



VSSF

i samarbete med SS STIMMET

Inbjuder härmed till
Vårsimiaden / Kraftsimmet, Laholm
Den 22-23 maj 2010

Tävlingen avgörs under två dagar med direktfinaler samt eltidtagning i:
Laholms Simhall (6 banor), SS Stimmet
Älvhögsborg (7 banor), Trollhättans SS

Anmälan: Skickas till karin.kbss@telia.com senast **fredag 7 maj**

Anmälningsavgift: 200kr kvarstår vid strykning

Startlistan: Publiceras på VSSF hemsida (www.vssf.nu) under vecka 18.

Funktionärer: En funktionär per pass:

Priser: Medaljer delas ut till de tre främsta på varje tävlingsplats. Vårsimiaden har sin specifika utformning och gällande Kraftsimmet/Fallracet så är det upp till de lokala arrangörerna vilken form de vill ha på de medaljerna!

Heatbegränsning: Alla anmälda till Vårsimiadens grenar skall få simma. D.v.s. inga heatbegränsningar på Vårsimiaden. Vi förbehåller oss dock rätten att efter samråd omfördela anmälda föreningar mellan tävlingsplatserna för undvikande av snedbelastning. Detta för att hålla **max 3,5 timmar/pass!**

Kraftsimmet/Fallracet grenarna kommer att arrangeras om tid finns över på varje simpass! De kommer i så fall att heatbegränsas upp till max 3 heat på 400/200 m sträckorna och 4 heat på 100 m sträckorna. Hälften av heaten kommer att simmas av gruppen 14-15 år och hälften i gruppen 16 år och äldre. Mixedlagkapperna är begränsad till max 2 heat, dock minst 4 st. startande lag från olika klubbar. Heatbegränsningen i lagkappen görs efter att alla klubbar får ha med åtminstone ett lag. Lagkappslagen i mixed skall bestå av två tjejer och två killar i åldern 14 år o ä.

GRENNAR: Vårsimiaden

Individuellt 10 år & y. 50 Frisim 50 Rygg 50 Bröst 25 Fjäril 100 Medley

11 år 100 Frisim 100 Rygg 100 Bröst 50 Fjäril 100 Medley

12 år 100 Frisim 100 Rygg 100 Bröst 100 Fjäril 200 Medley

200 Frisim

13 år 100 Frisim 100 Rygg 100 Bröst 100 Fjäril 200 Medley

400 Frisim

Lagkapper 11 år & y 4x50 Frisim 4x50 Medley

12-13 år 4x100 Frisim 4x100 Medley

GRENNAR: Kraftsimmet & Fallracet

Individuellt 14-15 år 100 Frisim 100 Rygg 100 Bröst 100 Fjäril 200 Medley

200 frisim 200 Rygg 200 Bröst 200 Fjäril 400 Frisim

16 år & ä 100 Frisim 100 Rygg 100 Bröst 100 Fjäril 200 Medley

200 frisim 200 Rygg 200 Bröst 200 Fjäril 400 Frisim

Lagkapper 14 år & ä 4x50 Medley Mixed

4x50 Frisim Mixed

Grenarna i Kraftsimmet/Fallracet simmas ihop och resultaten delas upp i grupper efter 14-15 år och 16 år & ä.

GRENORDNING

Pass 1 – Lördag 22/5

1. 200 m medley flickor 13 år
2. 200 m medley pojkar 13 år
3. 200 m medley flickor 12 år
4. 200 m medley pojkar 12 år
5. 200 m medley flickor 14 år & ä
6. 200 m medley pojkar 14 år & ä
7. 100 m bröstsim flickor 13 år
8. 100 m bröstsim pojkar 13 år
9. 100 m bröstsim flickor 12 år
10. 100 m bröstsim pojkar 12 år
11. 100 m bröstsim flickor 14 år & ä
12. 100 m bröstsim pojkar 14 år & ä
13. 100 m frisim flickor 13 år
14. 100 m frisim pojkar 13 år
15. 100 m frisim flickor 12 år
16. 100 m frisim pojkar 12 år
17. 4x50 medley mixed 14 år & ä
18. 4x100 m medley flickor 12-13 år
19. 4x100 m medley pojkar 12-13 år

Pass 2 – Lördag 22/5

20. 400 m frisim flickor 13 år
21. 400 m frisim pojkar 13 år
22. 200 m frisim flickor 12 år
23. 200 m frisim pojkar 12 år
24. 400 m frisim flickor 14 år & ä
25. 400 m frisim pojkar 14 år & ä
26. 100 m fjärilsim flickor 13 år
27. 100 m fjärilsim pojkar 13 år
28. 50 m fjärilsim flickor 12 år
29. 50 m fjärilsim pojkar 12 år
30. 100 m fjärilsim flickor 14 år & ä
31. 100 m fjärilsim pojkar 14 år & ä
32. 100 m ryggsim flickor 13 år
33. 100 m ryggsim pojkar 13 år
34. 100 m ryggsim flickor 12 år
35. 100 m ryggsim pojkar 12 år
36. 4x50 m frisim mixed 14 år & ä
37. 4x100 m frisim flickor 12-13 år
38. 4x100 m frisim pojkar 12-13 år

Pass 3 – Söndag 23/5

- 39.25 m fjärilsim flickor 10 år & y
40. 25 m fjärilsim pojkar 10 år & y
41. 50 m fjärilsim flickor 11 år
42. 50 m fjärilsim pojkar 11 år
43. 200 m fjärilsim flickor 14 år & ä
44. 200 m fjärilsim pojkar 14 år & ä
45. 50 m bröstsim flickor 10 år & y
46. 50 m bröstsim pojkar 10 år & y
47. 100 m bröstsim flickor 11 år
48. 100 m bröstsim pojkar 11 år
49. 100 m frisim flickor 14 år & ä
50. 100 m frisim pojkar 14 år & ä
51. 50 m frisim flickor 10 år & y
52. 50 m frisim pojkar 10 år & y
53. 100 m frisim flickor 11 år
54. 100 m frisim pojkar 11 år
55. 200 m Ryggsim flickor 14 år & ä
56. 200 m Ryggsim pojkar 14 år & ä
57. 4x50 m medley flickor 11 år & y
58. 4x50 m medley pojkar 11 år & y

Pass 4 – Söndag 23/5

59. 200 m frisim flickor 14 år & ä
60. 200 m frisim pojkar 14 år & ä
61. 100 m medley flickor 10 år & y
62. 100 m medley pojkar 10 år & y
63. 100 m medley flickor 11 år
64. 100 m medley pojkar 11 år
65. 100 m ryggsim flickor 14 år & ä
66. 100 m ryggsim pojkar 14 år & ä
67. 50 m ryggsim flickor 10 år & y
68. 50 m ryggsim pojkar 10 år & y
69. 100 m ryggsim flickor 11 år
70. 100 m ryggsim pojkar 11 år
71. 200 m bröstsim flickor 14 år & ä
72. 200 m bröstsim pojkar 14 år & ä
73. 4x50 m frisim flickor 11 år & y
74. 4x50 m frisim pojkar 11 år & y