

Sparbanken  
Rekarne



*...gör skillnad...*

## Tävlings-PM för Sum-Sim Region 12-13/11

Munktellbadet, Eskilstuna  
Holger Lindmarks plats 4

Tack vare Sparbanken Rekarne kommer vi åt fler och större omklädningsrum under tävlingen!

### Inpassering:

#### Aktiva

Ingång via huvudentrén, i receptionen fås ett armband som ska bäras under tävlingsdagarna och som även fungerar till skåpen.

Vid lunchpausen går alla simmare ut och in genom publikentrén.

När man har tävlat klart på lördagen går man ut via huvudentrén och lämnar tillbaka bandet. Nytt band fås på söndag morgon.

Entrén är öppen från kl 07:30

#### Tränare, funktionärer, publik

Ingång via publikentrén, fortsatt längs med långsidan av byggnaden för att komma dit. Inga aktiva går in den vägen utan hänvisas till huvudentrén.

### Trivselregler:

Vi ber alla våra gäster att respektera

- Alla skofria zoner
- Alla hygienzoner
- Avspärrningar och andra anvisningar

### Hygien:

Alla som ska simma måste tvätta sig innan med tvål, utan badkläder.

### Omklädningsrum:

Aktiva använder omklädningsrummen i anslutning till huvudentrén medan tränare och funktionärer använder omklädningsrummen i anslutning till publikentrén. Ingen blandning får ske.

### Temperatur:

Det är väldigt varmt i simhallen, välj rätt klädsel och drick mycket.



- Tävlingstider:**
- |        |                                    |
|--------|------------------------------------|
| Pass 1 | kl 09:00-12:30 (Insim 08:00-08:45) |
| Pass 2 | kl 16:00-19:00 (Insim 15:00-15:45) |
| Pass 3 | kl 09:00-12:00 (Insim 08:00-08:45) |
| Pass 4 | kl 16:00-19:15 (Insim 12:00-12:45) |
- Avbad:** 2 st 25 m banor är tillgängliga för avbad på andra sidan bryggan.
- Tekniskt möte:** Lördag kl 08:10 med en ledare från varje förening på anvisad plats.
- Strykningar:** Strykningar skickas till [esk.tavling@sormland.rf.se](mailto:esk.tavling@sormland.rf.se) senast fre 11/11 kl 18:00, då vi seedar Pass 1. Strykningar till övriga pass skall vara inlämnade till sekretariatet i samband med att föregående pass avslutats alternativt via appen. Info om hur ni stryker via den fås i klubbfacket.
- Prisutdelningar:**
- |        |  |
|--------|--|
| Pass 1 | – Efter gren 6 och 12                        |
| Pass 2 | – Innan gren 15 och efter gren 20, 26 och 28 |
| Pass 3 | – Efter gren 34 och 40                       |
| Pass 4 | – Innan gren 43 och efter gren 48, 56 och 58 |
- Lunch och middag:** För er som har bokat mat serveras den på restaurang Nordstiernan (Västra Storgatan 20) som ligger på gångavstånd från Munktebbadet.
- Skolsal + frukost:** För er som har bokat logi i skolsal är det i St:Eskils gymnasium (Smedjegatan 3-5), nyckel fås vid tekniskt möte eller enligt ök. Frukosten serveras på restaurang Nordstiernan.
- Cafeteria:** Under läktaren har vi cafeteria, betala kontant eller med swish 123 218 22 85
- Försäljning:** Swimnet kommer att vara på plats under hela helgen.
- Uppllysningar:**
- |   |   |
|---|---|
| <u>Anmälningar/OCTO</u><br>Sven-Åke Gustafsson<br>0705-11 67 92<br><a href="mailto:esk.tavling@sormland.rf.se">esk.tavling@sormland.rf.se</a><br><a href="http://www.livetiming.se">www.livetiming.se</a> | <u>Övrigt</u><br>Christoffer Andersson<br>0704-78 09 06<br><a href="mailto:christoffer@sormland.rf.se">christoffer@sormland.rf.se</a><br><a href="http://www.eskilstunasimklubb.se">www.eskilstunasimklubb.se</a> |
|---|---|



Lördag				Söndag			
Gren	Pass 1 9.00			Gren	Pass 3 9.00		
1	200 medley	pojkar	15-16 år	29	400 frisim	flickor	15-16 år
2	200 fjäril	flickor	15-16 år	30	100 frisim	pojkar	15-16 år
3	200 frisim	pojkar	14 år	31	200 ryggsim	flickor	14 år
4	200 frisim	flickor	14 år	32	200 medley	pojkar	14 år
5	1500 frisim	pojkar	15-16 år	33	200 ryggsim	flickor	15-16 år
6	200 frisim	flickor	15-16 år	34	100 bröstsim	pojkar	15-16 år
7	400 frisim	pojkar	13 år o y	35	400 frisim	flickor	13 år o y
8	200 medley	flickor	13 år o y	36	200 medley	pojkar	13 år o y
9	200 bröstsim	pojkar	15-16 år	37	100 fjärilsim	flickor	15-16 år
10	100 ryggsim	flickor	15-16 år	38	400 medley	pojkar	15-16 år
11	100 fjärilsim	pojkar	14 år	39	200 bröstsim	flickor	14 år
12	100 fjärilsim	flickor	14 år	40	800 frisim	pojkar	14 år
13	4x100 medley	pojkar	16 år o y	41	4x100 medley	flickor	16 år o y
14	4x100 frisim	flickor	16 år o y	42	4x100 frisim	pojkar	16 år o y
<b>Pass 2 16.00</b>				<b>Pass 4 16.00</b>			
15	200 medley	flickor	15-16 år	43	400 frisim	pojkar	15-16 år
16	200 fjärilsim	pojkar	15-16 år	44	100 frisim	flickor	15-16 år
17	100 frisim	flickor	13 år o y	45	200 ryggsim	pojkar	14 år
18	100 ryggsim	pojkar	13 år o y	46	200 medley	flickor	14 år
19	200 bröstsim	flickor	15-16 år	47	100 frisim	pojkar	13 år o y
20	200 frisim	pojkar	15-16 år	48	100 ryggsim	flickor	13 år o y
21	400 medley	flickor	14 år	49	200 ryggsim	pojkar	15-16 år
22	400 medley	pojkar	14 år	50	100 bröstsim	flickor	15-16 år
23	100 fjärilsim	flickor	13 år o y	51	200 bröstsim	pojkar	14 år
24	100 bröstsim	pojkar	13 år o y	52	800 frisim	flickor	14 år
25	1500 frisim	flickor	15-16 år	53	100 fjärilsim	pojkar	13 år o y
26	100 ryggsim	pojkar	15-16 år	54	100 bröstsim	flickor	13 år o y
27	4x100 frisim	flickor	14 år o y	55	100 fjärilsim	pojkar	15-16 år
28	4x100 medley	pojkar	14 år o y	56	400 medley	flickor	15-16 år
				57	4x100 frisim	pojkar	14 år o y
				58	4x100 medley	flickor	14 år o y