



ESKILSTUNA SIMKLUBB HAR NÖJET ATT BJUDA IN TILL

MIX MEGAPOL SIMCUP

1-2/10 2016

ESKILSTUNA - MUNKTELLBADET



Sparbanken
Rekarne



MAXI
ICA STORMARKNAD
ESKILSTUNA





- Plats:** Munktellbadet, Eskilstuna
- Tävlingstider:**
- | | |
|--------|------------------------------------|
| Pass 1 | kl 10:00-13:00 (Insim 09:00-09:45) |
| Pass 2 | kl 15:00-18:00 (Insim 14:00-14:45) |
| Pass 3 | kl 09:00-12:00 (Insim 08:00-08:45) |
| Pass 4 | kl 14:00-17:00 (Insim 13:00-13:45) |
- Tävlingsklasser:**
- | <u>Klass</u> | <u>Ålder</u> | <u>År</u> | <u>Distanser</u> |
|--------------|--------------|-----------|-------------------------------|
| A | 14 | 2002 | 100 ry, 100 br, 100 fr, 50 fr |
| B | 13 | 2003 | 100 ry, 100 br, 100 fr, 50 fr |
| AB | 13-14 | 2002-2003 | 100 fj, 200 me, 400 fr, |
| C | 12 år | 2004 | 50 fj, 100 ry, 100 br, 100 fr |
| D | 11 år | 2005 | 50 fj, 50 ry, 50 br, 50 fr |
| CD | 11-12 år | 2004-2005 | 100 me, 200 fr |
| E | 10 år | 2006 | 50 ry, 50 br, 50 fr |
| F | 9 år oy | 2007 oy | 50 ry, 50 br, 50 fr |
| EF | 10 år oy | 2006-2007 | 50fj, 100 me, 100 fr |
- Anmälan:** Via OCTO senast fre 16/9.
- Avgifter:** 55 kr för individuell start och 75 kr för lagkappsstart.
- Efteranmälan:** Via OCTO fram till fredag 30/9 kl 18:00 mot dubbel avgift.
- Strykningar:** Strykningar till Pass 1, via mail till esk.tavling@sormland.rf.se senast fredag 30/9 kl 18:00. Strykningar till övriga pass skall vara inlämnade till sekretariatet i samband med föregående pass slut.
- Priser:** Medalj till de tre främsta i varje gren.
- Gåvor:** Alla deltagare får en vattenflaska från Mix Megapol
- Klubbpris:** De tre bästa gästade klubbarna belönas med pokal och prispengar
1:a 10 p, 2:a 7 p, 3:a 5 p, 4:a 3 p, 5:a 2 p, 6:a 1 p
- Mat:** Vi erbjuder mat på restaurang Nordstjernen som ligger på gångavstånd från badet. Lunch 80 kr/Middag 90 kr.
- Skolsal och frukost:** Vi erbjuder övernattnig i skolsal samt frukost för 200 kr natt/person.
- Bokning:** Bokning av mat & logi ska skickas via mail i samband med anmälan. Anmälan är bindande.
- Försäljning:** Swimnet är på plats under hela helgen med ett brett sortiment.
- Upplysningar:**
- | | |
|---|--|
| <u>Anmälningar/OCTO</u>
Sven-Åke Gustafsson, tävlingssekreterare
0705-11 67 92
esk.tavling@sormland.rf.se
www.livetimeing.se | <u>Övrigt</u>
Christoffer Andersson, ESK kansli
0704 78 09 06
christoffer@sormland.rf.se
www.eskilstunasimklubb.se |
|---|--|



