

Örebro Simallians

INBJUDAN TILL KM OCH UTMANAREN

11-12 december 2015

KM

De simmare som skall simma KM är de som har simmat ut sig från Utmanaren för mellanpokalen (50 bröst, rygg, frisim samt 25 fjäril).

Klubbmästare blir den som samlar ihop flest FINA poäng på KM distanserna (de 6 bästa grenarna av 7 räknas samman). Det koras 4 stycken klubbmästare, 2 damer och 2 herrar.

Åldersindelning: 2002 och yngre samt 2001 och äldre.

Nytt för i år är att Mastersklassen (där alla föräldrar kan vara med), simmar i egna grenar.

Grenarna som simmas är 50 bröst, rygg, frisim samt fjärilsim. En dam och herre utses till Mastersklubbmästare, men mest på skoj!

Anmälan till er tränare SENAST den 2/12.

Utmanaren

Simmas på lördagen den 12 december och anmälan gör man till sin tränare senast den **2/12**.

OBS! Vissa distanser simmas på fredagen (100m bröst herrar och 100 m rygg herrar).

På denna deltävling finns ej 50 fjäril och 100 medley med.

Utmanaren är den första tävlingen som finns för nybörjare. Simmarna tävlar enbart med sig själva, mot sina egna tider. Tävlingen sker på hemmaplan i lugn och trygg miljö som simmaren känner till. Så fort man klarar att simma 25 meter får man ställa upp om man vill!

Tävlingen går fyra gånger per år. Två gånger på vårterminen och två gånger på höstterminen. På varje distans finns stipulationstider att uppnå i tre steg, brons, silver och guld. Efter att alla tiderna har uppnåtts delas en särskild guldpokal ut.

Hur går tävlingen till?

Alla startar först på 25 m sträckor i respektive simsätt. Först efter att guldtiden erövrats i ett simsätt får deltagaren gå vidare till 50 m distanserna i detta simsätt och till sist 100 m av simsättet. De olika tiderna som skall klaras av framgår på respektive inbjudan. Deltagarna får starta i valfritt antal grenar vid varje tävlingstillfälle, dock endast en start per simsätt.

Diskvalifikationer tillämpas inte för simmare som begått regelfel i simningen på 25 och 50 meters sträckorna (detta gäller ej 50 fjärilsim). Detta noteras och förklaras istället under den ordinarie träningen. På 100 m sträckorna tillämpar vi diskvalifikationer.

Har man klarat stipulationstiderna på 100 m sträckorna får man ändå fortsätta att vara med på dessa, men självklart får man bara pokal vid ett tillfälle!

För att vi ska kunna arrangera denna tävling behöver ALLA föräldrar hjälpa till! Anmäl er samtidigt som ni anmäler ert barn till tävlingen. Utmanaren, ett sätt att träna sig på att tävla!

Grenordning KM och Utmanaren

Fredag den 11:e december
Insim 16.00, Tävlingsstart 17.00

Gren 1, 400 Frisim Herrar
Gren 2, 100 Fjäril Damer
Gren 3, 100 Bröst Herrar (**även utmanaren**)
Gren 4, 50 Frisim Damer
Gren 5, 100 Rygg Herrar (**även utmanaren**)
Gren 6, 200 Medley Damer



Grenar som ingår i Utmanaren märkta i **GRÖNT**

Anmälan till tränarna senast 2/12 !

Lördag den 12:e december
Insim 08.00, Tävlingsstart 09.00

Gren 7, 400 Frisim Damer
Gren 8, 25 Ryggsim Flickor, endast utmanaren
Gren 9, 25 Ryggsim Pojkar, endast utmanaren
Gren 10, 100 Fjärilsim Herrar
Gren 11, 50 Ryggsim Flickor, endast utmanaren
Gren 12, 50 Ryggsim Pojkar, endast utmanaren
Gren 13, 50 Ryggsim Damer, masters
Gren 14, 50 Ryggsim Herrar, masters
Gren 15, 100 Bröstsım Damer
Gren 16, 25 Fjärilsim Flickor, endast utmanaren
Gren 17, 25 Fjärilsim Pojkar, endast utmanaren
Gren 18, 50 Fjärilsim Damer, masters
Gren 19, 50 Fjärilsim Herrar, masters
Gren 20, 50 Frisim Herrar
Gren 21, 25 Bröstsım Flickor, endast utmanaren
Gren 22, 25 Bröstsım Pojkar, endast utmanaren
Gren 23, 50 Bröstsım Flickor, endast utmanaren
Gren 24, 50 Bröstsım Pojkar, endast utmanaren
Gren 25, 50 Bröstsım Damer, masters
Gren 26, 50 Bröstsım Herrar, masters
Gren 27, 100 Ryggsım Damer
Gren 28, 25 Frisim Flickor, endast utmanaren
Gren 29, 25 Frisim Pojkar, endast utmanaren
Gren 30, 200 Medley Herrar
Gren 31, 50 Frisim Flickor, endast utmanaren
Gren 33, 50 Frisim Pojkar, endast utmanaren
Gren 32, 50 Frisim Damer, masters
Gren 34, 50 Frisim Herrar, masters
Gren 35, 100 Frisim Damer
Gren 36, 100 Frisim Herrar