bröstsim herrar	
			10	50 ryggsim damer		18	200 bröstsim damer	
<b>Pass 4:</b>			<b>Pass 5:</b>			<b>Pass 6:</b>		
<b>Gren</b>	<b>Sträcka</b>		<b>Gren</b>	<b>Sträcka</b>		<b>Gren</b>	<b>Sträcka</b>	
	19	1500 frisim damer	21	400 medley damer		29	400 frisim damer	
	20	800 frisim herrar	22	400 medley herrar		30	400 frisim herrar	
			23	200 frisim damer		31	200 ryggsim damer	
			24	200 frisim herrar		32	200 ryggsim herrar	



**Pass 1:**

<b>Gren</b>	<b>Sträcka</b>	
1	1500 frisim	herrar
2	800 frisim	damer

**Pass 2:**

<b>Gren</b>	<b>Sträcka</b>	
3	100 frisim	herrar
4	100 frisim	damer
5	200 medley	herrar
6	200 medley	damer
7	100 bröstsim	herrar
8	100 bröstsim	damer
9	50 ryggsim	herrar
25	50 bröstsim	damer
26	50 bröstsim	herrar
27	50 fjärilsim	damer
28	50 fjärilsim	herrar

**Pass 3:**

<b>Gren</b>	<b>Sträcka</b>	
11	200 fjärilsim	herrar
12	200 fjärilsim	damer
13	50 frisim	herrar
14	50 frisim	damer
15	100 ryggsim	herrar
16	100 ryggsim	damer
17	200 bröstsim	herrar
33	100 fjärilsim	damer
34	100 fjärilsim	herrar
35	100 medley	damer
36	100 medley	herrar

## Länstrofén 2025 (25 m) genomförs den 4 eller 5/10 i Norrköping

Tävlingen är en lagtävling mellan länen i två delar.

Del 1 poäng enligt placering. Del 2 antal personliga rekord.

Tävlingen avser åldrarna 13 och 14 år.

Tävlingen genomförs på ett pass med tävlingsstart senast kl 13:00.

Anmälan öppen fram till 3 timmar innan tävlingsstart, därefter accepteras inga strykningar och banorna går tomma.

Varje län har rätt att delta med tre representanter/gren.

Tävlingen simmas i tre heat/gren de högst rankade i heat 3.

Länen har fasta banor och lagen seedas utifrån föregående års poängplacering.

Varje simmare får delta i max fyra individuella grenar.

I bensparkslagkapp är det valfritt simsättsbenspark, man startar och växlar i vattnet, två händer på plattan, plattan ska nudda väggen i vändning och målgång/växling.

På fjärilskick utan platta är det start från startpall.

Man får göra uv-kick hela 25 m om man vill och kan. Det är även tillåtet att kicka på rygg.

I lagkapperna får varje län ställa upp med 2 lag.

Lagen ska bestå av 2 pojkar & 2 flickor.

Poäng individuellt räknas enligt följande 14-11-10-9-8-7-6-5-4-3-2-1.

Poäng lagkapp räknas enligt följande 28-22-20-18-16-14-12-10.

Varje län tävlar i följande namn med ensamrätt att profilera sig med efterföljande grundfärg på sina t-shirts: Jönköpings Län (F): Grön, Kalmar Län (H): Blå, Kronobergs Län (G): Röd, Östergötlands Län (E): Gul

Arrangerande förening ordnar gemensam måltid efter tävlingen, respektive län beställer och betalar sin mat till arrangören av tävlingarna.

Östsvenska Simförbundet bidrar med 8 000 kronor, till respektive läns arrangerande förening, vid någon form av gemensam aktivitet inför länstrofén. Aktiviteten ska pågå under minst 6 timmar. Då aktiviteten pågår minst 24 timmar (övernattning) blir bidraget 15 000 kronor.

Tävlingsbidrag utgår från distriktet till arrangören på 15 000 kr. Utöver detta utgår ett bidrag på 10 000 kr som är öronmärkta för sociala aktiviteter i anslutning till tävlingsarrangemanget. Arrangören fakturerar Östsvenska Simförbundet.

