**Länstrofén 1:a mars 2013**

Plats: Västerviks simhall

Tävlingsdatum: 1 mars 2014

Tävlingstid: Tävlingsstart kl 14.00

Insimning: Insimning kl 13.00

Åldersklasser: 14 år -00, 13 år -01, 12 år -02, 11 år o yngre -03 oy

Anmälan: Senast 16 februari till VSS via OCTO statistik, www.octostatistik.com

Grenordning: Se grenordningen.

Startavgifter: Östsvenska simförbundet står för kostnaden.

Startlista: Kommer finnas på www7.idrottonline.se/VasterviksSS-Simidrott samt på Live timing

Funktionärer: Arrangerande förening önskar att få hjälp med funktionärer till tävlingen enligt beslut från Östsvenska simförbundet.

Diplom: Alla simmare kommer att tilldelas diplom. Om någon simmare endast simmar lag behöver vi veta det i samband med anmälan, för att kunna skriva ut diplomen.

Poängräkning 12, 10, 8, 7, 6, 5, 4, 3. Dubbla poäng i lagkappen

Mat: Vi ordnar med tacobuffé efter tävlingen för alla länslag om intresse finns. Hör av er till [ann-sofie.k@hotmail.com](mailto:ann-sofie.k@hotmail.com) senast den 16/2 i samband med anmälan. Ev. allergier och specialkost meddelas i samband med anmälan av mat. Respektive länslag faktureras i efterhand för matkostnaden, ange fakturaadress vid anmälan.

Medtag: Eget hänglås till omklädningsskåpen.

Frågor & info Inger Fjelstrenius, [fjelstrenius@hotmail.com](mailto:fjelstrenius@hotmail.com) eller tfn 072-3255761

**Grenordning**

1. 100 m fjärilsim fl 14 år 21. 100 m medley fl 12 år

2. 100 m fjärilsim po 14 år 22. 100 m medley po 12 år

3. 100 m fjärilsim fl 13 år 23. 100 m medley fl 11 år oy

4. 100 m fjärilsim po 13 år 24. 100 m medley po 11 år oy

5. 50 m fjärilsim fl 12 år 25. 100 m bröstsim fl 14 år

6. 50 m fjärilsim po 12 år 26. 100 m bröstsim po 14 år

7. 50 m fjärilsim fl 11 år oy 27. 100 m bröstsim fl 13 år

8. 50 m fjärilsim po 11 år oy 28. 100 m bröstsim po 13 år

9. 100 m ryggsim fl 14 år 29. 100 m bröstsim fl 12 år

10. 100 m ryggsim po 14 år 30. 100 m bröstsim po 12 år

11. 100 m ryggsim fl 13 år 31. 100 m bröstsim fl 11 år oy

12. 100 m ryggsim po 13 år 32. 100 m bröstsim po 11 år oy

13. 100 m ryggsim fl 12 år 33. 100 m frisim fl 14 år

14. 100 m ryggsim po 12 år 34. 100 m frisim po 14 år

15. 100 m ryggsim fl 11 år oy 35. 100 m frisim fl 13 år

16. 100 m ryggsim po 11 år oy 36. 100 m frisim po 13 år

17. 200 m medley fl 14 år 37. 100 m frisim fl 12 år

18. 200 m medley po 14 år 38. 100 m frisim po 12 år

19. 200 m medley fl 13 år 39. 100 m frisim fl 11 år oy

20. 200 m medley po 13 år 40. 100 m frisim po 11 år oy

41. 8x50 m frisim mix

**Tävlingsregler:**

• Varje simmare får simma max tre individuella distanser samt lag.

• Yngre simmare får simma i äldre klass, men startar då i äldre klass i samtliga grenar.

• Varje gren går i två heat där den snabbaste simmaren simmar i heat två.

• I lagkappen skall det delta en pojke och en flicka från varje åldersklass. Varje län får ställa upp med två lag.

• Länslagen simmar på fast bana. Kronobergs län bana 3, Jönköpings län bana 4,

Östergötlands län bana 5, Kalmar län bana 6.