



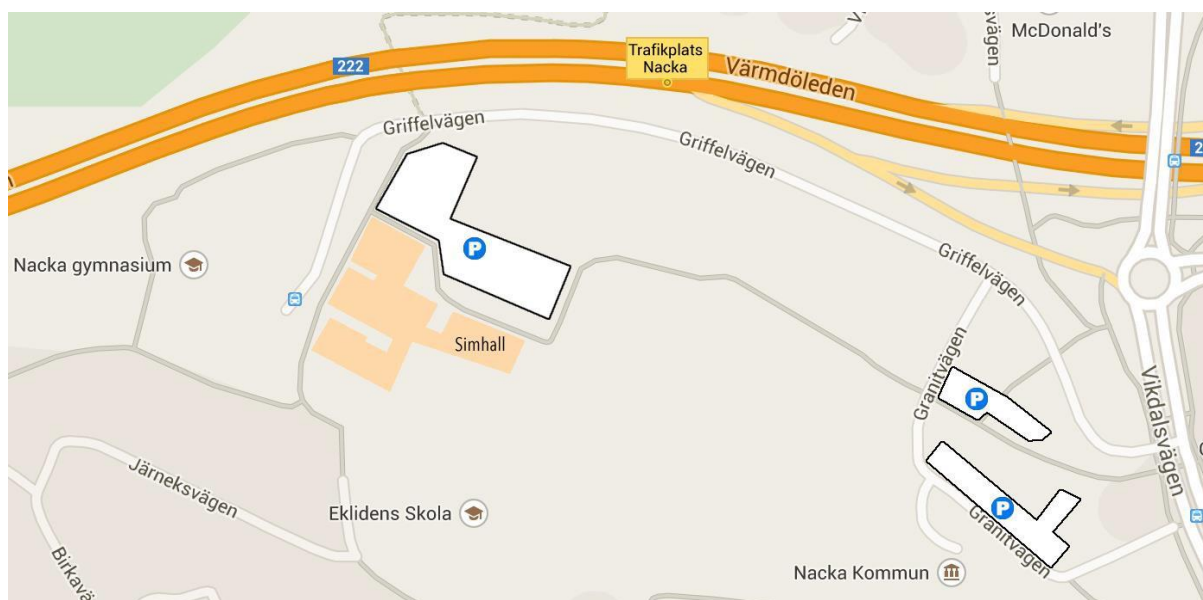
PM

Vårsimiaden 2022

Datum	7-8 maj 2022
Platser	Nacka Simhall, 25m bassäng, 6 banor
Tävlingstider	Lördag pass 1, insim kl. 09.00 – 09.45, start kl. 10.00 pass 2, insim kl. 14.00 – 14.45, start kl. 15.00 Söndag pass 3, insim kl. 09.00 – 09.45, start kl. 10.00 pass 4, insim kl. 14.00 – 14.45, start kl. 15.00
	Ny starttid för pass 1 och 3.
Deltagande klubbar	Gustavsberg, Skuru, Saltsjöbaden, SKK, Järfälla, Tyresö och Stockholmspolisen
Strykningar	Stockholms Simförbundet tar emot strykningar fram till och med torsdag 5 maj på post@stockholmsim.se . Senare strykningar inlämnas till resp. arrangörsklubb (se PM) och allra senast 1 timme före varje tävlingspass. För strykning därefter eller DNS uttas en avgift av 300 kr per start
Lagkapper	Laguppställningar lämnas in i Tränarappen eller på lagblankett senast 1 timme före start av respektive tävlingspass. Tränarappen skickas ut på fredag 7 maj.
Heatlistor	Anslås vid undervisningsbassängen i simhallen och i respektive klubbäck vid tävlingsbyrån
Resultat	Resultat anslås löpande vid undervisningsbassängen samt på www.livetiming.se
Livetiming	Tävlingarna kan följas via www.livetiming.se
Priser	Alla simmare kommer att få en deltagarmedalj
Funktionärer	Funktionärssamling kl 09.15 och 14.15 i klubbrummet, en våning ned via spiraltrappan vid kassan
Ledarmöte	Lördag kl 09.00, samling vid sekretariatet
Avsimning	Sker i undervisningsbassängen
Ryggsimsplattform	Kommer inte att användas på tävlingen
Tävlingsbyrå	Kommer att vara i simhallen
Simhallen	Det kommer bli trångt i simhallen på grund av bristen på öppna ytor. Varje heat kallas till start via callroom på grunda delen vid fönstren.
Nödutgångar	Dessa är utmarkerade, det är absolut förbjudet att gå ut från badet genom dessa. De används endast i nödsituation