## Grenordning Länstrofén

- |     |                            |         |       |
|-----|----------------------------|---------|-------|
| 1.  | 4x50 medley                | mix     |       |
| 2.  | 100 fjärilsim              | flickor | 14 år |
| 3.  | 100 fjärilsim              | pojkar  | 14 år |
| 4.  | 100 fjärilsim              | flickor | 13 år |
| 5.  | 100 fjärilsim              | pojkar  | 13 år |
| 6.  | 100 ryggsim                | flickor | 14 år |
| 7.  | 100 ryggsim                | pojkar  | 14 år |
| 8.  | 100 ryggsim                | flickor | 13 år |
| 9.  | 100 ryggsim                | pojkar  | 13 år |
| 10. | 4x50 benspark              | mix     |       |
|     | PAUS 10 minuter            |         |       |
| 11. | 100 bröstsim               | flickor | 14 år |
| 12. | 100 bröstsim               | pojkar  | 14 år |
| 13. | 100 bröstsim               | flickor | 13 år |
| 14. | 100 bröstsim               | pojkar  | 13 år |
| 15. | 25 fjärilskick utan platta | flickor | 14 år |
| 16. | 25 fjärilskick utan platta | pojkar  | 14 år |
| 17. | 25 fjärilskick utan platta | flickor | 13 år |
| 18. | 25 fjärilskick utan platta | pojkar  | 13 år |
| 19. | 100 frisim                 | flickor | 14 år |
| 20. | 100 frisim                 | pojkar  | 14 år |
| 21. | 100 frisim                 | flickor | 13 år |
| 22. | 100 frisim                 | pojkar  | 13 år |
| 23. | 4x50 medley                | mix     |       |



## **Östsvenska Distansen 2025 (50 m) i Jönköping 17 maj (Öppet vatten time Trial enl. STP)**

Distanstävling i bassäng med distanserna 3000 m och 5000 m.

3000 m åldersklass 13-15 år

5000 m åldersklass 16 år och äldre

Rekommenderas två simmare per bana men fler kan vara aktuellt vid ett stort deltagarantal.

Anmälningstid 1500 m frisim.

Loppet bryts när maxtid (3000 m 46 minuter, 5000 m 75 minuter) är uppnådd.

Manuell tidtagning på tävlingen.

Heatbegränsningar kan vara nödvändiga.

Fasta starttider för heaten som meddelas i PM

Respektive förening ansvarar för längdräkning av sin simmare.

Anmälningsavgift 300 kr

Östsvenska Simförbundets medalj delas ut till placering 1-3.

Beställs från simkommittén och betalas av arrangerande förening.

I mån av plats kan simmare från andra distrikt delta på tävlingen.

## Poängberäkning

På Östsvenska mästerskapen samt USM räknas klubbpoäng

Poängberäkningen är:

**Senior** 42, 33, 30, 27, 24, 21, 18, 15, 12, 9, 6, 3.

**Junior** 28, 22, 20, 18, 16, 14, 12, 10, 8, 6, 4, 2

**Ungdom** 28, 22, 20, 18, 16, 14, 12, 10, 8, 6, 4, 2

**USM** 14, 11, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1.

**Länstrofén** 14, 11, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1.

**Övriga tävlingar** 14, 11, 10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1.

**Lagkapp** dubbel poäng.

## Rotationsschema

Rotationsschema	2024	2025	2026	2027
<b>Länstrofén</b>	Kronoberg	Östergötland	Kalmar	Jönköping
<b>Östsvenska Mästerskapen, 25 m</b>	Växjö	Jönköping (Växjö)	Linköping	Kalmar
<b>Östsvenska Mästerskapen, 50 m</b>	Jönköping	Linköping (Ljungby)	Jönköping	Norrköping
<b>USM</b>	Jönköping	Linköping	Jönköping	Linköping

## Kategoriläger

**Kategori 1** tävlingsresa till Euro meet under vecka 5. Varje år.

**Kategori 2** läger (ca 7-10 dagar) för simmare 19 år oy (sportlov) genomförs jämna år.

**Kategori 3** läger 15-16 år (ca 5 dagar) genomförs i Norden. Sportlov udda år.

**Kategori 4** läger 13-14 år (ca 5 dagar) genomförs i Norden. Påsklov udda år.

Östsvenska Simförbundet har som mål att subventionera en del av avgiften.

Alla klubbar som deltar med 3 simmare ska vara beredda att skicka 1 tränare. Alla klubbar

som deltar med 10 simmare ska vara beredda att skicka 2 tränare.

