



DM och JDM (50 m) 2015

Mellansvenska Simförbundet och Upsala Simsällskap inbjuder samtliga föreningar i Mellansvenskadistriktet. Till DM och JDM (50m)

Plats: Fyrishov, Uppsala.

Antal banor: 8 x 50 meter

Tävlingsdatum: Lördag-Söndag den 6-7 juni 2015.

Tävlingstider:

Pass 1:	Klockan 10.00 (Insimning 08.30-09.50)
Pass 2:	Klockan 16.00 (Insimning 14.30-15.50)
Pass 3:	klockan 09.00 (Insimning 07.30-08.50)
Pass 4:	klockan 15.00 (Insimning 13.30-14.50)

Tävlingsbestämmelser: Samtliga grenar genomförs i direktfinaler vid både de individuella grenarna och lagkapperna, distriktsmästare koras vid samtliga individuella DM grenar och JDM grenar, distriktsmästare för lagkapper koras enbart vid DM grenar. Provstart skall göras före tävlingens start. I övrigt gäller Svenska Simförbundets tävlingsbestämmelser.

Anmälan: Anmälan skall vara registrerad i OCTO senast **fredagen den 22 Maj 2015**. Inget annat sätt att anmäla på är möjligt.

Startavgift: **55kr/individuell start och 80kr/lagstart**
Startavgiften faktureras av Mellansvenska Simförbundet.

Kvalperiod: Första dagen för motsvarande mästerskap året innan fram till 14 dagar innan första tävlingsdagen för mästerskapet.
2014-06-07 – 2015-05-22

Simmare som har uppnått kvaltid på en distans äger rätt att starta i grenar där inte kvaltid har uppnåtts i mån av plats.

Dessa anmälningar mailas till tavling.mssf@vstm.rf.se

Kvaltider: Se bilaga 2 (DM) samt bilaga 3 (JDM)

Efteranmälan: Efteranmälan registreras i OCTO senast torsdag den 4 Juni klockan 12.00. Inget annat sätt att efteranmäla på är möjligt.

100kr/individuell start och 150kr/lagstart
Startavgiften faktureras av Mellansvenska Simförbundet.
Efteranmälda simmare seedas in efter anmälningstid.



- Lagkapp:** Laguppställning **skall** lämnas till sekretariatet senast en (1) timme före tävlingspassets början.
- Strykningar:** Strykningar av simmare skall ske senast en (1) timme före Pass 1 och 3 samt för pass 2 och pass 4 senast 30 min efter att pass 1 och pass 3 avslutats.
Strykningar lämnas på strykningslistor med uppgivandet av simmarens unika ID-nr, namn, förening samt gren.
- Grenordning:** Se bilaga nr. 1.
- Priser:** Medaljer till de 3 främsta i varje individuell gren (DM & JDM)samt till de 3 främsta lagkappslagen (DM).
- Logi & Mat:** Alla måltider kan erbjudas på Fyrishov.
Frukost 69 kr. Lunch 95 kr. Middag 95 kr
- Campingstuga, Fyrishov, 4 bäddar, 695 kr./natt exkl. måltider.
- OBS! All bokning av mat & logi görs till Upsala Simsällskap.**
- Livetiming:** Tävlingen kommer att kunna följas genom Livetiming.
- Upplysningar:** Sven-Åke Gustafsson Upsala Simsällskap
Mail: tavling.mssf@vstm.rf.se Mail: kansli@upsalasinu
Mobiltele: 070-511 67 92 Telefon: 018-22 21 64

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA.



Bilaga nr. 1

GRENORDNING

JDM/DM 50 m

Gren	lördag Pass 1		Gren	söndag Pass 3	
	Insim: 08.30-09.50 Start: 10.00			Insim: 07.30-08.50 Start: 09.00	
1	200 medley	Herrar	21	200 medley	Damer
2	800 frisim	Damer	22	800 frisim	Herrar
3	50 frisim	Herrar	23	50 ryggsim	Damer
4	50 frisim	Damer	24	50 ryggsim	Herrar
5	200 bröstsim	Herrar	25	200 frisim	Damer
6	200 bröstsim	Damer	26	200 frisim	Herrar
7	100 fjärilsim	Herrar	27	100 bröstsim	Damer
8	100 fjärilsim	Damer	28	100 bröstsim	Herrar
9	400 frisim	Herrar	29	400 frisim	Damer
10	4x200 frisim	Damer	30	4x200 frisim	Herrar
Gren	lördag Pass 2		Gren	söndag Pass 4	
	Insim: 14.30-15.50 Start: 16.00			Insim: 13.30-14.50 Start: 15.00	
11	400 medley	Damer	31	400 medley	Herrar
12	50 fjärilsim	Herrar	32	50 bröstsim	Damer
13	50 fjärilsim	Damer	33	50 bröstsim	Herrar
14	200 ryggsim	Herrar	34	200 fjärilsim	Damer
15	200 ryggsim	Damer	35	200 fjärilsim	Herrar
16	100 frisim	Herrar	36	100 ryggsim	Damer
17	100 frisim	Damer	37	100 ryggsim	Herrar
18	1500 frisim	Herrar	38	1500 frisim	Damer
19	4x100 medley	Damer	39	4x100 frisim	Herrar
20	4x100 medley	Herrar	40	4x100 frisim	Damer



Bilaga nr 2.

