



## PM

### Vårsimiaden 2022

<b>Datum</b>	7-8 maj 2022
<b>Platser</b>	Vilundabadet, Upplands Väsby, 25m, 8 banor.
<b>Tävlingstider</b>	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.
	Insläpp sker 08.30 i Vilundasbadets entré
<b>Deltagande klubbar</b>	Väsby, Täby, Åkersberga, Danderyd, Norrtälje, SS04, Spårvägen
<b>Strykningar</b>	Lämnas till och med den 5 maj till <a href="mailto:post@stockholmsim.se">post@stockholmsim.se</a> därefter lämnas dem senast 1h innan respektive tävlingspass till sekretariatet eller registreras i Tränarappen
<b>Lagkapper</b>	Laguppställningar lämnas in i Tränarappen eller på lagblankett senast 1 timme före start av respektive tävlingspass
<b>Heatlistor</b>	Anslås i simhallen och varje deltagande klubb kan hämta heatlistor i sekretariatet
<b>Resultat</b>	Resultat anslås löpande på tavlor i simhallen samt på <a href="http://www.livetiming.se">www.livetiming.se</a>
<b>Livetiming</b>	Tävlingarna kan följas via <a href="http://www.livetiming.se">www.livetiming.se</a>
<b>Priser</b>	Alla simmare kommer att få en deltagarmedalj
<b>Funktionärer</b>	Samling 45 min innan tävlingsstart för varje pass vid Väsby's kansli i gamla hallen
<b>Ledarmöte</b>	Hålls på lördag 7 maj kl. 09.00 i idrottshallen
<b>Ryggsimsplattform</b>	Kommer inte att användas på tävlingen
<b>Ombyte</b>	Vad gäller ombyte för simmarna kan de hyra ett band för 50:- från medleys reception till ett skåp att låsa in sina saker i under tävlingen, eller så kan de förvara sina saker i idrottshallen
<b>Cafeteria/Försäljning</b>	Försäljning av fika och tränarfika kommer finnas i idrottshallen
<b>Upplysningar</b>	Väsby Simsällskap, Anton Widholm, 070-8123873 och mail: <a href="mailto:widholmanton@gmail.com">widholmanton@gmail.com</a> Stockholms Simförbund, 010-476 53 29 el <a href="mailto:post@stockholmsim.se">post@stockholmsim.se</a>



## Grenordning

### Pass 1 Lördag fm

- 1 4x50m medley Flickor 11–12år
- 2 4x50m medley Pojkar 11–12 år  
*Paus 5 min*
- 3 100m frisisim Flickor 12 år
- 4 100m frisisim 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 frisisim 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 frisisim Flickor 12 år
- 27 200m frisisim Pojkar 12 år
- 28 50m frisisim Flickor 10 år o y
- 29 50m frisisim 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 frisisim Flickor 11–12 år
- 14 4x50m frisisim 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 frisisim Flickor 11 år
- 22 50m frisisim Pojkar 11 år
- 23 100m medley Pojkar 12 år

### Pass 4 Söndag em

- 36 4x50m frisisim Flickor 10 år o y
- 37 4x50m frisisim 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 frisisim Mix 10 år o yngre

\*I mix lagkapper deltar 2 flickor – 2 pojkar