GRENORDNING

Pass 1 kl 10:00 Insim kl 09:00-09:45		
01.	50 m	Frisim P-A-14
02.	50 m	Frisim F-A-14
03.	50 m	Frisim P-A-13
04.	50 m	Frisim F-A-13
05.	50 m	Frisim P-B-12
06.	50 m	Frisim F-B-12
07.	50 m	Frisim P-C-11
08.	50 m	Frisim F-C-11
09.	50 m	Frisim P-D-10
10.	50 m	Frisim F-D-10
11.	50 m	Frisim P-E-9 oy
12.	50 m	Frisim F-E-9 oy
13.	200 m	Medley P-AB-13/14
14.	200 m	Medley F-AB-13/14
15.	100 m	Medley P-CD-11/12
16.	100 m	Medley F-CD-11/12
17.	100 m	Medley P-E-10 oy
18.	100 m	Medley F-E-10 oy

Pass 2, kl 15:00 Insim kl 14:00-14:45		
19.	400 m	Frisim P-AB-13/14
20.	400 m	Frisim F-AB-13/14
21.	50 m	Bröstsims P-F-9 oy
22.	50 m	Bröstsims F-F-9 oy
23.	50 m	Bröstsims P-E-10
24.	50 m	Bröstsims F-E-10
25.	50 m	Bröstsims P-D-11
26.	50 m	Bröstsims F-D-11
27.	100 m	Bröstsims P-C-12
28.	100 m	Bröstsims F-C-12
29.	100 m	Bröstsims P-B-13
30.	100 m	Bröstsims F-B-13
31.	100 m	Bröstsims P-A-14
32.	100 m	Bröstsims F-B-14
33.	4x50 m	Frisim "Mix-Race", 10 oy
34.	4x50 m	Frisim "Mix-Race", 11-12
35.	4x50 m	Frisim "Mix-Race", 13-14

Pass 3 kl 09:00 Insim kl 08:00-08:45		
36.	4x50 m	Medley "Mix-Race", 13-14
37.	200 m	Frisim F-CD-11/12
38.	200 m	Frisim F-CD-11/12
39.	50 m	Ryggsims F-F-9 oy
40.	50 m	Ryggsims P-F-9 oy
41.	50 m	Ryggsims F-E-10
42.	50 m	Ryggsims P-E-10
43.	50 m	Ryggsims F-D-11
44.	50 m	Ryggsims P-D-11
45.	100 m	Ryggsims F-C-12
46.	100 m	Ryggsims P-C-12
47.	100 m	Ryggsims F-B-13
48.	100 m	Ryggsims P-B-13
49.	100 m	Ryggsims F-A-14
50.	100 m	Ryggsims P-A-14
51.	4x50 m	Medley "Mix-Race", 12 oy

Pass 4, kl 15:00 Insim kl 14:00-14:45		
52.	100 m	Frisim F-EF-10 oy
53.	100 m	Frisim P-EF-10 oy
54.	100 m	Frisim F-D-11
55.	100 m	Frisim P-D-11
56.	100 m	Frisim F-C-12
57.	100 m	Frisim P-C-12
58.	100 m	Frisim F-B-13
59.	100 m	Frisim P-B-13
60.	100 m	Frisim F-A-14
61.	100 m	Frisim P-A-14
62.	50 m	Fjärilsims F-EF-10 oy
63.	50 m	Fjärilsims P-EF-10 oy
64.	50 m	Fjärilsims F-C-11
65.	50 m	Fjärilsims P-C-11
66.	50 m	Fjärilsims F-B-12
67.	50 m	Fjärilsims P-B-12
68.	100 m	Fjärilsims F-AB-13/14
69.	100 m	Fjärilsims P-AB-13/14
70.	8x50 m	Frisim "Mix-Race"

Mix-lagkapperna

4x50 mixas med 2 pojkar och 2 flickor i valfri ordning.
Yngre får ersätta äldre men dubblering är ej tillåten.

8x50 mixas med 1 flicka och 1 pojke från åldersklasserna nedan där yngsta flicka börjar och som följs av yngsta kille osv. Yngre får ersätta äldre.

11 år oy, 1 flicka och 1 pojke
12 år, - "-
13 år, - "-
14 år, - "-