- Omlädnig** Sker i uppmärkta rum, då det finns begränsat med skåp får ni gärna dela med en kompis, medtag hänglås
- Cafeteria** Skuru IK har cafeteria i simhallen. På gångavstånd finns Nacka Forum med flera lunchalternativ
- Parkering** P-skiva behövs för parkering utanför sporthallen. Då det är flera sportaktiviteter under helgen kan det bli begränsat med platser. Det går även att parkera vid Nacka kommunhus (avfart från Griffelvägen strax före simhallen, se karta nedan)
- Upplisningar** Skuru IK, Magnus Furingsten, 070-7569575 el funktionar@skurusim.se
Stockholms Simförbundet, 010-476 53 29 el post@stockholmsim.se





Grenordning

Pass 1 Lördag fm

- 1 4x50m medley Flickor 11–12år
- 2 4x50m medley Pojkar 11–12 år
Paus 5 min
- 3 100m frisim Flickor 12 år
- 4 100m frisim Pojkar 12 år
- 5 50m fjärilsim Flickor 11 år
- 6 50m fjärilsim Pojkar 11 år
Paus 10 min
- 7 100m bröstsim Flickor 12 år
- 8 100m bröstsim Pojkar 12 år
- 9 50m ryggsim Flickor 11 år
- 10 50m ryggsim Pojkar 11 år
- 11 100m medley Flickor 12 år
Paus 5 min
- 12 *4x100m frisim Mix 11-12 år

Pass 3 Söndag fm

- 24 4x50m medley Flickor 10 år o y
- 25 4x50m medley Pojkar 10 år o y
Paus 5 min
- 26 200m frisim Flickor 12 år
- 27 200m frisim Pojkar 12 år
- 28 50m frisim Flickor 10 år o y
- 29 50m frisim Pojkar 10 år o y
Paus 10 min
- 30 100m medley Flickor 11 år
- 31 100m medley Pojkar 11 år
- 32 50m bröstsim Flickor 10 år o y
- 33 50m bröstsim Pojkar 10 år o y
Paus 5 min
- 34 *4x100m medley Mix 11–12 år
- 35 *4x50m medley Mix 10 år o y

Pass 2 Lördag em

- 13 4x50m frisim Flickor 11–12 år
- 14 4x50m frisim Pojkar 11–12 år
Paus 5 min
- 15 100m ryggsim Flickor 12 år
- 16 100m ryggsim Pojkar 12 år
- 17 50m bröstsim Flickor 11 år
- 18 50m bröstsim Pojkar 11 år
Paus 10 min
- 19 50m fjärilsim Flickor 12 år
- 20 50m fjärilsim Pojkar 12 år
- 21 50m frisim Flickor 11 år
- 22 50m frisim Pojkar 11 år
- 23 100m medley Pojkar 12 år

Pass 4 Söndag em

- 36 4x50m frisim Flickor 10 år o y
- 37 4x50m frisim Pojkar 10 år o y
Paus 5 min
- 38 50m ryggsim Flickor 10 år o y
- 39 50m ryggsim Pojkar 10 år o y
- 40 25m fjärilsim Flickor 10 år o y
- 41 25m fjärilsim Pojkar 10 år o y
Paus 10 min
- 42 100m medley Flickor 10 år o y
- 43 100m medley Pojkar 10 år o y
Paus 5 min
- 44 *4x50m frisim Mix 10 år o yngre

*I mix lagkapper deltar 2 flickor – 2 pojkar