Östsvenska Simförbundet utser ledare/tränare efter behov.

För att föreningen ska erhålla subvention ska simmaren klara av lägret på respektive nivå och simmaren förväntas fortsätta sin satsning mot sommarens mästerskap.

I inbjudan ska det framgå vad som förväntas av simmarna.

Vi eftersträvar att det ska vara fyra-fem ledare/tränare per läger till respektive kategoriläger 1-4

Aquapoängen beräknas enligt aktuell poängtabell vid kvalperiodens utgång. Resultaten måste finnas i Tempus Statistik. Vid aktiviteter under samma period kan varje enskild simmare endast tillhöra en kategori (den högsta).

## Kategoriindelning

### Kategori 1

Krav för deltagande 2025 är

650 Aquapoäng på en gren alternativt 1800 poäng på 3 grenar. Uppnått under 2024.

Läger kan kompletteras upp till totalt 25 simmare enligt Aqua-poäng.

Första året på gymnasiet, dvs född 2008 för att åka med år 2025

### Kategori 2

För deltagande under 2026:

Kvalperiod 2025-01-01 till 2025-11-26

Kvalgräns är 625 Aquapoäng oavsett ålder.

Läger kan kompletteras upp till totalt 35 simmare enligt FINA poäng oavsett ålder.

Arrangeras under v. 7-8.

### Kategori 3 (födda 2008-2009)

Lägret genomförs under sportlovet.

Kvalperioden är 2024-01-01 till 2024-11-10 (Sum-Sim region)

Uttagningskriterier: Individuellt kvalificerad till Sum-Sim Riks (25m) 2024 eller Individuellt kvalificerad för Sum-Sim 2024 (50m). Därefter kompletterar simkommittén respektive läger med upp till totalt 30 simmare, jämnt könsfördelat, utifrån varje simmares bästa Sum-Sim distans kopplad till aktuell poängtabell.

### Kategori 4 (födda 2010-2011)

Lägret genomförs under påsklovet

Kvalperioden är 2024-01-01 till 2024-11-10 (Sum-Sim region)

Uttagningskriterier: Individuellt kvalificerad till Sum-Sim Riks (25m) 2024 eller Individuellt kvalificerad för Sum-Sim 2024 (50m). Därefter kompletterar simkommittén respektive läger med upp till totalt 30 simmare, jämnt könsfördelat, utifrån varje simmares bästa Sum-Sim distans kopplad till aktuell poängtabell.

### Kategori 5 (Simiaden, födda 2011 oy)

Östsvenska Simförbundet kan bidra med 6 000 kr upp till två tillfällen per år till respektive län för ett dagläger. För att få bidrag ska alla länets föreningar bjudas in samt minst tre föreningar delta.

En förening från respektive län är ansvarig för ansökan om bidrag. Ansökan ska ske innan lägret och rapportering med redovisning över vilka som deltagit ska ske efter lägret (med ÖSSF rapporteringsblankett) för att bidraget ska betalas.

### **Teknikutveckling och tränarutveckling**

Distriktet kommer erbjuda filmanalys för simmare (ca 30 st) två gånger per år.

**Uttagning av simmare:** ALLA klubbar i distriktet erbjuds att delta med en simmare, under förutsättning att denne har en tränare med. Utöver detta fyller vi på med simmare baserat på Aquapoäng. Detta är en chans till utbildning för både simmare och tränare.

### **Fortbildning tränare**

Riktas till tränare på högre nivåer.

År 2025 Asca

År 2027 Europa

År 2029 Asca

Kriterier för att få delta: SM kvalad simmare, Deltagande på Årsmöte, Höstmöte, Östsvenska Mästerskapen, filmanalys. Ledare på kategoriläger.

Distriktet kommer att subventionera kostnaden.

Max 15 tränare.

### **B. Konstsim, simhopp och vattenpolo**

Under 2025 kommer det att finnas möjlighet att anordna ungdomsläger för simhopp, konstsim och vattenpolo med bidrag med 8 000 kr från ÖSSF förutsatt att minst 2 klubbar deltar på lägret. (*Rekommendation att ansöka om Idrottslyftet*)

Mats Wiktorsson, Jönköping SS, kontaktperson simhopp

Szilard Pilcz, Ljungby SS, kontaktperson vattenpolo

### **C. Simning öppet vatten/masters/hälsa och motion**

Mål är att varje år genomföra ett Öppet master-DM i samband med ÖSSF Östsvenska Mästerskapen.

