



SKÖVDE SIMSÄLLSKAP



SKÖVDE SIMSÄLLSKAP

GRENORDNING & TÄVLINGSTIDER DM/JDM 25m 2020

UPPDATERAD 2020-10-01

Dag 1 – Lör FM – Pass 1

Insim: Se PM

Start: Se PM

1. 400 Medley D
2. 100 Frisim D
3. 200 Brösts D
4. 50 Fjärilsim D

Paus 15 minuter

5. 200 Ryggsim D
16. 50 Brösts D
7. 200 Fjärilsim D
8. 50 Frisim D
9. 1500 Frisim D – 1 heat

Dag 2 – Sön FM – Pass 3

Insim: Se PM

Start: Se PM

19. 200 Frisim H
20. 100 Fjärilsim H
21. 50 Ryggsim H
22. 200 Medley H

Paus 15 minuter

23. 400 Frisim H
24. 100 Ryggsim H
33. 100 Brösts H
26. 100 Medley H
27. 800 Frisim H – 2 heat

Dag 1 – Lör EM – Pass 2

Insim: Se PM

Start: Se PM

10. 200 Frisim D
11. 100 Fjärilsim D
12. 50 Ryggsim D
13. 200 Medley D

Paus 15 minuter

14. 400 Frisim D
15. 100 Ryggsim D
6. 100 Brösts D
17. 100 Medley D
18. 800 Frisim D – 2 heat

Dag 2 – Sön EM – Pass 4

Insim: Se PM

Start: Se PM

28. 400 Medley H
29. 100 Frisim H
30. 200 Brösts H
31. 50 Fjärilsim H

Paus 15 minuter

32. 200 Ryggsim H
25. 50 Brösts H
34. 200 Fjärilsim H
35. 50 Frisim H
36. 1500 Frisim H – 1 heat

2013-01-26 // VSSF Styrelse
tillägg 2016-11-28 // VSSF Styrelse
Covid-19 anpassad 2020-09-21 // VSSF TK
Uppdaterad grenordning 2020-10-01 // VSSF/Skövde SS