



Välkommen till

Regionalt GP DM/Para-DM

FALU
simsällskap

Lugnet, Falun den 11–12 oktober 2025

Tävlingsplats	Lugnets badhus 8x25m, Falun.
Bassäng:	25m, (8) banor med automatisk tidtagning.
Datum:	11–12 oktober 2025.
Tider:	Pass 1. Start 09.30 Insim 08.00 Pass 2. Start 15.30 Insim 14.00 Pass 3. Start 09.00 Insim 07.45 Pass 4. Start 15.00 Insim 13.45
Anmälan:	Anmälan görs via Tempus senast 25 september .
Begränsningar	Vi förbehåller oss rätten till begränsningar så att passen tar ca 3–3,5h.
Lagkapper	Lagkapperna simmas öppen klass och lagsamverkan mellan två föreningar är möjlig. Samverkan mellan två föreningar förutsätter att ingen av dessa föreningar har ett enskilt föreningsslag anmält till den aktuella grenen. Anmälan görs via mejl (tavling.mssf@vstmiddrotten.se) med angivande av gren, ingående föreningar och namn på simmarna. Ett kombinerat lag tävlar utom tävlan och får ingen placering.
Priser:	Till regionalt GP är det presentkort till de 6 främsta i följande åldersklasser, 13–16 år och 16 år och äldre med den högsta sammanräknade poängen, i 5 grenar enligt Aqua poäng. I lagkapperna räknar vi poäng enligt följande modell: Placering 1 ger 14 poäng, 2 ger 11 poäng, 3 ger 10 poäng, 4 ger 9 poäng, 5 ger 8 poäng och så vidare. Endast ett lag per förening räknas. Till Mellansvenskas simförbunds DM är det medaljer till de 3 främsta i varje individuell + lagkapps gren.
Mat och Logi:	Logi och matalternativ finns på sista sidan..
Upplysningar:	Falu Simsällskap E-post jens@falusim.se Mellansvenska Simförbundet: Jan Olsson, tel: 070-212 54 92, e-post: kansli.mssf@vstmiddrotten.se
Åldersgrupper	13–16 år, 17 år och äldre.

Grenordning

Pass 1 lördag 09.30

- 1 4x50m Frisim Damer
- 2 200m Frisim Herrar
- 3 400m Medley Damer
- 4 100m Fjärilsim Herrar
- 5 100m Frisim Damer
- 6 1500m Frisim Herrar
- 7 200m Bröstsims Damer
- 8 200m Medley Herrar
- 9 50m Fjärilsim Damer
- 10 50m Ryggsim Herrar
- 11 4x200m Frisim Damer

Pass 2 lördag 15.30

- 12 4x50m Medley Herrar
- 13 50m Frisim Damer
- 14 100m Ryggsim Herrar
- 15 800m Frisim Damer
- 16 400m Frisim Herrar
- 17 100m Bröstsims Damer
- 18 100m Medley Herrar
- 19 200m Ryggsim Damer
- 20 50m Bröstsims Herrar
- 21 200m Fjärilsim Damer
- 22 4x100m Frisim Herrar
- 23 4x100m Medley Damer

Pass 3 söndag 09.00

- 24 4x50m Frisim Herrar
- 25 200m Frisim Damer
- 26 400m Medley Herrar
- 27 100m Fjärilsim Damer
- 28 100m Frisim Herrar
- 29 1500m Frisim Damer
- 30 200m Bröstsims Herrar
- 31 200m Medley Damer
- 32 50m Fjärilsim Herrar
- 33 50m Ryggsim Damer
- 34 4x200m Frisim Herrar

Pass 4 söndag 15.00

- 35 4x50m Medley Damer
- 36 50m Frisim Herrar
- 37 100m Ryggsim Damer
- 38 800m Frisim Herrar
- 39 400m Frisim Damer
- 40 100m Bröstsims Herrar
- 41 100m Medley Damer
- 42 200m Ryggsim Herrar
- 43 50m Bröstsims Damer
- 44 200m Fjärilsim Herrar
- 45 4x100m Frisim Damer
- 46 4x100m Medley Herrar



Logi erbjudande under Regionalt GP/DM/Para-DM 2025

Scandic Hotell, Lugnet Falun

Priser föreningar

Enkelrum	1050kr/natt
Tvåbäddsrums	1150kr/natt
Trebäddsrums	1350kr/natt
Fyrbäddsrums	1550kr/natt

I rumspriserna ingår frukost och WIFI. Scandics sportmål kan beställas för 169kr.

Bokningsinstruktioner

Uppge bokningskod: 97482730

Grupper upp till 9 rum eller 14 personer bokas via falun@scandichotels.com

Grupper från 10 rum eller 15 person och uppåt bokas via sport.sweden@scandichotels.com

Betalning sker med kort på plats eller förskottsfaktura.

Föräldrar och supportrar

Föräldrar och supportrar får rabatt på boendet via www.scandichotes.se och uppge bokningskod PRO15SE vilket ger 15% rabatt på ordinarie pris.

Mat erbjudande under Regionalt GP/DM/Para-DM 2025

Lugnets restaurang och café

Lugnets restaurang och café erbjuder lunch och middagar vid arrangemang. Luncher erbjuds med varma matlådor med sallad och egna bestick 95 kr/st. Lunch på plats 140kr. Middag kostar 175kr. Beställning görs telefon: 023-102 10 eller mejl jan@lugnetfalun.se

Falu Väggkrog

Falu Väggkrog i Falun erbjuder lunchlådor levererade till Lugnet för 135kr. Lunchlådorna levereras till Lugnet och är större portioner med bestick, salladstråg, dryck och mugg. Mer <https://faluvaggkrog.se> Beställningen görs direkt till Johan på Falu Väggkrog johan@faluvaggkrog.se eller telefon 023-124 00.

Scandic Hotell

Scandic Hotell erbjuder lunch och middags under våra tävlingar. För bokning kontaktar du hotellet via mail falun@scandichotels.com eller telefon 023-669 22 10.