ÖM i Öppet vatten genomförs i samband med Karl-Oskarsimmet .

Östsvenska Cupen i Open Water planeras att arrangeras under 2025.

Open Water planen bestäms och publiceras i december/januari

Ryan Provencher, Växjö SS, kontaktperson

## D. Utbildningskommittén

Alla distriktets utbildningar läggs ut på Östsvenska simförbundets hemsida. Anmälan görs via anmälningsformuläret på Östsvenska simförbundets hemsida.

### Utbildningskalender 2025

14 - 15 mars	Årsmöte och konferens	Nässjö
23 - 24 maj	Planeringskonferens	Bestäms senare
29 - 30 augusti	Höstmöte	Bestäms senare

### Simidrottsledare (SIL)

11 - 12 januari	Kalmar
10 - 11 maj	Växjö
16 - 17 augusti	Linköping

### Siminstruktör 7 - 13 år

1 - 2 mars	Jönköping, del 1
10 - 11 maj	Växjö, del 2

### Unga ledare

14-15 mars	Årsmöte och konferens	Nässjö
------------	-----------------------	--------

### Funktionärsutbildningar

Hösten	Distriktsfunktionärsutbildning, del 1	Digitalt
Hösten	Distriktsfunktionärsutbildning, del 2	Digitalt

En utbildning för tävlingssekretariat/Grodan/IC kan genomföras på hösten om behov finns.

### Övrigt om utbildningar:

Finns det önskemål om andra utbildningar inom simhopp, konstsimm m. fl kontakta Östsvenska utbildningskommittén. Se hemsidan för kontaktuppgifter.

En av förbundet utsedd funktionärsutbildare skall delta på SSF´s regelmöte vid utsatt tillfälle. Ansvarig Pia Yman.

Föreningarna har möjlighet att boka tävlingsfunktionärsutbildningar till den egna föreningen genom de funktionärsutbildningsansvariga i respektive län.

Distriktsfunktionärsutbildning arrangeras digitalt i ÖSSF:s regi med deltagare från flera olika klubbar. ÖSSF utser utbildare till distriktsfunktionärsutbildningarna.

Alla tävlingsföreningar ska ha en tävlingsansvarig som ansvarar för registrering av nya funktionärer. Tävlingsansvarig ska anmälas till ÖSSF.

### Tävlingsfunktionärsutbildare

F: Thomas Salenius, Lena Bäckman, Sofie Bergkvist, Matthias Grinnemo

G: Pia Yman

H: -

E: Kenneth Humling, Martin Nyberg

Samtliga distriktets utbildningar ska läggas ut via [Idrott online](#). Alla anmälningar sker genom utbildningsmodulen.



## E. Funktionärer

Tävlingsfunktionärsutbildningar ska genomföras länsvis genom att man som förening kontaktar en godkänd utbildare och genomför utbildning som enskild förening eller tillsammans med andra. Alla anmälningar ska göras via ÖSSF via Idrott online.

Distriktfunktionärsutbildning genomförs av ÖSSF och anmälan sker via Idrottonline.

### Anvisningar gällande funktionärsutbildningar som ordnas av förening/föreningar

1. Förening som anordnar en funktionärsutbildning på uppdrag av Östsvenska Simförbundet (tävlingsfunktionär alt. distriktsfunktionär) meddelar detta till distriktet genom att maila inbjudan eller underlag för utbildningen till [ostsvenska@svensksimidrott.se](mailto:ostsvenska@svensksimidrott.se)
2. Inbjudan och anmälningsformulär läggs då ut på [www.össf.se](http://www.össf.se) under rubriken Utbildning och Funktionärsutbildning samt ev. som ett nyhetsinlägg om klubben godkänner det.
3. Innan utbildningen skickar ÖSSF ut en deltagarlista till kursledaren. Den ska skrivas på av varje deltagare för att ÖSSF ska kunna få bidrag för utbildningen.
4. Efter den teoretiska utbildningen skickar respektive arrangör/kursledare samma lista via mail till [ostsvenska@svensksimidrott.se](mailto:ostsvenska@svensksimidrott.se)  
Listan ska innehålla deltagarnas namn, förening och personnummer och underskrift av respektive.
5. Efter fullgjord praktik ska föreningens funktionärsansvarige bekräfta att respektive deltagare fullgjort sin praktik genom att maila deltagarens namn, förening och personnummer till [ostsvenska@svensksimidrott.se](mailto:ostsvenska@svensksimidrott.se). Därefter är deltagaren godkänd och funktionärskort skickas till föreningen. [Detta intyg kan användas vid praktik hos annan förening.](#)



