



# SÖDERTÄLJE MEET 2011

## Lagtävlingen med simning i världsklass!

- TID:** Söndagen den 2 oktober kl. 13.00-16.00
- VAR:** Sydpoolen, Södertälje
- INSLÄPP:** Vid SSS entré vid rondellen vid Sydpoolen
- INSIM:** Från kl. 13.00
- TÄVLINGSSTART:** Kl.14.00
- INFO/REGLER:** Tävlingen är en lagtävling där varje klubb lag ställer upp med en simmare per gren.  
Varje simmare får delta i max två individuella grenar, samt i lagkapperna.  
Efter gren 10 äger tränaren rätt att ändra starter.  
Tillgång till laguppställning vet endast egna klubben och tävlingssekretariatet.  
Deltagarantalet begränsas till 8 lag. Varje gren simmas i ett heat med final direkt. Deltagande avgörs genom ranking på SM.  
Poängen fördelas så att segraren får 10 poäng, tvåan 7 poäng, trean 6 poäng osv. (gäller även lagkapp)
- KLUBBAR:** Polisen, Södertälje, Södertörn, Väsby, Spårvägen
- SIMMARE:** Se nedan
- LEDARE/TRÄNARE:** Sven-Rune 0700-627 094
- SAMLING:** Sydpoolen kl 12.45

Södertälje Meet är en klubb tävling, där alla poäng är viktiga. "Ommöblering" i laguppställning kan bli aktuellt. Alla simmare förutsätts ställa upp på för klubbens bästa sätt.

### Gren

- 1 4X50m Medley Damer
- 2 4X50m Medley Herrar
- r **Paus 5min**
- 3 400m Frisim Damer
- 4 400m Frisim Herrar
- 5 100m Ryggsim Damer
- 6 100m Ryggsim Herrar
- 7 100m Bröstsims Damer
- 8 100m Bröstsims Herrar
- 9 200m Frisim Damer
- 10 200m Frisim Herrar
- Paus 10min**
- 11 100m Medley Damer
- 12 100m Medley Herrar
- 13 100m Fjärilsim Damer
- 14 100m Fjärilsim Herrar
- 15 400m Medley Damer
- 16 400m Medley Herrar
- 17 50m Frisim Damer
- 18 50m Frisim Herrar
- Paus 5min**
- 19 4X100m Frisim Damer
- 20 4X100m Frisim Herrar

### Truppen

- |                           |                 |
|---------------------------|-----------------|
| Desiree Andersson         | Matilda Angberg |
| Charlotte Myers           | Christine Ekman |
| Sophie Näsström           | Pontus Renholm  |
| David Ernstsson           | Lachlan Mcpheat |
| Joel Falk Hansson         | Anton Gomez     |
| Enrique Helgesson Porto.. |                 |

**Alla övriga simmare i Elitgruppen måste betrakta sig som reserver**

**Yoggi Yoggi!!!**

Gren

1	4X50m Medley Damer	Polisen D Lag 1	Christine, Matilda, Charlotte, Sofie
2	4X50m Medley Herrar	Polisen H Lag 1	Pontus, Anton, David, Enrique
3	400m Frisim Damer	Andersson, Desirée	
4	400m Frisim Herrar	Ernstsson, David	
5	100m Ryggsim Damer	Angberg, Matilda	
6	100m Ryggsim Herrar	Renholm, Pontus	
7	100m Bröstsım Damer	Näsström, Sophie	
8	100m Bröstsım Herrar	Gomez, Anton	
9	200m Frisim Damer	Ekman, Christine	
10	200m Frisim Herrar	Mcpheat, Lachlan	
11	100m Medley Damer	Ekman, Christine	
12	100m Medley Herrar	Renholm, Pontus	
13	100m Fjärilsım Damer	Myers, Charlotte	
14	100m Fjärilsım Herrar	Falk Hansson, Joel	
15	400m Medley Damer	Angberg, Matilda	
16	400m Medley Herrar	Mcpheat, Lachlan	
17	50m Frisim Damer	Myers, Charlotte	
18	50m Frisim Herrar	Ernstsson, David	
19	4X100m Frisim Damer	Polisen D Lag 1	Christine, Matilda, Charlotte, Sofie
20	4X100m Frisim Herrar	Polisen H Lag 1	David, Pontus, Enrique, Joel FH

alla övriga simmare i Elitgruppen måste betrakta sig som reserver.