

Speedo swim, Jönköping

19-20 september

Läs igenom PMet nogg. Det är viktigt att vi följer de regler som arrangören har satt upp för en säker tävling.

Plats: Rosenlundsbadet, Jönköping, ingen publik är tillåten.

Tränare: Lukas och Johanna (antal tränare är begränsat till en per åtta simmare)

Insim: Vi har blivit tilldelade insimningstiderna 9.20-9.50 samt 14.40-15.00 lördag och 9.20-9.50 samt 14.10-14.30 söndag på bana 2+3 i hoppbassängen. Det går endast att simma in dessa tider så se till att vara på plats i tid för att hoppa i då.

Tävlingstider: Se grenordningen nedan, där hittar ni även vilka tider grenarna startar.

Omklädning: Vi har blivit tilldelade konditionsdelen av gymmet som omklädningsrum. Det ligger en trappa upp vid vändningssidan och föreningens namn kommer stå på dörren.

Läktare: Det kommer finnas uppmärkt vart på läktaren vi ska sitta.

Uppvärmning: Uppvärmning sker utomhus samt på uppmärkta uppvärmningsytor. I övrigt är det ej tillåtet att vistas på bassängplan

Avsim: Avsim för alla udda grenar sker i hoppbassängen och för jämna grenar i utomhusbassängen, tänk på att hålla avstånd.

Kostnad: Starterna kostar föreningen 70 kr per start varav 35 kr per start kommer faktureras simmarna kvartalsvis. Detta gäller alla starter som kommer med i startlistan då det är dessa starter som föreningen får betala för. Man får alltså betala för sina anmälningar även vid sjukdom eller annat förhinder.

Strykningar: Sker på sms till 0739341535 så snart som möjligt, senast 2 timmar innan tävlingspassets start. Tomma banor kostar föreningen 300 kr som faktureras simmaren efter tävlingen.

Startlista: Hittar ni här: <http://www.livetiming.se/index.php?cid=5234>



Lördag Pass 1		Lördag Pass 2		Söndag Pass 3		Söndag Pass 4	
Gren		Gren		Gren		Gren	
1	50m frisim damer 10:00	9	100m frisim damer 16:00	17	50m frisim herrar 10:00	25	100m frisim herrar 15:30
2	100m bröstsim damer 10:30	10	200m medley damer 16:40	18	100m bröstsim herrar 10:30	26	200m medley herrar 16:10
3	400m medley damer 11:00	11	50m bröstsim damer 16:55	19	400m medley herrar 10:55	27	50m bröstsim herrar 16:25
4	50m ryggsim damer 11:10	12	100m ryggsim damer 17:15	20	50m ryggsim herrar 11:05	28	100m ryggsim herrar 16:45
5	200m frisim damer 11:30	13	200m fjärilsim damer 17:40	21	200m frisim herrar 11:20	29	200m fjärilsim herrar 17:10
6	100m fjärilsim damer 11:45	14	400m frisim damer 17:55	22	100m fjärilsim herrar 11:35	30	400m frisim herrar 17:20
7	200m ryggsim damer 12:10	15	200m bröstsim damer 18:10	23	200m ryggsim herrar 12:00	31	200m bröstsim herrar 17:35
8	100m medley damer 12:25	16	50m fjärilsim damer 18:25	24	100m medley herrar 12:15	32	50m fjärilsim herrar 17:45