## G. Ekonomi

### Förslag budget 2025

#### Intäkter

SDF bidrag, SSF	110 000,00
SDF bidrag, Smålands IF	135 000,00
SDF bidrag, Östergötlands IF	135 000,00
Medlemsavgifter	115 000,00
Kursavgifter	260 000,00
Simkommittén	477 500,00
Styrelsen Höstmöte, Årsmöte	135 000,00
Övriga intäkter	50 000,00

**Summa intäkter** **1 417 500,00**

#### Kostnader

Styrelsen Höstmöte, Årsmöte	-270 000,00
Styrelsen	-30 000,00
Kansli/administration	-20 000,00
Konsulent	0,00
Simkommittén	-953 300,00
Utbildningsstipendier	-9 000,00
Utbildning	-310 000,00
Övriga idrotter	-32 000,00
Uppvaktningar	-10 000,00

**Summa kostnader** **-1 634 300,00**

**Beräknat resultat** **-216 800,00**

**Förslag**  
**Simkommittén**

**Kategori 1 Tävling**

Intäkter	187 500,00
Kostnader	-308 000,00
Netto	-120 500,00

**Kategori 1 Film**

Intäkter	25 000,00
Kostnader	-60 000,00
Netto	-35 000,00

**Kategori 2 Film**

Intäkter	25 000,00
Kostnader	-60 000,00
Netto	-35 000,00

**Kategori 3 och 4**

Intäkter	240 000,00
Kostnader	-392 300,00
Netto	-152 300,00

**Kategori 5**

Kostnader	-48 000,00
-----------	------------

**Länstrofén**

Arr bidrag Länstrofén	-25 000,00
Länslägerbidrag, läger	-60 000,00
Övrigt	0,00

<b>Intäkter</b>	<b>477 500,00</b>
<b>Kostnader</b>	<b>-953 300,00</b>
<b>Netto</b>	<b>-475 800,00</b>

**Förslag  
Styrelsen**

**Årsmöteskonferens**

Intäkter	72 000,00
Kostnader Konferens	-140 000,00
Föreläsare	-15 000,00
Netto	-83 000,00

**Höstmöteskonferens**

Intäkter	60 000,00
Kostnader Konferens	-100 000,00
Föreläsare	-15 000,00
Netto	-55 000,00

<b>Intäkter</b>	<b>132 000,00</b>
<b>Kostnader</b>	<b>-270 000,00</b>
<b>Netto</b>	<b>-138 000,00</b>

Årsmöte/Höstmöte

Deltagaravgift

1 deltagare/förening 500:-  
övriga deltagare 1200:-

unga ledare kvoterar/förening och bygger på bidrag från SSF

Tränarfortbildning

År 2025 Asca

År 2027 Europa

År 2029 Asca

Fondera pengar för detta. (50 000kr)

Kriterier SM kvalad simmare.

Deltagande på Årsmöte, Höstmöte, DM, filmning

Filmning enligt tidigare koncept.

Datum presenteras av simkommittén.

**SIGNATURES****ALLEKIRJOITUKSET****UNDERSKRIFTER****SIGNATURER****UNDERSKRIFTER**

This documents contains 28 pages before this page  
Dokumentet inneholder 28 sider før denne siden

Tämä asiakirja sisältää 28 sivua ennen tätä sivua  
Dette dokument indeholder 28 sider før denne side

Detta dokument innehåller 28 sidor före denna sida

authority to sign  
representative  
custodial

asemavaltuus  
nimenkirjoitusoikeus  
huoltaja/edunvalvoja

ställningsfullmakt  
firmateckningsrätt  
förvaltare

autoritet til å signere  
representant  
foresatte/verge

myndighed til at underskrive  
repræsentant  
frihedsberøvende