



## Inbjudan till klubbmästerskap lördag den 21:e september 2019

Välkomna att anmäla er till KM 2019! Anmälan ska vara inne senast  
**onsdagen 11/9.**

I år blir det två pass. Eftermiddagspasset har samma grenordning som vid  
tidigare KM, men vi kör ett nytt roligt koncept på morgonpasset (se nedan).

### **Pass 1**

*För Elit, A-D-grupperna, Ungdomssimträning 2 och Masters*

<b>Insimning:</b>	<b>kl.8:00</b>	<b>Tävling:</b>	<b>kl.9:00</b>
Gren 1	100 meter	Herrar	
Gren 2	100 meter	Damer	
Gren 3	200 meter	Herrar	
Gren 4	200 meter	Damer	
Gren 5	100 meter	Herrar	
Gren 6	100 meter	Damer	

Varje simmare får simma (högst) två grenar. Alla grenar körs som extralopp,  
vilket innebär att man kan välja vilket simsätt man vill simma i varje gren. I  
samband med anmälan måste du skriva både vilka grenar du vill simma och  
vilket simsätt du vill simma i varje gren (till exempel gren 1, 100 fjäril och gren 3,  
200 medley).

Vi seedar sen varje gren utifrån anmälningstiderna. En äldre simmare som har  
en snabb tid på 100 bröstsim kan till exempel hamna i samma heat som en yngre  
simmare som simmar 100 frisim. På så sätt blir det jämna och spännande heat. I  
resultatlistan kommer dock 100 fjäril damer att redovisas för sig, 100 ryggsim  
damer redovisas för sig etc.

**Obs! Glöm inte att skriva både vilka grenar du vill simma och vilket simsätt du  
vill simma i varje gren.**

## Pass 2

*För grupperna som är med på pass 1 + Teknik, Medley, E-gruppen, Ungdomssimträning 1 och Nybörjarmasters (i familjelagkappen får man självklart vara med även om man inte går i någon av dessa grupper)*

**Insimning: kl.13:30**

**Tävling: kl.14:30**

Gren 21	2x25 m simning	Herrar	(Två generationer ett måste,
Gren 22	2x25 m simning	Damer	hjälpmedel som flytväst, badring
Gren 23	2x25 m simning	Mixed	eller liknande är godkänt)

--- PAUS ---

### ***OBS! Simmaren får endast tävla i 2 individuella grenar***

Gren 1	25 m fritt	Damer 10 år och yngre
Gren 2	25 m fritt	Herrar 10 år och yngre
Gren 3	100 m medley	Damer
Gren 4	100 m medley	Herrar
Gren 5	25 m fj	Damer 10 år och yngre
Gren 6	25 m fj	Herrar 10 år och yngre
Gren 7	50 m fjäril	Damer
Gren 8	50 m fjäril	Herrar
Gren 9	50 m rygg	Damer
Gren 10	50 m rygg	Herrar
Gren 11	25 m ry	Damer 10 år och yngre
Gren 12	25 m ry	Herrar 10 år och yngre
Gren 13	400 m fritt	Damer
Gren 14	400 m fritt	Herrar
Gren 15	25 m bröst	Damer 10 år och yngre
Gren 16	25 m bröst	Herrar 10 år och yngre
Gren 17	50 m bröst	Damer
Gren 18	50 m bröst	Herrar
Gren 19	50 m fritt	Damer
Gren 20	50 m fritt	Herrar
Gren 24	50 m simning	Tränare
Gren 25	2 x 50 m simning familjelagkapp (Final) (2 lag från varje familjeklass + 2 bästa tiderna)	

Kom ihåg att ni endast får simma två individuella grenar och en lagkapp. Om ni simmar lagkapp gäller det att ni ska vara två simmare i två olika generationer och ni måste komma på ett bra lagnamn.

Prisutdelning för alla grenar blir efter gren 25.

**OBS! Simmare från Elit, A, B, C och D hjälper till att ställa i ordning simhallen från kl 17:00 fredagen 20/9. Övriga som vill hjälpa till är också välkomna kl 17.00**

## Middagen

Middagen blir från klockan 18:00 på Balder (buffé). Maila anmälan till middagen i samband med att ni mailar anmälan till tävlingen. Om ni är flera som ska äta kan ni anmäla all mat på samma gång. Kom ihåg att skriva ålder, antal och eventuell specialkost. Anmälan till maten är bindande.

Pris mat: 0-5 år gratis 6-11 år 110kr 12 år→ 140kr

**Sista anmälningdag för både simtävlingen och middagen är onsdagen 11/9.**

Att vara med på tävlingen kostar ingenting! ☺