

## Inbjudan till

### SUM - SIM Regionsfinal 2010

- Tävlingsdatum:** Lördagen den 13 November och Söndagen den 14 November 2010.
- Plats** Vilundabadet, Upplands Väsby
- Tävlingstider:** Klockan 09.00 - 12.00 Pass 1 och 3. (Insimning 07.45-08:50)  
Klockan 16.00 - 19.00 Pass 2 och 4. (Insimning 14.30-15.50)
- Anmälan:** Sker via OCTO anmälan.  
Kvalperiod 2009-10-30 till 2010-10-29  
Anmälan skall vara tillhanda senast lördagen den 30 oktober
- Efteranmälan:** Efteranmälan fram till Lördagen den 6/11 klockan 12.00, i de grenar som det finns plats i, se startlista [www.vss.se](http://www.vss.se).  
(Avgift 300 kronor/anmälan faktureras efter tävlingen av Väsby Simsällskap).
- Startavgifter:** 60:- per individuell start och 80:- per lagstart.
- Tävlingsbestämmelser:** **KLASSINDELNING och GRENNAR för både pojkar och flickor**

<b><u>Ålder:</u></b>	<b><u>ind.</u></b>
15-16 år (1994/95)	<i>100/200/400/800 alt 1500 frisim 100/200 rygg, 100/200 bröstsim 100/200 fjärl 200/400 medley</i>
14 år (1996)	<i>200/800 frisim, 200 ryggsim 200 bröstsim 100 fjärilsim 200/400 medley</i>
13 år o.y (1997-o sen)	<i>100/400 frisim 100 ryggsim 100 bröstsim 100 fjärilsim 200 medley</i>

**lag**

16 år o.y

*4x100 frisim  
4x100 medley*

14 år o.y

*4x100 frisim  
4x100 medley*

**Lagkapper:**

**Dubbling** får **ej** ske, dvs en yngre simmare (14 år o.y.) får inte delta i två (2) lagkappsklasser. En yngre simmare äger dock rätt att simma i den äldre klassen.

Skulle fler än ett lag från samma förening i samma lagkapp kvalificera sig till riksfinalen FÅR byte mellan lagens deltagare göras.

OM EN FÖRENING STARTAR MED FLERA LAG I SAMMA GREN I REGIONSFINALEN OCH ENDAST ETT LAG KVALIFICERAR SIG TILL RIKSFINALEN FÅR OCKSÅ BYTE SKE AV SIMMARE.

***Vid ev. diskning av ex. klubbens lag 2 får ej byte ske av simmare till lag 1 till Riksfinalen.***

**Strykning:**

Strykningar av simmare med strykningsskyltar som lämnas till vårt tävlingsbord uppe vid sekretariatet senast en (1) timme före första start i respektive tävlingspass.

**Begränsningar:**

Vi kommer begränsa antalet starter jämt fördelat över alla grenar så att passen ej överskrider 3 h.

**Riksfinal:**

SUM-SIM Riksfinal kommer att arrangeras den 11-12 December i Stockholm (8 banor). Vi presenterar löpande riksfinalisterna under tävlingsdagarna.

**Avsim:**

Undervisningsbassängen.

**LIVE timing:**

Kommer att finnas länk på VSS hemsida samt IC-controls hemsida.

- Mat :** Väsby SS erbjuder ett matriktigt alternativ i närheten av badet på Scandic Hotell. Antalet luncher per dag kommer att vara begränsat, så var vänlig att förboka till kansliet [sp@vss.se](mailto:sp@vss.se). (Stefan Petterson)
- Logi:** Vi kan ordna logi i Hasselgårdens lägerlokaler ca 1 km från badet. Kontakta kansliet [sp@vss.se](mailto:sp@vss.se).

V Ä L K O M N A  
V Ä S B Y S I M S Ä L L S K A P



## GRENORDNING, SUM-SIM 2010

### Pass 1

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| 1. 200 m fjärilsim  | Flickor 15-16år    |
| 2. 200 m medley     | Pojkar 15-16       |
| 3. 200 m frisim     | Flickor 14         |
| 4. 1500 m frisim    | Pojkar 15-16       |
| 5. 200 m frisim     | Flickor 15-16      |
| 6. 400 m frisim     | Pojkar 13 o yngre  |
| 7. 200 m medley     | Flickor 13 o yngre |
| 8. 200 m bröstsim   | Pojkar 15-16       |
| 9. 100 m ryggsim    | Flickor 15-16      |
| 10. 100 m fjärilsim | Pojkar 14          |
| 11. 400 m medley    | Flickor 14         |
| 12. 4x100 m medley  | Pojkar 16 o yngre  |
| 13. 4x100 m frisim  | Flickor 16 o yngre |

### Pass 2

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| 14. 200 m fjärilsim | Pojkar 15-16år     |
| 15. 200 m medley    | Flickor 15-16      |
| 16. 200 m frisim    | Pojkar 14          |
| 17. 100 m frisim    | Flickor 13 o yngre |
| 18. 100 m ryggsim   | Pojkar 13 o yngre  |
| 19. 200 m bröstsim  | Flickor 15-16      |
| 20. 200 m frisim    | Pojkar 15-16       |
| 21. 100 m fjärilsim | Flickor 14         |
| 22. 400 m medley    | Pojkar 14          |
| 23. 100 m fjärilsim | Flickor 13 o yngre |
| 24. 100 m bröstsim  | Pojkar 13 o yngre  |
| 25. 800 m frisim    | Flickor 15-16      |
| 26. 100 m ryggsim   | Pojkar 15-16       |
| 27. 4x100 m medley  | Flickor 14 o yngre |
| 28. 4x100 m frisim  | Pojkar 14 o yngre  |

### Pass 3

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| 29. 100 m frisim    | Pojkar 15-16år     |
| 30. 400 m frisim    | Flickor 15-16      |
| 31. 200 m medley    | Pojkar 14          |
| 32. 200 m ryggsim   | Flickor 14         |
| 33. 100 m bröstsim  | Pojkar 15-16       |
| 34. 200 m ryggsim   | Flickor 15-16      |
| 35. 200 m medley    | Pojkar 13 o yngre  |
| 36. 400 m frisim    | Flickor 13 o yngre |
| 37. 400 m medley    | Pojkar 15-16       |
| 38. 100 m fjärilsim | Flickor 15-16      |
| 39. 800 m frisim    | Pojkar 14          |
| 40. 200 m bröstsim  | Flickor 14         |
| 41. 4x100 m frisim  | Pojkar 16 o yngre  |
| 42. 4x100 m medley  | Flickor 16 o yngre |

### Pass 4

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| 43. 100 m frisim    | Flickor 15-16år    |
| 44. 400 m frisim    | Pojkar 15-16       |
| 45. 200 m medley    | Flickor 14         |
| 46. 200 m ryggsim   | Pojkar 14          |
| 47. 100 m ryggsim   | Flickor 13 o yngre |
| 48. 100 m frisim    | Pojkar 13 o yngre  |
| 49. 100 m bröstsim  | Flickor 15-16      |
| 50. 200 m ryggsim   | Pojkar 15-16       |
| 51. 800 m frisim    | Flickor 14         |
| 52. 200 m bröstsim  | Pojkar 14          |
| 53. 100 m bröstsim  | Flickor 13 o yngre |
| 54. 100 m fjärilsim | Pojkar 13 o yngre  |
| 55. 400 m medley    | Flickor 15-16      |
| 56. 100 m fjärilsim | Pojkar 15-16       |
| 57. 4x100 m frisim  | Flickor 14 o yngre |
| 58. 4x100 m medley  | Pojkar 14 o yngre  |