



Linköpings Allmänna Simsällskap

Välkomnar till årets upplaga av

Nuss-äldre

SIMHALLEN LINKÖPING 5-7 FEBRUARI 2016

INSIMNING

Fredag

Pass 1 16.30-17.20

Lördag och söndag

Pass 2 och 4 07.15-08.15 (inläpp från 07.00)

Pass 3 och 5 13.30-14.45

TÄVLING

Fredag

Pass 1 17.30

Lördag

Pass 2 08.20

Pass 3 14.50

Söndag

Pass 4 08.20

Pass 5 14.50

TÄVLINGSBYRÅ

Öppettider:

Fredag 15.30- 19.00

Lördag 07.00-9.30 & 13.30-15.00

Söndag 07.00-9.30 & 13.30-15.00

STRYKNINGAR

Strykningar till pass 1 skall göras senast en timma före tävlingsstart. För övriga pass gäller att strykningar ska vara inlämnade senast 30 min efter att förgående pass avslutats.

OBS! Även reserver skall strykas.

Strykningar som görs senare än ovanstående tider, eller tom bana, kostar 300 kr. Strykingsblanketter finns i tävlingsbyrån. De går även att ladda ner från vår hemsida.

LAGUPPSTÄLLNINGAR

Lämnas till tävlingsbyrån senast 60 minuter innan tävlingspassets start. För sent inlämnad laguppställning kostar 300:-.

Laguppställningsblanketter finns i tävlingsbyrån, de går även att ladda ner från vår hemsida..

| | |
|----------------------|---|
| OMKLÄDNING | Till omklädningsskåpen behövs en tia, skåpen är bara till för simmare och ledare. Medföljande föräldrar kan inte utnyttja omklädningsskåpen. |
| LIVETIMING | LASS erbjuder Live-timing. Följ länken: www.livetiming.se |
| AVBAD | Under pågående tävling inne i träningsbassängen på anvisade banor. |
| PRISER | NUSS-medaljer: Guld, Silver, Brons till placering 1 - 3 (Lagmedlemmar i lagkapper) Årets tre bästa NUSS-klubbar, högsta totalpoäng från årets tre tävlingar erhåller 5000:-, 3000:- och 2000:-. Poängberäkning: 14, 11, 10,9,8,7,6,5,4,3,2,1. Dubbel poäng i lag. |
| PRISUTDELNING | Skер enligt grenordning för NUSS. |
| MAT | Serveras i S:t Larsgården ca 5 min från badet, där serveras all mat även frukost. Sista dag för definitiv matbokning är onsdagen den 20 januari. Lunch 85 kronor Middag 95 kronor |
| LOGI | Går att boka på Ljunstedska skolan ca 15 min promenad från badet. Alla platser på golv utan madrass. Sista dag för definitiv logibokning är onsdagen den 20 januari. Kostnad: 150 kronor/ person och natt inkl. frukost. OBS! Frukost serveras på S:t Larsgården! Sänglinne/sovsäck och liggunderlag medtages. All nödvändig information samt nycklar lämnas ut i tävlingsbyrån på fredagskvällen, kl. 15.30-19.00 eller enl. ök med LASS kansli tel. 013 139608, 8.00-12.00. |
| TRÄNARFIKA | Kommer att finnas under hela tävlingen. |
| TEKNISKT MÖTE | En ledare/tränare från varje deltagande förening kallas till tekniskt möte på fredagen kl. 16.35 i LASS-gymmet. |
| ÖVRIGT | Försäljning av simutrustning kommer att finnas under hela tävlingen. |

Välkomna & Lycka till!