



Säfte Simsällskap
välkomnar er till Säfte Simhall
26 oktober 2024

Anmälningar/TEMPUS och övriga frågor

Malin Borén, Säfte SS

070-221 34 41

malin@saffless.se

www.saffless.se

Tävling: Vattenmolekylen by Hexpol 2024, finns i två delar, Instegstävling och Fortsättningstävling.

Instegstävling

Vem: En nybörjartävling (Simförbundets Instegstävling) som är till för att man ska få prova på att tävla.

Man kan inte bli diskad. Man kan starta antingen från pallen, kanten eller vattnet (kan man dyka från pallen gör man det, men känner man sig osäker går det lika bra att starta från kanten eller från vattnet). Resultatlistan presenteras alfabetiskt. Resultat skickas inte in till Tempus.

På Instegstävlingen finns dessa grenar: 25 meter fjäril, 25 meter ryggsim, 25 meter bröstsim och 25 meter frisisim (crawl). Man väljer själv hur många av dessa grenar man vill tävla i. Dessa grenar simmas mixade med tjejer och killar.

Fortsättningstävling

Vem: Fortsättningstävling är Simförbundets nya tävlingsklass. Förr tävlade alla oavsett ålder med samma regler som på OS, men i Fortsättningstävling sker diskvalifikation endast om den tävlande:

- Gjort en grov tjuvstart.
- Simmat fel simsätt (med detta menas att simmaren till exempel simmar crawl i stället för bröstsim. Inte att simsättet är felaktigt, till exempel släpande armar i fjärilsim. Enstaka arm eller bentag i fel simsätt leder inte heller till diskvalifikation)
- Ej vidrört vägg vid vändning eller målgång.
- Dragit i linan.
- Hindrat medtävlare.

När man tävlar satsar man på att göra ett så bra lopp man själv kan, man jämför sig inte med de andra simmarna. Har man tävlat i samma gren tidigare kan man jämföra sig med sitt personliga rekord. Resultatlistan presenteras alfabetiskt. Resultat skickas till Tempus för registrering av tider.

I Fortsättningstävlingen finns dessa grenar: 50 meter fjäril, 50 meter ryggsim, 50 meter bröstsim och 50 meter frisisim, 100m medley och 200m medley. Man väljer själv hur många grenar man vill delta i. Dessa grenar simmas mixade med tjejer och killar.

Plats: Säffle Simhall, Tegnérgatan 20, Säffle
25m, 8 banor halvautomatisk tidtagning

Tävlingstider: Pass 1: Lördag 26 oktober kl. 10.00 (Insimning kl. 08.45-09.45)
Pass 2: Lördag 26 oktober start 75min efter pass 1 är slut, inkl. insim

- Åldersgrupper:** Instegstävling och Fortsättningstävling simmas mixed. Alla åldrar är välkomna.
- Anmälan:** Anmälan i TEMPUS Anmälan senast 12 oktober.
- Startavgift:** 70kr/individuell anmälan. Lagkapp 100kr/lag. Debitering sker av Säffle Simsällskap i efterhand. För efteranmälan 90kr/individuell anmälan och lagkapp 120kr/lag
Vid en ev. påminnelse tillkommer en avgift på 100kr.
- Efteranmälan:** Efteranmälan ska göras genom Tempus. Efteranmälan tas emot i mån av plats, efteranmälan görs senast 25 oktober kl. 12.00
Efteranmälda seedas efter tid.
- Heatbegränsning:** Vi förbehåller oss rätten att heatbegränsa vid för stort deltagarantal och att passen inte är längre än ca 3,5h.
- Seedning:** Seedning kommer ske 1 h före pass 1 och inför pass 2, 30 min efter pass 1 är slut. Kommer att ske efter anmälningstider, gäller även efteranmälda. Finns inga tider så är noll-tider godkända. Uppskattade tider är godkända.
- Strykningar:** Görs på tävlingsdagen till tävlingssekretariatet, ska ske senast en (1) timme före pass 1 början. Inför pass 2 ska strykningar anmälas till sekretariatet senast 30min efter pass 1 är slut. Man kan även maila strykningar till malin@saffless.se senast fredag 25 oktober kl.18.00.
- Tränare:** Tränarfika kommer att finnas under tävlingsdagarna.
- Priser:** Deltagarmedaljer delas ut till alla deltagare.
- Tävlingsbestämmelser:** Samtliga grenar genomförs i direktfinaler med seedade heat och seedade banor. Grenar simmas som mixed i Instegstävling samt Fortsättningstävling.
Provstart kommer att göras före tävlingens start.
- Omklädning:** Omklädning sker i simhallen med skåp på anvisat ställe, skåpen låses med en tagg, ansvarig tränare kvitterar ut taggar åt sina simmare/samt lämnar tillbaka alla taggar. Förlorade taggar debiteras med 100kr/st. Arrangören ansvarar ej för förlorade värdesaker. Efter tävlingen lämnas alla taggar tillsammans /förening tillbaka till kassapersonal.
- Avsimning:** Sker på 23,5m delen av bassängen, den grunda delen som ej används för tävling.
- Kafeteria:** Lättare förtäring kommer att finnas vid badets kafeteria.
- Upplysningar:** Tävlingsansvarig Säffle SS: Malin Borén 070-221 34 41
E-post: malin@saffless.se

Grenordning Vattenmolekylen by Hexpol 2024

Gren Pass 1 start kl. 10.00, insim kl. 08.45

1	100m medley	mixed	Fortsättningstävling
2	200m medley	mixed	Fortsättningstävling
3	25m bröstsim	mixed	Instegstävling
4	50m bröstsim	mixed	Fortsättningstävling
5	100m bröstsim	mixed	Fortsättningstävling
6	25m fjäril	mixed	Instegstävling
7	50m fjäril	mixed	Fortsättningstävling
8	4x25m frisim	mixed	Blanda som man vill

Gren Pass 2 start 75 min efter pass 1 är slut, inkl insim

9	25m ryggsim	mixed	Instegstävling
10	50m ryggsim	mixed	Fortsättningstävling
11	100m ryggsim	mixed	Fortsättningstävling
12	25m frisim	mixed	Instegstävling
13	50m frisim	mixed	Fortsättningstävling
14	100m frisim	mixed	Fortsättningstävling
15	4x25m medley	mixed	Blanda som man vill

Välkomna till Säffles simhall!

