



PM UGP 1 2017

- Tävlingsplats:** Njurundahallen Kvissleby, 25 m, 6 banor
- Tävlingstider:**
- | | | | |
|---------|--------------|------------------------|------------------|
| Pass 1: | Lördag 21/10 | Insim: kl. 08.30-09.45 | Start: kl. 10:00 |
| Pass 2: | Lördag 21/10 | Insim: kl. 14.30-15.45 | Start: kl. 16:00 |
| Pass 3: | Söndag 22/10 | Insim: kl. 07.30-08.45 | Start: kl. 09.00 |
| Pass 4: | Söndag 22/10 | Insim: kl. 13.30-14.45 | Start: kl. 15.00 |
- Efteranmälan:** Efteranmälan får mot en avgift om 100 kr per start göras i mån av plats. Anmälan ska vara inne senast 1 tim före respektive tävlingspass start. Kostnaden faktureras i efterskott.
- Tränarapp:** Inloggningsuppgifter är utskickade och kan även hämtas i tävlingsbyrån på plats.
- Strykningar:** Strykningar görs via tränarappen eller på avsedd blankett på plats. Blankett finns att hämta i tävlingsbyrån. Strykningar ska vara tävlingssekretariatet tillhanda senast 1 tim före respektive tävlingspass start. Sent inlämnad strykning faktureras i efterskott. Avgift 100 kr.
- Hängande start:** Beslut om hängande start tas på ledarmötet.
- Ledarmöte:** Sker **lördag kl. 09.00** i konferensrummet på övervåningen. En representant från varje klubb.
- Heatlistor:** Varje klubb kan hämta heatlistor i tävlingsbyrån. Heatlistor anslås även på anvisad plats.
- Prisutdelning:** Vi ber alla tränare att se till att simmarna är på plats så att prisutdelningarna kan ske smidigt och snabbt. Prisutdelningstillfällen framgår av tidssimuleringar.
- Resultat:** Tävligen kan följas via Livetiming. En komplett resultatlista och Grodan resultatfil kommer att finnas på vår hemsida efter tävlingen. Inga resultat delas ut under tävlingen. Hemsida: www.sundsvalls-ss.se
- Livesändning:** Tävligen kan följas via Livetiming: <https://www.livetiming.se>
- Tränarfika:** Vi bjuder på tränarfika i konferensrummet på övervåningen
- Omklädning:** Sker i massomklädningsrum SSS ansvarar ej för förlorade saker.
- Avsim:** Avsimning sker i undervisningsbassängen under pågående tävling. Efter avslutat pass går det bra att simma av i tävlingsbassängen.
- Fika:** Under tävlingspassen finns möjlighet att köpa kaffe och förfriskningar i kafeterian på övervåningen.

Golvboende: Ansvarig ledare kontakter tävlingsbyrån för nyckel.
Nyckel återlämnas i samband med start pass 4 till tävlingsbyrån.
Om lokaler inte lämnas i samma skick som de mottogs faktureras en städavgift om 1500 kronor. Klubbarna ansvarar för slutstäd.

Frukost: För golvboende i Soledeskolan, söndag 06.30.

Förbeställd mat: Luncherna och middagarna serveras i Opalen Kvissleby.
Lokalen ligger i anslutning till badhuset.

Mattider:	Lördag	Lunch	12.00-14.00
		Middag	17.45-19.30
	Söndag	Lunch	11.00-13.00

Meny:	Lördag	Lunch	Pastagrätäng med köttfärs.
		Middag	Biff nudelwok med sweetchili.
	Söndag	Lunch	Kycklingryta med kokosmjölk samt ris

I måltiderna ingår salladsbuffé samt måltidsdryck och kaffe.

Varmt Välkomna!

Sundsvalls Simsällskap



Grenordning

Grenar

EJ UGP		KLASS	UGP		KLASS
50	Fjärilsim	F	Frisim:	100m, 200m, 400m, 800m, 1500m	A, B, C, D, E
50	Ryggsim	F	Ryggsim:	100m, 200m	A, B, C, D, E
50	Bröstsimsim	F	Bröstsimsim:	100m, 200m	A, B, C, D, E
50	Frisim	F	Fjärilsim:	100m, 200m	A, B, C, D, E
100	Bröstsimsim	G	Medley:	200m, 400m	A, B, C, D, E
100	Frisim	G			
100	Fjärilsim	G			
100	Ryggsim	G			

Klass A	16-17 år
Klass B	15 år
Klass C	14 år
Klass D	13 år
Klass E	12 år
Klass F	0-11 år (ingår ej i UGP)
Klass G	18 år och äldre (ingår ej i UGP)

Pass 1

Insim 08:30-09:45

Start 10:00

1	50 ¹	Fjärilsim	Damer
2	50 ¹	Fjärilsim	Herrar
3	200	Frisim	Damer
4	100	Fjärilsim	Herrar
5	100	Bröstsimsim	Damer
6	200	Bröstsimsim	Herrar
7	50 ¹	Ryggsim	Damer
8	50 ¹	Ryggsim	Herrar
9	400	Medley	Damer
10	1500 ²	Frisim	Herrar
11	800 ²	Frisim	Herrar

Pass 2

Insim 14:30-15:45

Start 16:00

12	200	Fjärilsim	Damer
13	200	Medley	Herrar
14	400	Frisim	Damer
15	100	Ryggsim	Herrar
16	100 ¹	Bröstsimsim	Damer
17	100 ¹	Bröstsimsim	Herrar
18	200	Ryggsim	Damer
19	100	Frisim	Herrar
20	100 ¹	Frisim	Damer
21	100 ¹	Frisim	Herrar

Pass 3

Insim 07:30-08:45

Start 09:00

22	50 ¹	Bröstsimsim	Herrar
23	50 ¹	Bröstsimsim	Damer
24	200	Frisim	Herrar
25	100	Fjärilsim	Damer
26	100	Bröstsimsim	Herrar
27	200	Bröstsimsim	Damer
28	50 ¹	Frisim	Herrar
29	50 ¹	Frisim	Damer
30	400	Medley	Herrar
31	1500 ²	Frisim	Damer
32	800 ²	Frisim	Damer

Pass 4

Insim 13:30-14:45

Start 15:00

33	200	Fjärilsim	Herrar
34	200	Medley	Damer
35	400	Frisim	Herrar
36	100	Ryggsim	Damer
37	100 ¹	Fjärilsim	Herrar
38	100 ¹	Fjärilsim	Damer
39	200	Ryggsim	Herrar
40	100	Frisim	Damer
41	100 ¹	Ryggsim	Herrar
42	100 ¹	Ryggsim	Damer

¹ Gren ingår ej i UGP

² En simmare får ej delta i både 800 och 1500 frisim utan får välja en gren