Kvaltider DM 25m och DM 50m

Herrar	25m	50m
50m frisim	00:26,31	00:26,99
100m frisim	00:58,31	00:59,99
200m frisim	02:11,29	02:14,27
400m frisim	04:47,88	04:53,79
800m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat
1500m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat
50m bröst	00:34,40	00:35,31
100m bröst	01:16,28	01:18,52
200m bröst	02:52,35	02:57,03
50m rygg	00:31,86	00:33,51
100m rygg	01:09,27	01:12,54
200m rygg	02:38,59	02:44,24
50m fjäril	00:29,27	00:29,93
100m fjäril	01:08,66	01:10,02
200m fjäril	03:27,45	03:30,68
100m medley	01:07,94	-----
200m medley	02:29,64	02:33,72
400m medley	Max 3 heat	Max 3 heat

Lagkapp Herrar	25m	50m
4X50m frisim DM25	Max 3 heat	Max 3 heat
4X100m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat
4X200m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat
4X50m medley DM25	Max 3 heat	Max 3 heat
4X100m medley	Max 3 heat	Max 3 heat

Damer	25m	50m
50m frisim	00:29,23	00:29,70
100m frisim	01:03,84	01:05,18
200m frisim	02:20,98	02:23,51
400m frisim	04:58,65	05:03,53
800m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat
1500m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat
50m bröst	00:38,07	00:38,97
100m bröst	01:22,74	01:24,54
200m bröst	03:02,74	03:06,64
50m rygg	00:34,87	00:36,30
100m rygg	01:15,13	01:17,41
200m rygg	02:42,96	02:47,03
50m fjäril	00:32,38	00:32,64
100m fjäril	01:14,01	01:14,58
200m fjäril	03:59,86	04:01,01
100m medley	01:13,80	-----
200m medley	02:39,41	02:42,41
400m medley	Max 3 heat	Max 3 heat

Lagkapp Damer	25m	50m
4X50m frisim DM25	Max 3 heat	Max 3 heat
4X100m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat
4X200m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat
4X50m medley DM25	Max 3 heat	Max 3 heat
4X100m medley	Max 3 heat	Max 3 heat

25 m Kvaltider: 50:e tid 50/100, 50:e 200, 50:e 400, max heat på 400 medley och 800/1500

50 m Kvaltider: 25 m + SSF Omräkningsfaktor, max heat på 400 medley och 800/1500

OCTO: 2010-01-01 – 2011-12-31



Bilaga 3.

Kvaltider JDM25 och JDM50

Herrar	25m	50m	Damer	25m	50m
50m frisim	00:26,79	00:27,47	50m frisim	00:29,39	00:29,86
100m frisim	00:58,76	01:00,44	100m frisim	01:04,09	01:05,43
200m frisim	02:11,63	02:14,61	200m frisim	02:21,04	02:23,57
400m frisim	04:49,20	04:55,11	400m frisim	04:58,67	05:03,55
800m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat	800m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat
1500m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat	1500m frisim	Max 3 heat	Max 3 heat
50m bröst	00:35,35	00:36,26	50m bröst	00:38,35	00:39,25
100m bröst	01:18,24	01:20,48	100m bröst	01:23,17	01:24,97
200m bröst	02:56,11	03:00,79	200m bröst	03:03,46	03:07,36
50m rygg	00:32,16	00:33,81	50m rygg	00:34,92	00:36,35
100m rygg	01:10,03	01:13,30	100m rygg	01:15,13	01:17,41
200m rygg	02:49,60	02:55,25	200m rygg	02:42,96	02:47,03
50m fjäril	00:29,47	00:30,13	50m fjäril	00:32,43	00:32,69
100m fjäril	01:09,35	01:10,71	100m fjäril	01:14,50	01:15,07
200m fjäril	03:40,01	03:43,24	200m fjäril	03:59,86	04:01,10
100m medley	01:08,61	-----	100m medley	01:13,88	-----
200m medley	02:31,34	02:35,42	200m medley	02:39,79	02:40,03
400m medley	Max 3 heat	Max 3 heat	400m medley	Max 3 heat	Max 3 heat

25 m Kvaltider: 50:e tid 50/100, 50:e 200, 50:e 400, max heat på 400 medley och 800/1500

50 m Kvaltider: 25 m + SSF Omräkningsfaktor, max heat på 400 medley och 800/1500

OCTO: 2010-10-01 – 2011-12-31